

# Seksualiteit, veilige seks, niet zwanger

## Informatie

---

Bij seks is het belangrijk dat je goed voor jezelf zorgt én voor je partner.

Dus:

- dat de seks prettig is voor jullie beiden
- En dat je samen veilige seks hebt.

Veilige seks is:

- Jij of je partner worden niet zwanger , als je dat niet wilt.
- Je wordt niet ziek van de seks

Dit infoblad gaat over:

- hoe je kan voorkomen dat je zwanger wordt van seks.

Lees ook het infoblad, veilige seks, niet ziek.

## Seksualiteit, veilige seks, niet zwanger

### Informatie

---

Bij geslachtsgemeenschap, of neuken, kan een vrouw zwanger worden. Daarom zijn er voorbehoedmiddelen.

Met deze middelen kun je zorgen dat je niet zwanger wordt.

Denk bijvoorbeeld aan:



### De anticonceptiepil

In de anticonceptiepil zitten stofjes (hormonen).

Die hormonen zorgen ervoor dat er geen eikel vrijkomt

En dat een eitje zich niet kan nestelen in de baarmoederwand.



### Spiraaltje

Een spiraal wordt via de vagina in je baarmoeder geplaatst.

Er zijn 2 soorten spiraaltjes

Een hormoonspiraal of een koperspiraal.

Een **hormoonspiraal** geeft een stofje (hormoon) af,

Waardoor de zaadcel moeilijk in de baarmoeder kan komen.

En het zorgt ervoor dat een eitje zich niet in de baarmoederwand kan nestelen.

Een **koperspiraal** is een klein T-vormig stukje plastic

Met een koperdraadje eromheen.

Het koper zorgt ervoor dat de zaadcellen van de man niet actief worden.

Er zijn nog meer anticonceptiemiddelen om een zwangerschap te voorkomen:



### Anticonceptiepleister

Dit is een pleister dat dezelfde stofjes, hormonen, afgeeft als een anticonceptiepil.

Je plakt hem 1x per drie weken op je huid.



### Anticonceptiestaaftje

Het anticonceptiestaaftje wordt in je bovenarm geplaatst.

Onder je huid, zodat je er niets van ziet.

Het staaftje geeft hormonen af, zodat je niet zwanger kunt worden.

Het hormoonstaaftje werkt ongeveer 3 jaar.



### De prikpil

De prikpil beschermt jou 3 maanden of een half jaar tegen een zwangerschap.

De prikpil heeft nadelen en mag alleen gegeven worden als jij niet tegen een ander anticonceptiemiddel kan.



### Anticonceptiering

De anticonceptiering is een zachte ring die jij 1x per maand zelf in je vagina inbrengt.

Het geeft stofjes(hormonen) af die ervoor zorgen dat jij niet zwanger wordt.

# Seksualiteit, veilige seks, niet zwanger

## Informatie

---



### Condoom

Een condoom wordt ook een voorbehoedsmiddel genoemd.  
Een condoom is niet veilig genoeg om een zwangerschap te voorkomen.  
Een condoom is wel heel goed om te voorkomen dat je een ziekte oploopt door de seks.

Gebruik jij een voorbehoedsmiddel?

## Seksualiteit, veilige seks, niet zwanger

### Informatie

---

Jij of je partner kunnen je ook laten **steriliseren**.  
Bij een vrouw gaat dat anders dan bij een man.

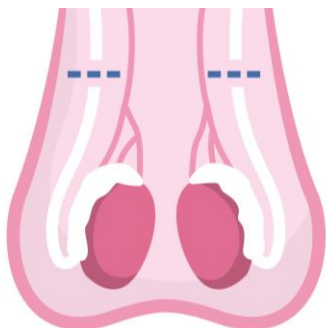
#### Sterilisatie bij een vrouw

Bij een vrouw worden de eileiders afgesloten.  
De eicellen kunnen niet meer in de baarmoeder komen.  
Er komen dus geen zaadcellen bij de eicel.  
Er kan geen eicel bevrucht worden,  
Dus geen zwangerschap ontstaan.



#### Sterilisatie bij een man

Bij een man worden de zaadleiters doorgesneden en afgesloten.  
Er kunnen geen zaadcellen meer in het zaadvocht komen.  
Als hij klaarkomt heeft hij sperma zonder zaadjes.  
Zo kan zijn sperma geen eicel meer bevruchten.



Hoe denk jij over sterilisatie?