



# WAT MOET JE WETEN OVER VOORBEHOEDSMIDDELEN?

Door **Sensoa** | 14-24 jaar

Wist je dat...

- het **condoom** het **enige voorbehoedsmiddel** is dat beschermt tegen hiv en de meeste andere soa's?
- het condoom vaak verkeerd gebruikt wordt, en daardoor weleens afglijdt of scheurt? Daarom is **double dutch**, dat betekent de pil (of een ander voorbehoedsmiddel) én het condoom samen gebruiken, altijd het veiligst is.
- het een heel goed idee is om **condooms, glijmiddel, een extra anticonceptiemiddel en een exemplaar van de noodpil** (voor het geval dat!) te voorzien (op je kamer of op zak)?
- het belangrijk is dat je een **condoom juist gebruikt**? Lees de bijsluiter of zoek op hoe het moet. Het topje dichtknijpen? Check! Het condoom langs de juiste kant afrollen? Check! Het condoom na het klaarkomen vasthouden als je terugtrekt? Nog eens check!
- de **pil enkel beschermt tegen zwangerschap**?
- **andere (hormonale) voorbehoedsmiddelen**, zoals de vaginale ring, de anticonceptiepleister, het implantaat, het spiraal en de prikpil ook enkel tegen zwangerschap beschermen?
- je best een voorbehoedsmiddel kiest **dat bij je past**? Als je erg vergeetachtig bent, is een pil die je iedere dag moet nemen niet zo geschikt.
- een **huisarts** je goed kan helpen bij het maken van een keuze? Hij of zij kent alle voor- en nadelen van de verschillende producten. Je kan alleen gaan bij een arts, of met je lief, je moeder of een vriendin. Een arts heeft **beroepsgeheim** en zal niets doorvertellen.



**Welk anticonceptiemiddel past bij jou?**

DE ANTICONCEPTIEWIJZER VAN SENSOA 