



# ONVEILIGE SEKS GEHAD. BEN IK NU ZWANGER?

Door [Allesoverseks.be](#) | 14-24 jaar

Seks gehad zonder voorbehoedsmiddel? Condoom gescheurd tijdens het vrijen? Bij onbeschermd seks is er **kans op zwangerschap en op [ziektes \(soa's\)](#)**.

Had je **seks onder dwang**? Ging iemand over je grens? [Chat dan met Nupraatikerover.be](#).

## Hoe vermijd ik dat ik zwanger word?

Wil je vermijden dat je zwanger wordt? Dan kan je 2 dingen doen, **binnen de 5 dagen** na de onveilige seks:

- 'Morning-afterpil' of **noodpil** nemen
- **Spiraaltje** laten plaatsen

Daarna moet je **12 dagen met condoom** vrijen. En **14 dagen** na de onbeschermd seks doe je best nog een **zwangerschapstest**.

Is het **meer dan 5 dagen geleden**? Ga naar je **huisarts**.

- Die kan je meer info geven over zwangerschapstesten en je opties [als je zwanger zou zijn](#).
- Het heeft **geen zin** om een **zwangerschapstest** te doen **voor 14 dagen** na de onbeschermd seks, want de test zal niet betrouwbaar zijn.

## 1. Morning-afterpil of noodpil

De **noodpil verkleint de kans op een zwangerschap**, omdat die een eisprong uitstelt.

Is er een **eisprong geweest en is het eitje al bevrucht**? **Dan kan de noodpil niets meer doen**. Daarom moet je de noodpil zo snel mogelijk innemen.

### Hoelang na de onveilige seks kan ik die innemen?

- De **klassieke noodpillen** kan je innemen tot en met **72 uur** na de onveilige seks (3 dagen).
- Is de onbeschermd seks langer geleden? Dan kan je ook de **EllaOne** vragen, die werkt tot **120 uur** na de seks (5 dagen).
- Moet je **overgeven** binnen de 3 uur nadat je een noodpil nam? Neem dan een nieuwe noodpil in.

### Hoeveel kost de noodpil?

- De **klassieke noodpil** (die werkt tot 72 uur) kost 8-10 euro. Na terugbetaling kost die nog **85 cent**.
- De **EllaOne** (die werkt tot en met 120 uur) kost 25 euro. En nog **15 euro na terugbetaling**.

### Waar kan ik die noodpil kopen?

## PRAAT EROVER



Chat met JAC

Maandag-vrijdag: 13:00-19:00 uur.



Mail met JAC

Antwoord binnen de 3 werkdagen



Bel met CLB

Bel met het CLB van jouw school



Ga langs bij JAC

Zoek een JAC in je buurt. Een JAC-hulpverlener luistert graag naar je verhaal.

- Je kan de noodpil **zonder doktersvoorschrift** kopen in de **apotheek**. Dat is misschien spannend, maar je hoeft je er niet voor te schamen. Er is niets mis mee om een zwangerschap te voorkomen.
- Apothekers hebben **beroepsgeheim**. Dus zij mogen niemand vertellen wat jij kwam kopen.
  - Ze zullen je misschien wel wat vragen stellen om jou zo goed mogelijk te helpen. **Antwoord eerlijk** zodat ze voor jou de beste oplossing kunnen kiezen.
- **Neem je identiteitskaart mee** als je de noodpil koopt: de apotheker heeft jouw rijksregisternummer nodig om te zorgen dat je die terugbetaling krijgt.
  - Zit je bij de **mutualiteit via je ouders**? [Dan kunnen zij dat zien op je terugbetalingsoverzicht](#). Wil je dit niet? Dat kan alleen als je het volledige bedrag betaalt.

Let op: **noodanticonceptie is minder veilig dan gewone anticonceptie**. Moet je vaak een noodpil nemen? Denk dan eens na over een [andere manier om jezelf te beschermen](#).

Je vindt [meer info over de noodpil op allesoverseks.be](#)

## 2. Spiraaltje

Je kan ook een [koperspiraal](#) of een [hormonaal spiraal](#) laten plaatsen om een ongeplande zwangerschap te vermijden.

Dat kan tot 5 dagen na onbeschermd seks en dat zal **ook werken als je je eisprong al gehad hebt**. Het spiraaltje zorgt dat het bevrucht eitje niet kan innestelen en je dus niet zwanger wordt.

Goed om te weten:

- Je hebt een **voorschrift** nodig van de **huisarts**.
  - Je kan proberen bellen en vragen of ze het meteen op je identiteitskaart kunnen zetten, zonder dat je moet langsgaan.
- Je moet het **spiraaltje** gaan kopen in de **apotheek**.
- Je moet het **laten plaatsen** door een **gynaecoloog** of de **huisarts**.
  - Niet alle huisartsen doen dit, vraag het dus zeker na.
  - Dit moet **binnen de 5 dagen** nadat je onveilige seks had.

## Hoe vermijd ik een soa?

Had je seks zonder bescherming? Dan bestaat er ook een [kans dat je een soa hebt](#). **Laat je testen** bij de huisarts.

### Meer info:

- [Hoe heb ik veilige seks?](#)
- [Hoe praat ik over seks met mijn lief?](#)
- [Waar vind ik hulp bij seksueel misbruik?](#)
- [Condoom gescheurd of afgegliden](#) (allesoverseks.be)