



www.italy-ontheroad.it

србија



Woman's health

ЗДРАВЉЕ ЗА ЖЕНУ

За жену значи много да након 21 године сваке 3 године иде у **консулторио** урадит езаме за рак на врату материце свака општина има консулторио.

Лако си без документа имаш право на здравље можес да идеш у консунторио јер значи много да идеш на контролу да спријечиш рак који сепојавља на врату материце.

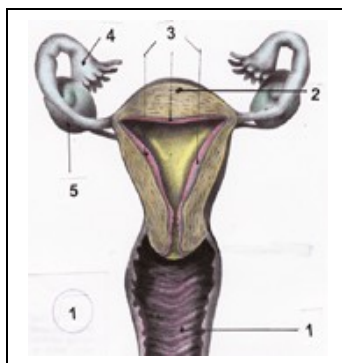
За спречавање рака на материци контрола се ради сваких 3 године јер ако имаш рак се открије на време док је мале димензије може да се без проблема лечи јер ако се веч развије тешко се је лечит.

Рак на материци носи смрт пуно жена.

Друга велика количина смрти жена је рак на дојници да се заштити смрти треба се урадит после 40 године сваке 2 године мамографија после 50 године треба урадит преглед свке године

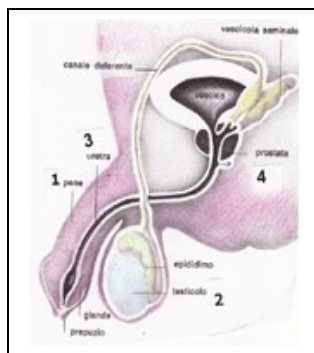
Ženski organi za reprodukciju

1. **VAGINA** je mišićni kanal koji ide od vanjskih genitalnih organa do maternice i prima penis tokom seksualnog odnosa.
2. **MATERICA** je šuplji mišić u obliku kruške naopako okrenute koji štiti i hrani plod tokom trudnoće. Donji deo, koji završava u vagini, zove se cerviks ili vrat maternice.
3. **ENDOMETRIJA** je sluznica koja pokriva unutrašnji deo maternice i koja je osetljiva na hormone.
4. **JAJOVODI** su dva kanala u obliku tube koji povezuju jajnike i maternicu. Tu dolazi do spajanja jajne ćelije i spermatozoida usled čega dolazi do oplodnje.
5. **JAJNICI** su dve žlezde koje proizvode jajne ćelije i ženske hormone (estrogen i progesteron).



Muški organi za reprodukciju

1. **PENIS:** je organ koji unosi spermatozoide u vaginu tokom polnog odnosa.
2. **TESTISI:** su dve žlezde koje sadrže spermatozoide .
3. **URETRA:** je cev koja odvodi mokraću i semenu tekućinu.
4. **PROSTATA:** je žlezda koja zajedno sa testisima proizvodi semenu tekućinu.



ОПЛОДЊА

Током сексуалног односа мушкарац уноси семе у вагину. Сперматозоиди се из вагине пењу у матерницу а затим до јајника где се спајају са јајним члама. Спајање м долази до оплодње од тог момента долази до трудноће.



1 spermatozoidi

2 oplodena jajna ćelija

Породично планирање

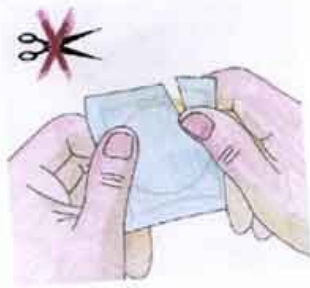
Презерватив(кондом)

Презерватив је танка прозирна навлака урађена од гуме спречава пролаз сперматозоида у Вагину-спречавајући на тај начин трудноћу. Презерватив је једини контрацепцијски метод Који штити од заразних болести(сифилиса, Хепатитиса,сиде) ефикасан је само ако се Користи пре сексуалног односа.



Како се користи презерватив

Отвори се презерватив без оштрих предмета да се неби поцепао. Стави презерватив на пенис у ерекцији одмотавајући га лагано И пазећи да се не формира вишак ваздуха који може проузроковати Његово пуцање. Након сношаја извадите пенис из вагине док је још У ерекцији и држите презерватив за руб како би избегли Семе. Употребљен презерватив се баца у канту за смеће. Кориштени презерватив не употребљава се више од једног пута. Са презервативом не употребљавају се овлаживачи(уље,вазелин итд.) Јер презерватив би могао пући. Презерватив је сигуран ако се користи на исправан начин је мање сигуран од пилуле и спирале.



1-неодмотани презервати
2-одмотани презерватив

Спирала (иуд)

Спирала ле направљена од пластике и ставља се у матерницу где спречава трудноћу спирала не мења менструални ритам у матерницу је ставља доктор у данима кад се добије менструација. У вагини остаје Само један мали кончић који служи доктору да је извади кад више није потребна.

Спирала је добра за жене које не могу или не желе пилулу.

Спирале су урађене од малих димензија тако да их могу користити жене које су родиле децу И жене које нису родиле децу.



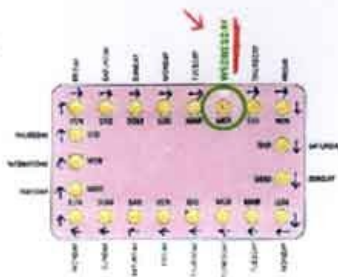
Кад се стави спирала треба након месец дана да се направи контрола а затим у

првој години сваких 6 месеци у наредним годинама једном годишње. Спирала може остати у материци од 3 -5 година зависи од типа.које проблеме може створити спирала:менструације могу бити дуже и обилније а некад и болније .може доћи до малих крварења изван циклуса.Спирала не може изаћи из материце и доћи до стомака.Са спиралом се може имати односи у свим данима.Кад се скине спирала може се имати деце.

Хормонска контрацепција

Пилула

Ради се о нискодозажној хормонској супстанци делује на јајнике жене спречавајући овулацију и трудноћу.Кад се престане узимати пилула може се имати деце.Пилула се узима само ако ти саветује доктор.



Day	Day of Week	Month
1	THURSDAY	JUNE
2	FRIDAY	JUNE
3	SATURDAY	JUNE
4	SUNDAY	JUNE
5	MONDAY	JUNE
6	TUESDAY	JUNE
7	WEDNESDAY	JUNE
8	THURSDAY	JUNE
9	FRIDAY	JUNE
10	SATURDAY	JUNE
11	SUNDAY	JUNE
12	MONDAY	JUNE
13	TUESDAY	JUNE
14	WEDNESDAY	JUNE
15	THURSDAY	JUNE
16	FRIDAY	JUNE
17	SATURDAY	JUNE
18	SUNDAY	JUNE
19	MONDAY	JUNE
20	TUESDAY	JUNE
21	WEDNESDAY	JUNE
22	THURSDAY	JULY
23	FRIDAY	JULY
24	SATURDAY	JULY
25	SUNDAY	JULY
26	MONDAY	JULY
27	TUESDAY	JULY
28	WEDNESDAY	JULY

Како се узима пилула

Уzeti пилолу првог дана менструације у кутији свакој пилули одговара један дан у недељи.Ако је на пример први дан менструације среда узми пилолу у кутији која одговара дану среда. Пилула се узима једна на дан у исто време после вечере.на кутији имају стрелице прати смер стрелица.Након 21 дана треба престати са пилулом током 7 дана добићеш менструацију.8дан узми нову кутију пилула и почни поново узимање пилуле увек од истог дана у недељи од кога си почела.Сваког месеца на исти начин.

Пажња

Док узимаш пилолу крварење може бити слабије. Може доћи до главобоље првих месец дана а ти симптоми брзо пролазе. Ако квариш дан којег би требала да узнеш пилолу ти је исто узми крварење ће престати. Ако заборавиш да узмеш пилолу узми је чим се сетиш ако је прошло више од 12 сати овај метод више није сигуран у том месецу. Други месец започни другу кутију пилола на исти начин.

Контрацепцијски фластер - како функционира

Ставља се на кожу - делује као пилола једноставан за кориштење због тога је радо прихваћен .

Како функционира-

Хормони се у једнакој дози сваки дан путем коже ослобађају директно у крв спречавајући овулацију а тако трудноћу.

Које проблеме можеш имати -мучнина , главобоља, напетос у прсима, блага крварења.



Како се употребљава фластер

Стави фластер први дан циклуса било на који део тела само не на груди. Фластер се мења једном недељно затим престани изимати фластер током те недеље добићеш менструацију.

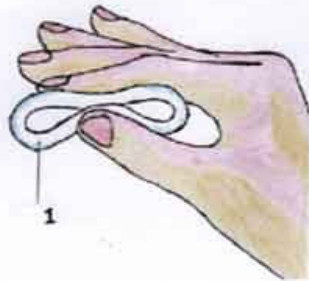
Вагинални прстен

Прстен је направљен од флексибилног материјала који се ставља у вагину садржи исте хормоне као и пилола.

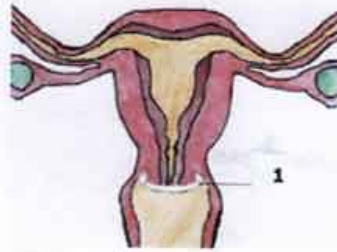
Делује исто као пилола и фластер дешава се врло ретко да буде избачен из вагине ако се избаци мора да се одмах врати у вагину.

Ако прстен буде више од 3 сата изван вагине поред тога што се мора вратити назад у вагину саветује се кориштење у следећих 7 дана презерватив.

Може се десити да одређени партер осети присутност прстена али не осећа никакву нелагоду.



1 vaginal ring



1 vaginal ring

ЗАПАМТИ

Фластер и вагинални прстен су слични пилоли имају исту функцију да заштите од трудноће треба да ти је дао доктор.

За све информације које ти требају за здравље жене иди у консулторио нп.за

хитне ствари ако се подцепао презерватив ,за абортус за дојење итд.

У консулторију имају све податке и слике које објасне ствари сун бесплатне и преведене на пуно језика.

Thanks to

Лукић Јасмина

Up dated:
17 October 2007