

Запомните,  
противозачаточный  
пластырь **не защищает**  
**от инфекций**  
**передающихся**  
**половым путем**  
**(ИППП) и ВИЧ.**  
Чтобы защитить себя,  
всегда используйте  
презервативы!



## КАК ДЕЙСТВУЕТ ПРОТИВОЗАЧАТОЧНЫЙ ПЛАСТЫРЬ?

- Противозачаточный пластырь содержит гормоны, которые вырабатываются организмом. Эти гормоны останавливают созревание яйцеклеток. Без яйцеклетки вы не сможете забеременеть.
- Ни одно противозачаточное средство не дает 100% гарантии. Если вы меняете пластырь каждую неделю и не снимаете его, его эффективность составляет 99%. Если вы забыли сменить пластырь или сняли его на какое-то время, его эффективность снижается до 91%.

## КОГДА МОЖНО НАЧАТЬ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПЛАСТЫРЬ?

- Существует 2 способа начала использования пластыря:
  - **Быстрый старт:** Наклейте пластырь в любой день.
  - **В начале менструации:** Наклейте пластырь в начале ближайшей менструации.
- Если вы наклеили ваш первый пластырь *в течение 5 дней после начала менструации*, вы **уже** защитили себя от нежелательной беременности.
- Если вы наклеили ваш первый пластырь *через 5 дней после начала менструации*, чтобы предупредить нежелательную беременность необходимо **в течение первых 7 дней использовать презервативы в качестве дополнительного средства контрацепции.**

## КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ПЛАСТЫРЕМ?

- Противозачаточный пластырь представляет собой наклейку, которую необходимо наклеить на одну неделю в любом месте, кроме груди, области гениталий, ладоней и ступней.
- Наклеивать пластырь лучше в таком месте, где вы сразу же сможете заметить, если он вдруг отклеится. Пластырь крепится на чистую и сухую кожу, при этом необходимо убедиться в том, что края пластыря хорошо приклеились.
- Каждую неделю в течение 3 недель необходимо наклеивать новый пластырь. На 4-й неделе необходимо сделать перерыв.
- В течение первых 7 дней после начала использования первого пластыря, необходимо использовать презервативы в качестве дополнительного средства контрацепции.
- В течение 4-й недели должна начаться менструация. (Выделения могут быть скудными или их может не быть вовсе.)

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПЛАСТЫРЬ ОТКЛЕИЛСЯ?

- Если пластырь отклеился, сразу же приклейте его обратно. Если он не приклеивается, установите новый пластырь.
- Если пластырь отклеился более чем на день, необходимо установить новый пластырь и **в течение следующих 7 дней использовать презервативы в качестве дополнительного средства контрацепции.**
- Этот пластырь следует заменить через неделю.
- По окончании 4-й недели начните новую упаковку пластырей.

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ Я ЗАБЫЛА ЗАМЕНИТЬ ПЛАСТЫРЬ?

- Гормонов в пластыре хватает на 9 дней. Если вы носите пластырь не более 9 дней, просто установите новый пластырь.
- Если вы носите пластырь более 9 дней, установите новый пластырь и **в течение следующих 7 дней используйте презервативы в качестве дополнительного средства контрацепции.**

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ Я ПЕРЕСТАЛА ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ПЛАСТЫРЕМ, И У МЕНЯ ПРОИЗОШЕЛ НЕЗАЩИЩЕННЫЙ ПОЛОВОЙ АКТ?

- **Незамедлительно** примите препарат экстренной контрацепции (ЭК). Препараты экстренной контрацепции действуют в течение 1-5 дней после незащищенного полового акта. Чем раньше вы примете препарат экстренной контрацепции, тем меньше вероятность наступления беременности.

## ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ ЭФФЕКТ ПРОТИВОЗАЧАТОЧНОГО ПЛАСТЫРЯ

- Противозачаточный пластырь является безопасным и эффективным средством контрацепции. Менструации становятся более регулярными и менее обильными, а их продолжительность сокращается. Кроме того, кожа становится чище.
- Использование противозачаточного пластыря снижает риск заболевания раком матки и яичников.
- Использование противозачаточного пластыря **никак не влияет** на способность забеременеть в будущем после прекращения его использования.

## КАК Я БУДУ СЕБЯ ЧУВСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПРОТИВОЗАЧАТОЧНОГО ПЛАСТЫРЯ?

- Ваше самочувствие никак не изменится. В течение первых 2-3 месяцев использования пластыря может отмечаться тошнота, кровянистые выделения в промежутках между менструациями, изменение массы тела и/или болезненные ощущения в груди. Все эти симптомы исчезают через 2-3 месяца.

## ИМЕЮТСЯ ЛИ У ПРОТИВОЗАЧАТОЧНОГО ПЛАСТЫРЯ ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ?

- Противозачаточный пластырь – абсолютно безопасное средство. Побочные эффекты отмечаются редко. Если вы заметили у себя какие-либо из нижеуказанных симптомов, проконсультируйтесь с вашим лечащим врачом:
  - Боли в ногах, отечность и покраснение кожи
  - Слабость или онемение какой-либо стороны тела
  - Сильная головная боль
  - Проблемы со зрением
  - Боли в груди
- Ваш лечащий врач сможет определить, являются ли эти симптомы признаками серьезной проблемы.