











Chwa Metòd Kontrasepsyon

Tout moun, tout laj yo, kapab jwenn aksè nan kontwòl nesans ak sèvis sante seksyèl nan CHN. Chwa sa yo se 100% sou ou.

	Metòd Planing	Kisa li ye?	Kijan li pral chanje règ mwen?
Mache trè byen (efikas plis pase 99%)	 IUD ki pa gen òmòn	Doktè ou ap mete li nan matris ou.. L ap dire 12 zan, men doktè ou kapab retire li nan matris ou nenpòt lè.	Rèd ou ka vini pi plis oswa li ka pran plis tan.
	 IUD ki gen òmòn	Doktè ou ap mete li nan matris ou. Yo kapab dire 3 a 7 kan, men doktè ou kapab retire li ou nenpòt lè.	Ou ka gen tach san. Ou ka gen mwens règ oswa règ ou ka vini pi lejè.
	 Enplant	Doktè ou ap mete li anba po ki nan bra ou. L ap dire 5 zan, men doktè ou kapab retire li nenpòt lè.	Ou ka gen tach san. Ou ka gen mwens règ oswa règ ou ka vini pi lejè.
Mache byen (efikas 91-94%)	 Piki a	Yon piki ou resevwa nan men doktè ou oswa bay tèt ou chak 3 mwa.	Ou ka gen tach san. Ou ka gen mwens règ oswa règ ou ka vini pi lejè.
	 Bag la	Yon bag fleksib wou mete nan vajen ou. Ou chanje li yon fwa pa mwa.	Règ ou ap vin regilye. Li ka pi lejè, li ka dire mwens jou epi li ka ba ou mwens lakranp.
	 Patch la	Yon ti otokolan ou mete sou po ou. Ou chanje li yon fwa pa semèn.	Règ ou ap vin regilye. Li ka pi lejè, li ka dire mwens jou epi li ka ba ou mwens lakranp.
	 Grenn nan	Yon ti grenn. Ou pran li anmenmtan chak jou.	Règ ou ap vin regilye. Li ka pi lejè, li ka dire mwens jou epi li ka ba ou mwens lakranp.
Pasab (efikas 78-88%)	 Kapòt Deyò	Ou mete li ou peni an avan ou fè bagay. Itilize yon nouvo chak fwa w ap fè bagay.	Li p ap chanje règ ou.
	 Kapòt Andedan	Mete nan vajen oswa twou dèyè a avan ou fè bagay. Itilize youn ki tou nèf chak fwa ou fè bagay.	Li p ap chanje règ ou.
	 Rale avan ou voye	Retire peni ou nan vajen an avan ou voye.	Li p ap chanje règ ou.

Si ou fè sèks san kapòt, kapòt la kase, oswa ou te gen pwoblèm pou pran oswa itilize kontwòl nesans ou, ou ka jwenn **Kontrasepsyon Ijans** (tankou Plan B) nan CHN.

Kapòt se sèl fason pou pwoteje tèt ou kont VIHAK STI yo. O ukapabresevwa kapòt yo gratis nan CHN.