

Zwangerschap voorkomen

Hoe bescherm je jezelf?

In de puberteit worden jongens en meisjes volwassen. Dit betekent ook dat, als ze onveilig seks hebben, het meisje zwanger kan worden. Voorbehoedsmiddelen voorkomen een zwangerschap en sommige beschermen ook tegen een soa.

Als een jongen en een meisje met elkaar naar bed gaan zonder voorbehoedsmiddel dan komen miljoenen spermacellen in de vagina van het meisje.

Vanaf de puberteit ontwikkelt een meisje eicellen, iedere maand één. De eicel gaat via de eileider naar de baarmoeder en blijft een halve tot een hele dag in leven. In de baarmoeder vindt ondertussen ook een verandering plaatst. De binnenwand wordt wat dikker met slijm en bloedvaatjes. Als de eicel niet bevrucht wordt, wordt de eicel afgebroken. De wand van de baarmoeder wordt ook afgebroken en een meisje wordt ongesteld.

In het begin van de puberteit kan de menstruatie nog onregelmatig zijn. Een meisje kan al eicellen maken en dus ook zwanger worden vóór haar eerste menstruatie.

Om een zwangerschap te voorkomen zijn er voorbehoedsmiddelen. De bekendste is het condoom.

Een condoom is een hoesje van rubber dat om de stijve penis wordt geschoven. Een condoom is gemakkelijk, goedkoop en bij juist gebruik heel betrouwbaar. En een condoom beschermt ook tegen geslachtsziektes.

Een ander voorbehoedsmiddel is de pil. Deze bevat hormonen. Er komt dan geen eitje vrij. De pil is betrouwbaar, maar moet wel elke dag genomen worden, anders werkt hij niet. Andere voorbehoedsmiddelen zijn het spiraaltje en het vrouwencondoom.

Als bijvoorbeeld een condoom scheurt kan het meisje een morning-afterpil bij de huisarts halen. Deze moet binnen drie dagen na de geslachtsgemeenschap ingenomen worden.