פאמיליע פלאנירונג
איז פאר אייך
אייער צייט. אייער אויסוואל.

עמערדזשענסי קאנטרעסעפשאן צו פארמיידן שוואנגערשאפט

וואס איר דארפט וויסן

וואס איז עמערדזשענסי קאנטרעסעפשאן?

עמערדזשענסי קאנטרעסעפשאן (emergency contraception, EC) איז א מיטל פון געבורט קאנטראל - א וועג צו פארמיידן שוואנגערשאפט. עמערדזשענסי קאנטרעסעפשאן ווערט רעקאמענדירט ווען געבורט קאנטראל, אזוי ווי א קאנדאם, איז נישט גענוצט געווארן אדער האט מעגליך נישט געארבעט.

עס קען ווערן גענוצט נאך געשלעכטליכע באציאונגען וואו ביידע שותפים שטימען צו צו האבן געשלעכטליכע באציאונגען (איינגעשטימטע געשלעכטליכע באציאונגען) - אדער נאך געשלעכטליכע באציאונגען וואו ביידע שותפים האבן נישט איינגעשטימט צו האבן געשלעכטליכע באציאונגען (נישט-איינגעשטימטע געשלעכטליכע באציאונגען).

עמערדזשענסי קאנטרעסעפשאן קען גענוצט ווערן ביז 5 טעג פון ווען געשלעכטליכע באציאונגען איז פארגעקומען. עס ארבעט נישט אויב שוואנגערשאפט האט שוין פאסירט. עמערזשענסי קאנטרעסעפשאן ענדיגט נישט א שוואנגערשאפט.

- עס זענען דא 2 סארטן פון עמערדזשענסי קאנטרעסעפשאן: אינטער-יוטערין געצייג (Intrauterine Devices, IUD) און עמערדזשענסי קאנטרעסעפשאן פילן.
- עס זענען דא 3 סארטן פון עמערדזשענסי קאנטרעסעפשאן פילן: יוליפריסטאל, בלויז-פראדזשעסטין פילן, און צוזאמגעשטעלטע עמערדזשענסי קאנטרעסעפשאן פילן.
- אן אינטער-יוטערין געצייג וועלכע ווערט אריינגעלייגט ביז צו 5 טעג נאך אומבאשיצטע געשלעכטליכע באציאונגען קען צוגעבן נאך יארן פון זייער ווירקזאמע קאנטרעסעפשאן. עס זענען דא 2 סארטן IUD. די 52mg לעוואנארדזשעסטערל (Levonorgestrel) IUD שטעלט צו ביז נאך 7 יאר פון קאנטרעסעפשאן. די קופערנע IUD שטעלט צו ביז נאך 12 יאר.
- ווי שנעלער מען נעמט עמערדזשענסי קאנטרעסעפשאן פילן, אלס גרעסער איז די מעגליכקייט אז זיי זאלן ארבעטן. איבער-די-קאונטער עמערדזשענסי קאנטרעסעפשאן פילן דארף מען נעמען ביז 3 טעג פון ווען איר האט געהאט אומבאשיצטע געשלעכטליכע באציאונגען. פרעסקריפשאן פילן קען מען נעמען ביז 5 טעג נאך איר האט געהאט אומבאשיצטע געשלעכטליכע באציאונגען.

וואס זענען די זייטיגע ווירקונגען?

די זייטיגע ווירקונגען פון עמערדזשענסי קאנטרעספעפשאן פילן קען אריינרעכענען:

- איבלונג און ברעכן
- געשוואלענע ברוסטן
- קאפווייטאג
- שווינדלען
- פארמאטערטקייט
- אומגעווענליכע בויך ווייטאג/ קרעמפן

די זייטיגע ווירקונגען פון אינטרע-יוטעריין געצייג קען אריינרעכענען:

- איבלונג און ברעכן
- קאפווייטאג
- שווינדלען
- פארמאטערטקייט
- אווערין סיסטס
- פעלווין געשוואלענקייט
- געשוואלענע ברוסטן
- אפטע געברויך ארויסצוגיין אין בית הכסא
- בויך ווייען/קרעמפן (קען זיין ערגער מיט א קופערנע אינטרע-יוטעריין געצייג)

איר קענט נעמען א נאן-פרעסקריפשאן מעדיצין אנטקעגן איבלונג איין שעה איידער'ן נעמען די פיל, צו פארמיידן איבלונג נאכ'ן נעמען אן עמערדזשענסי קאנטרעספעפשאן פיל. איין ביישפיל איז מעקליזין - פארקויפט אונטער די ברענד נעמען Dramamine II אדער Bonine. איר קענט נעמען Tylenol (אסעטאמינאפען), Aspirin, אדער Advil (איבופראפען) איידער מען לייגט אריין אייער אינטרע-יוטעריין געצייג צו פארמיידן קרעמפן און פיין. סיי וועלכע זייטיגע ווירקונגען גייען געווענליך אוועק אין עטליכע טעג. עמערדזשענסי קאנטרעספעפשאן קען באווירקן אייער מענסטרועל סייקל (פעריאד). עס קען זיין פרי אדער שפעט, לייכט, אדער שווער.

וואס דארף איך טון נאך וואס איך נעם עמערדזשענסי קאנטרעספעפשאן?

אייער מעגליכקייטן צו ווערן שוואנגערדיג קען שטארק פארמינערט ווערן אויב איר נעמט עמערדזשענסי קאנטרעספעפשאן. פונדעסטוועגן, איז ראטזאם צו נעמען א היים שוואנגערשאפט טעסט אין בערך 2 וואכן. אויב איר באקומט בכלל נישט אייער נעקסטע פעריאד, זאלט איר באזוכן אייער דאקטער.

אפט געפרעגטע פראגעס

וועט עמערדזשענסי קאנטרעספעפשאן באווירקן מיינע מעגליכקייטן צו ווערן שוואנגערדיג אינעם צוקונפט?

ניין, עמערדזשענסי קאנטרעספעפשאן טוט נישט באווירקן צוקונפטיגע פערטיליטי אדער סיי וועלכע צוקונפטיגע מעגליכקייטן צו ווערן שוואנגערדיג.

דארף איך נאך אלץ נוצן עפעס א מיטל פון געבורט קאנטראל אפילו איך קען באקומען עמערדזשענסי קאנטרעספעפשאן?

די בעסטע וועג צו פארמיידן אן אומווילנדיגע שוואנגערשאפט איז צו נוצן א געהעריגע מיטל פון געבורט קאנטראל. עמערדזשענסי קאנטרעספעפשאן איז בלויז געאייניגט פאר עמערדזשענסי פעלער.

וואו קען איך גיין צו רעדן צו איינעם אדער צו באקומען מער אינפארמאציע?

פארבינדט זיך מיט אייער העלט קעיר פראוויידער צו רעדן וועגן אייערע אויסוואלן פאר געבורט קאנטראל. אויב איר האט נישט א פראוויידער, איז דא כאטש איין פאמיליע פלאנירונג קליניק (Family Planning Program) פראגראם אין כמעט יעדע קאונטי. זיי שטעלן צו ספעציעלע טרעניטע מעדיצינישע פראפעסיאנאלן וועלכע קענען אייך העלפן. צו טרעפן א העלט קעיר פראוויידער אין אייער געגנט, גייט צו:

https://www.health.ny.gov/familyplanning

זאל איך נעמען עמערדזשענסי קאנטרעספעפשאן נאך א געשלעכטליכע איבערפאל?

עס איז וויכטיג צו גיין פאר העלט קעיר נאך א געשלעכטליכע איבערפאל. אויב איר זענט אין שפיטאל, וועלן זיי רעדן מיט אייך איבער אייערע אויסוואלן און אייך געבן אומזיסטע עמערדזשענסי קאנטרעספעפשאן. איר קענט אויך אויסוועלן צו באקומען קעיר פון אייער פריימערי קעיר פראוויידער אדער א פאמיליע פלאנירונג קליניק. עס זענען דא ריסאורסעס אוועילעבל צו העלפן, אזוי ווי די נאציאנאלע געשלעכטליכע גוואלדטאטן ריסאורס צענטער (National Sexual Violence Resource Center). פאר מער אינפארמאציע, פארבינדט זיך מיט די NYS געשלעכטליכע & דאמעסטישע גוואלדטאטן האטליין (NYS Sexual & Domestic Violence Hotline).

רופט: 1-800-942-6906 טעקסט: 1-844-997-2121

רופט אדער טעקסט סיי ווען, אוועילעבל 24/7. אייער קאל איז געצנליך אומזיסט און פריוואט.

די ניו יארק סטעיט פאמיליע פלאנירונג פראגראם ווערט געשטיצט דורך די פעדעראלע טיטל X פראגראם (Title X Program). אינהאלט טוט נישט דווקא פארטרעטן די אפיציעלע מיינונגען פון די פאראייניגטע שטאטן רעגירונג.

פאר מער אינפארמאציע, גייט צו opa.hhs.gov