



**Prevenirea  
concepției - dar cum?  
Verhüten - aber wie?**

Editor:  
Centrala federală pentru lămuriri în probleme de sănătate  
(BZgA), 51101 Köln

Toate drepturile sunt rezervate.

Concepția creativă și realizarea:  
KDH und Partner Werbeagentur GmbH, Köln.  
Ilustrații: Simon Eule  
Tiparul: Asmuth, Köln

Data apariției: iulie 2001  
Tirajul: 6.5.2.02  
Prezenta broșură poate fi obținută gratuit la BZgA,  
51101 Köln

**Nr. de comandă: 13 130 120**

Herausgeber:  
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA),  
51101 Köln

Alle Rechte vorbehalten.

Gestaltungskonzept und Umsetzung:  
KDH und Partner Werbeagentur GmbH, Köln  
Illustrationen: Simon Eule  
Druck: Ollig, Köln

Erscheinungsdatum: Juli 2001  
Auflage: 6.5.2.02  
Diese Broschüre ist kostenlos erhältlich bei der BZgA,  
51101 Köln

**Bestell-Nr.: 13 130 120**

# Sumar:

## Inhalt:

<b>Pagina</b>	<b>Tema</b>
Seite	Thema
<b>4</b>	<b>Este vorba despre prevenirea concepției...</b>
6	Wenn es um Verhütung geht ...
<b>8</b>	<b>Cum se produce, de fapt, o sarcină?</b>
10	Wie entsteht eine Schwangerschaft?
<b>12</b>	<b>Simbolurile folosite în broșură</b>
14	Erklärung der verwendeten Symbole
<b>16</b>	<b>– Prezervativul</b>
18	– Kondom
<b>20</b>	<b>– Pilula</b>
22	– Pille
<b>24</b>	<b>– Diafragma cu substanțe antispermatozoice</b>
26	– Diaphragma mit spermaabtötendem Mittel
<b>28</b>	<b>– Supozitoare spumante, creme și geluri</b>
30	– Schaumzäpfchen / Cremes / Gels
<b>32</b>	<b>– Spirala</b>
34	– Spirale
<b>36</b>	<b>– Spirala cu hormoni</b>
38	– Hormonspirale
<b>40</b>	<b>– Planificarea naturală a familiei</b>
42	– Natürliche Familienplanung
<b>44</b>	<b>– Coitus interruptus (ferirea)</b>
46	– Koitus interruptus ("Aufpassen")
<b>48</b>	<b>– Pilula "de după"</b>
50	– Pille danach
<b>52</b>	<b>– Sarcină nedorită</b>
54	– Ungewollt schwanger
<b>56</b>	<b>Cu cine te poți sfătui?</b>
58	Wo kannst du dir Rat holen?
<b>57</b>	<b>Cât costă diferitele anticonceptive?</b>
59	Was kosten die einzelnen Verhütungsmittel?

## Este vorba despre prevenirea concepției.

Există multiple mijloace și metode anticonceptive. Dar nu toate sunt adecvate pentru toți. Unele dintre ele sunt mai eficiente, altele mai puțin, iar unele nu sunt eficiente deloc.

În funcție de faza vieții – dacă de exemplu cineva trăiește într-o relație stabilă sau nu (– felul de prevenire a concepției poate suferi pe parcurs modificări).

Prezenta broșură oferă o scurtă privire de ansamblu asupra celor mai uzuale metode anticonceptive. Ea n-are pretenția de a epuiza tematica și descrie chiar și acele metode, ce-i drept folosite frecvent, care deseori nu garantează decât în măsură redusă protecția dorită.

Pe lângă aceasta, broșura conține o seamă



de indicații de unde poți procura mijloacele anticonceptive, cât costă ele și unde poți cere sfaturi suplimentare în ceea ce privește alegerea căii tale personale de prevenire a concepției.

## Cum se produce, de fapt, o sarcină?



Din patru în patru săptămâni, și anume dirijat de hormoni, în ovarele femeii se dezvoltă un ovul. Acesta, după maturizare, ajunge să treacă din ovar în trompa uterină (=ovulația). Iar mai apoi el se deplasează prin trompă în uter. În această perioadă, ovulul poate fi fecundat de spermatozoidul bărbatului, producându-se astfel o sarcină. După fecundare, ovulul se cuibărește în uter, urmând a fi nutrit de mucoasa uterină constituită între timp. Dacă ovulul rămâne nefecundat, femeia își va avea ciclul normal (menstruația), mucoasa uterină desprinzându-se și fiind eliminată ulterior. Acest proces se cheamă ciclu.

# Ciclul

De regulă, din patru în patru săptămâni (28 de zile) femeia își va avea menstruația lunară. La unele femei intervalul poate fi mai mic sau mai mare, de ex. 26 de zile sau 32 de zile. Aceasta nu reprezintă o anomalie. Prima zi a hemoragiei este considerată drept prima zi a ciclului. Zilele fecunde ale femeii se află aproximativ la mijlocul ciclului. Pentru că oricând pot apărea dereglări ale ciclului, aceste zile fecunde nu pot fi calculate cu exactitate.

---

## Zilele fecunde

Deplasarea ovulului prin trompă în uter durează aproximativ patru zile. Pe acest parcurs, ovulul este fecundabil timp de circa șase până la douăsprezece ore. Spermatozoizii bărbatului, aflați în așteptarea ovulului, pot supraviețui însă trei până la șapte zile în organismul femeii. De aceea zilele premergătoare ovulației trec și ele la rândul lor drept zile fecunde. O sarcină se poate produce, dacă în această perioadă are loc un contact sexual neprotejat.

# Simbolurile folosite în broșură:

## Locuri:



**Farmacie**



**Medic**



**Drogherie,  
supermagazin,  
magazin universal**



**Punct de  
consultare**



**Automat**



**Spital**

## Indicații importante:



**Atenție mărită**



**Conține  
substanțe  
chimice**



**Folosirea trebuie  
învățată**



**La aplicare  
trebuie ținut cont  
de factorul timp**

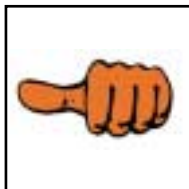


**La folosire se  
cere o grijă  
deosebită**

## Evaluarea eficacității:



**sigur**



**relativ sigur**



**nesigur**

## FELUL ȘI ASPECTUL

Prezervativul se compune dintr-un foarte subțire înveliș de cauciuc, iar la vârful lui este prevăzut cu un rezervor în care se strânge sperma. Există prezervative de diferite mărimi, grosimi și culori. Dar nu toate felurile de prezervative prezintă același nivel calitativ. Prezervativele trebuie ori să poarte numărul de aprobare dat de "Institutul federal pentru medicamente și produse medicale", ori să prezinte marcajul CE, urmat de un număr din partea serviciului de control. Acest din urmă marcaj îl pretinde noul drept CE, care în Germania este transpus prin Legea produselor medicale.



Pe lângă aceasta, fiecare prezervativ are un termen de durabilitate, termen care nu va trebui depășit.

---

## EFFECTUL ȘI APLICAREA

Pentru bărbat, prezervativul reprezintă unicul mijloc anticonceptiv. El va fi tras peste membrul întărit, ca o a doua piele. Deoarece câțiva spermatozoizi se pot strecura chiar înaintea ejaculării, prezervativul trebuie aplicat înainte ca membrul să intre în contact cu vaginul. Sperma se va strânge în el și nu va ajunge în vagin. După orgasm, înaintea înmuierii membrului, acesta împreună cu prezervativul va fi scos din vagin. La aceasta prezervativul va fi ținut cu mâna ca să nu alunece. Fiecare prezervativ va fi folosit doar o singură dată.



## AVANTAJE

Niciun fel de efecte secundare. Până și pentru cazurile rare de alergii existente la prezervative din latex există între timp în farmacii prezervative speciale din poliuretan, față de care, conform cunoștințelor actuale, nu există pericolul unei alergii. Mai mult, prezervativul constituie singurul mijloc de protecție împotriva SIDA și a altor boli transmisibile pe cale sexuală. El se poate obține aproape peste tot.

---

## DEZAVANTAJE

Folosirea trebuie învățată, deoarece siguranța depinde în mare măsură de cât de bine a fost exersată în prealabil aplicarea prezervativului. Unii bărbați și unele femei consideră întrebuițarea unui prezervativ drept întrerupere nedorită a jocului sexual. Prezervative luate de la automat au deseori defecte. În acest caz este necesar controlul lor înaintea folosirii.



## EFICACITATEA

Cu condiția folosirii corecte:  
Sigur.



## UNDE?

La farmacii, drogherii,  
supermagazine și la  
automate.



# PILULA

## FELUL ȘI ASPECTUL

Micile tablete se vor administra pe cale bucală. Există felurite medicamente cu conținut diferit de hormoni. Decizia asupra pilulei potrivite e bine să fie luată împreună cu medicul.



## EFECTUL ȘI FOLOSIREA

Pilula anticonceptivă este un produs din hormoni. Prin hormonii estrogenă și gestagenă ea împiedică ovulația. Cu alte cuvinte, niciun ovul fecundabil nu se va putea dezvolta. La majoritatea pilulelor anticonceptive femeia va lua câte o pilulă timp de 21 de zile. După aceea se va face o pauză de 7 zile, în care nu se va administra.

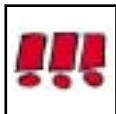


## AVANTAJE

Folosire simplă. Pilula netrebuind să fie luată direct înaintea actului sexual, nu se va ivi niciun deranj al jocului sexual.

## DEZAVANTAJE

Luarea pilulei nu trebuie uitată, altminteri protecția împotriva concepției nu va fi asigurată. Hormonilor li se pot datora efecte secundare, ca de ex. rău de la stomac, dureri de cap, tulburări ale vederii, tulburări hemoragice, pericol de tromboză. Pilula implică un risc sporit pentru sănătatea fumătoarelor și a femeilor trecute de 35 de ani.



---

## EFICACITATEA

Sigur.



---

## UNDE?

Va fi prescrisă de medic, iar apoi poate fi luată de la farmacie.



## DIAFRAGMA CU SUBSTANȚE ANTISPERMA- TOZOICE



## FELUL ȘI ASPECTUL

Diafragma este fabricată dintr-un cauciuc moale. La margine fiind ținută întinsă de un cerc elastic, ea se bombează sub forma unei mici cupole. Există diafragme de diferite mărimi și ele trebuiesc ajustate de medic.

## EFFECTUL ȘI FOLOSIREA

Diafragma, pe partea sa interioară va fi unsă cu un produs anticonceptiv antispermatozoic (cremă sau gel), urmând ca înaintea contactului sexual să fie introdusă adânc în vagin. Astfel ea va forma o stavilă înaintea orificiului din gâtul uterin și va împiedica pătrunderea spermatozoizilor bărbatului în uter. Substanța antispermatozoică la rândul ei oprește și ea spermatozoizii să-și croiască drum spre uter. Cu maximum 2 ore înaintea actului sexual sau chiar direct înaintea lui, diafragma va fi introdusă în vagin. După contactul sexual ea va trebui să rămână în vagin cel puțin 6 ore și nu mai mult de 24 de ore. La contacte sexuale repetate, cu ajutorul unei baghete speciale se va injecta în vagin, de fiecare dată din nou, substanța antispermatozoică (cremă sau gel), dar fără ca poziția diafragmei să fie schimbată. După folosire, diafragma va fi spălată. În urma nașterii unui copil sau după schimbări considerabile în greutatea corporală, diafragma va trebui neapărat reajustată.



## AVANTAJE

Efecte secundare nu se cunosc. Diafragma nu se va folosi decât la nevoie. Îngrijind-o atent, ea va putea fi utilizată timp de cel puțin doi ani. Ajustată corect și introdusă corespunzător, diafragma nu va deranja de fel pe nici unul dintre parteneri.

---

## DEZAVANTAJE

Învățarea mânăirii și a controlului poziției corecte necesită un timp oarecare. Aceasta presupune ca femeia să-și cunoască bine propriul corp.



## EFICACITATEA

Cu condiția mânăirii corecte:  
Sigur.



## UNDE?

Se găsește la medic, farmacia sau la puncte de consultare.



# SUPOZITOARE SPUMANTE, CREME ȘI GELURI



## FELUL ȘI ASPECTUL

Produse anticonceptive pe bază chimică există sub diferite forme: ca supozitoare, creme, geluri și spray-uri spumante.

---

## EFFECTUL ȘI FOLOSIREA

Produsele anticonceptive pe bază chimică conțin substanțe ce distrug spermatozoidii sau cel puțin blochează mobilitatea flagelilor lor. Toate aceste produse sunt destinate introducerii în vagin și trebuie bătute cu cel puțin 10 minute înainte de contactul sexual, deoarece ele își pot face efectul numai datorită căldurii corpului.

Fiecare nou contact sexual va trebui precedat de folosirea unuia dintre aceste produse chimice.

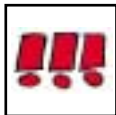


## AVANTAJE

Utilizare simplă și numai la nevoie.  
Ușor de procurat.

## DEZAVANTAJE

La anumite produse, în vagin sau la membru pot apărea senzații neplăcute de căldură și usturime. În astfel de cazuri se recomandă recurgerea la alt produs. Unele dintre produse pot deteriora cauciucul prezervativului. În instrucțiunile de utilizare, prezervativele trebuie specificate anume drept compatibile cu produsele anticonceptive pe bază chimică.



---

## EFICACITATEA

Vor fi folosite n u m a i în combinație cu prezervativ și diafragmă. Siguranța nu va fi garantată la întrebuințarea lor fără mijloace auxiliare.



---

## UNDE?

Se găsesc la farmacie, drogherie și la supermagazine.



# SPIRALA

## FELUL ȘI ASPECTUL

Spirala se găsește sub diverse mărimi și forme. Ea este un mic obiect de plastic (2,5 – 3,5 cm), înfășurat într-o sârmă de cupru. Alegerea spiralei potrivite revine medicului.

---



## EFFECTUL ȘI MÂNUIREA

Medicul va așeza spirala în uterul femeii. Cuprul din spirală se va desprinde treptat, în cantități mici, și va diminua mobilitatea spermatozoidelor, astfel ca niciun ovul fecundat să nu se poată cuibări. Spirala va rămâne în uter timp de 3 până la 5 ani. Poziția sa corectă va fi garantată de consultații medicale de control, efectuate cu regularitate.

---

## AVANTAJE

Prevenirea concepției este asigurată pe un timp mai îndelungat.



## DEZAVANTAJE

Se pot ivi perturbări majore ale ciclului cât și ocazionale inflamații ale aparatului sexual feminin, ce pot conduce la sterilitate. De aceea spirala se recomandă în exclusivitate femeilor cu copii, respectiv celor cu planning-ul familial încheiat.



## EFICACITATEA

Sigur.



## UNDE?

Numai la medic.



# SPIRALA CU HORMONI



## TIPUL ȘI ASPECTUL

Mărirea și forma spiralei cu hormoni sunt identice cu cele ale spiralei din cupru. În locul sârmei din cupru e dotată însă cu un depozit de hormoni, care asigură cedarea hormonului Gestagen.

---

## EFFECTUL ȘI UTILIZAREA

Spirala este plasată de medic în uter. Depozitul de hormoni cedează cantități infime ale hormonului Gestagen. Efectul contraceptiv se bazează prioritar pe faptul că mucozitatea cervicală devine mai densă și mai impenetrabilă pentru spermă în cursul ovulației. În afară de aceasta, hormonul încetinește creșterea mucoasei uterine, astfel că se împiedică încuibarea unui ovul fecundat. Cu privire la durata efectului și intervalele consultațiilor de control trebuie întrebat medicul.



## AVANTAJE

Pericolul unor inflamații ale organelor genitale e mai redus decât la spirala obișnuită. Ca și în cazul pilulei, ea poate determina deasemenea o menstruație mai slabă și mai puțin dureroasă. Prin dozajul de hormoni redus nu se intervine în metabolism și se produc mai puține efecte secundare. Imediat după îndepărtarea spiralei revine fecunditatea naturală, astfel că poate fi recomandabilă și pentru fete tinere și femei care n-au născut încă dar își doresc copii.

---

## DEZAVANTAJE

Implantarea și controlul poziției adecvate sunt ceva mai dificile decât în cazul spiralei din cupru. Ocazional se manifestă, mai ales în primele trei luni, efecte secundare precum neregularități ale menstruației, dureri de cap, sentimentul de tensiune în sâni și eventual acneea, care dispar însă cu timpul. Din acest motiv e strict necesară lămurirea amănunțită asupra efectului și efectelor secundare.

---

## SIGURANȚA

E sigură.



## UNDE?

Numai la medic.



# PLANIFICAREA NATURALĂ A FAMILIEI



## FELUL

Planificarea naturală a familiei (NFP) se bazează pe metode diferite de constatare a zilelor fecunde ale femeii, în care se poate produce o sarcină. Combinația acestor metode se numește și metoda simptothermală.

---

## EFFECTUL ȘI MÂNUIREA

Metoda NFP este cea prin care femeia poate constata zilele fecunde și pe cele nefecunde prin observarea anumitor semne ale organismului. În cazul **metodei temperaturii bazale** se măsoară temperatura de dimineața, după trezire. Prin observarea atentă a curbei temperaturii pe parcursul unui ciclu poate fi stabilit relativ exact momentul ovulației. **Metoda structurei mucoasei** se bazează pe controlul zilnic al mucoasei din gâtul uterin, ce poate fi pipăită în vagin. Modificările mucoasei pe parcursul unui ciclu permit să se constate zilele fecunde. Numai combinația ambelor metode indică cu oarecare precizie începutul zilelor fecunde. În aceste zile trebuie fie să se renunțe la contactul sexual fie să se recurgă la mijloace anticoncepționale mecanice (prezervative). Mai sigur este dacă se observă și un alt semnal al organismului, anume orificiul uterin. Prin pipăire regulată și observarea în cursul ciclului a modificărilor din orificiul uterin, femeia poate constata indiciile zilelor fecunde și nefecunde.



## AVANTAJE

Această metodă naturală de planificare familială nu reprezintă vreo intervenție în corp.

---

## DEZAVANTAJE

Metoda pretinde multă disciplină și un stil de viață regulat. O fază intensă de învățare și de practicare atentă a acestei metode sunt condițiile unei prevenirii sigure a concepției. Metoda poate fi recomandată numai femeilor care—și cunosc bine corpul și au un ciclu regulat. Din acest motiv, metoda este foarte nesigură pentru fete tinere, al căror ciclu nu s-a stabilizat încă. Multe se plâng de necesitatea acestei metode de a plănuși mult, în defavoarea spontaneității. În afară de aceasta, această metodă cere foarte multă înțelegere și sprijin din partea partenerului respectiv.



## EFICACITATEA

Relativ sigură, dacă e aplicată exact.



## UNDE?

Termometre și foi de diagramă se găsesc în farmacii sau la puncte de consultare. Consultații amănunțite sunt oferite de centre de consultație familială iar oficiile Malteser Arbeitsgruppe NFP țin cursuri speciale de introducere cu privire la această tematică.

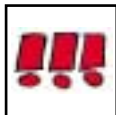


# COITUS INTERRUPTUS (FERIREA)



## EFFECTUL SI FOLOSIREA

Coitus interruptus nu reprezintă o metodă de prevenire a concepției!!! La coitus interruptus, bărbatul, cu câteva clipe înainte de ejaculare, își scoate penisul din vagin. Aceasta nu are valoarea unei autentice protecții anticonceptive, pentru că chiar înainte de ejaculare câțiva spermatozoizi se pot desprinde și pătrunde în vagin, astfel încât se produce o sarcină. De altfel se poate întâmpla ca bărbatul să-și scoată membrul prea târziu.



---

## AVANTAJE

Niciunul.

## DEZAVANTAJE

Întreruperea actului sexual și teama de a rata momentul propice, deseori diminuează plăcerea sexuală. Femeia este întrutotul la cheremul aparentului autocontrol al bărbatului.



---

## EFICACITATEA

Nesigur.



# PILULA "DE A DOUA ZI"



## FELUL ȘI ASPECTUL

La pilula "de a doua zi" este vorba de fapt de două medicamente diferite. Se iau pe cale bucală ori patru tablete ale unui preparat combinat, ori două tablete ale unui monopreparat. Pilula "de a doua zi" nu este de fapt o metodă anticoncepțională.

---

## EFFECTUL ȘI MODUL DE FOLOSIRE

Pilula "de a doua zi" este un produs medical pe bază de hormoni, cu doza mare, care împiedică fixarea unui ovul eventual deja fecundat. Ea nu

constituie o metodă contraceptivă propriuzisă, ci doar o măsură de forță majoră!

După o "pană" de

prevenire a concepției

(de exemplu s-a rupt prezervativul) sau după un contact sexual neprotejat, vor trebui luate în cazul preparatului combinat două tablete în decurs de 48 de ore și încă două tablete la 12 ore după primele. În cazul noului tip de monopreparat se ia prima doză la cel mai târziu 72 de ore, a doua doză trebuie luată între 12 și 24 de ore după prima.



## AVANTAJE

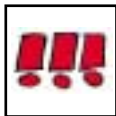
Ultima posibilitate de a preveni sarcina.

---

## DEZAVANTAJE

Se pot ivi efecte secundare, ca vomă, amețeală, greață.

Fiind vorba de un medicament pe bază de hormoni cu efect foarte puternic, el nu se dă decât pe rețetă.



---

## EFICACITATEA

Relativ sigur, mai ales dacă se ia din timp. Cu cât se ia mai târziu prima doză, cu atât efectul este mai nesigur.



---

## UNDE?

Se obține numai la medic și în ambulatoriile spitalelor.



# SARCINĂ NEDORITĂ



Dacă o sarcină reprezintă o problemă, femeia, eventual împreună cu partenerul ei, ar trebui să se adreseze cât mai curând cu putință unui oficiu de consultație sau unui medic care prestează consultații în cazuri de conflicte legate de sarcină. I se va acorda ajutor să-și clarifice situația personală: cu privire la perspective de viitor și planuri, la concepții profesionale și de parteneriat, dar și la dreptul la viață al copilului nenăscut. Viața a nenăscută este de la bun început viață, aflată în Germania sub protecția deosebită a ordinii de drept a statului și pentru care statul are o datorie cuprinzătoare de protecție. Oficii de consultație lămuresc asupra tuturor ajutoarelor și drepturilor juridice care ușurează sarcina și menirea de a ajuta la luarea unei decizii în spiritul răspunderii și conștiinței ei, decizie pe care, în final, femeia o ia singură. Întreruperea sarcinei nu constituie o metodă de prevenire a concepției!!!



## Atenție!

Situația juridică din Germania

În principiu contravenind legii, întreruperea sarcinei totuși rămâne nesanționată în următoarele condiții:

- dacă în prealabil a avut loc o consultare la un punct de consultare specializat și aprobat,
  - dacă intervenția are loc cel puțin trei zile după o consultare,
  - dacă, la solicitarea femeii, un medic trece la intervenție, și anume într-un interval de 12 săptămâni de la concepție. Medicul ce face intervenția n-are voie nici să efectueze consultarea, nici să aparțină de colectivul punctului de consultare la care a avut loc consultarea.
- 

## Indicația

Întreruperea sarcinei este legală și costul ei este preluat de casele de asigurare medicală legale, numai în condițiile în care intervenția a fost efectuată din următoarele motive:

- pentru că graviditatea ar dăuna sănătății mamei (indicația medicală),
- pentru că graviditatea s-a produs ca urmare a unui viol (indicația criminologică).

În afară de aceasta, în cazurile în care femeile respective au venituri mici, pot fi preluate costurile.

### Cu cine te poți sfătui?

Dacă cumva ai nedumeriri suplimentare privitoare la metodele anticonceptive și ai dori să porți cu cineva o convorbire confidențială pe aceasta temă, există puncte de consultare care te vor sprijini cu plăcere printr-o discuție de acest fel. Adresele punctelor de consultare le găsești în cartea de telefon.

---

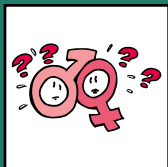
### Serviciile punctelor de consultare aprobate sunt gratuite!

---

Puncte de consultare întrețin de ex. următoarele organizații caritative:

- Arbeiterwohlfahrt,
  - Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband,
  - Deutscher Caritasverband,
  - Diakonisches Werk,
  - Donum vitae,
  - Pro Familia,
  - Serviciul social al femeilor catolice,
  - Oficiile sănătății oferă deasemeni, frecvent, lămuriri pe această temă.
- 

Tot gratuită este și consultația la medic, dacă ești membru al unei case de asigurări medicale legale sau dacă ești asigurat la aceasta ca membru de familie (AOK, Betriebs- und Innungskrankenkassen, Bundesknappschaft, Landwirtschaftliche Krankenkasse, See-Kasse, Angestellten- und Arbeiter-Ersatzkassen).



### Cât costă diferitele anticonceptive?

În Germania, de regulă, anticonceptivele nu sunt eliberate gratuit.

De la aceasta se exceptează numai pilulele anticonceptive:

Femeile până la vârsta de 20 de ani împliniți, primesc pilulele gratuit. Iar în cazul femeilor care beneficiază de ajutor social, costul pilulei anticonceptive și al spiralei este preluat de oficiul social.

---

**Prezervative:** 10 bucăți cca. 5,00 - 6,00 €

**Pilula:** rația pentru o trei luni cca. 15,00 - 32,00 €

**Spirala:** cca. 18,00 - 35,00 €

**Spirala cu hormoni:** cca. 180,00 €

**Diafragma:** cca. 25,00 €

**Creme și geluri:** cca. 9,00 - 10,00 €

**Produse pe**

**bază chimică:** 10 bucăți cca. 8,00 - 10,00 €

**Pilula de a doua zi:** cca. 10,00 €

**Versíunea 02/02.**



Centrala federală pentru lămuriri în probleme de sănătate, 51101 Köln  
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, 51101 Köln