













	Anticonceptie- pil	Anticonceptie- pleister	Anticonceptie- ring	Hormoon- spiraal	Koper- spiraal	Prikkpil	Minipil	Hormoon- staafje	Mannen- condoom	Vrouwen- condoom	Pessarium	Natuurlijke methoden en terugtrekken
Betrouwbaar ¹	+++	++	++	+++	+++	+++	++	+++	++	++	++ ²	+/- ³
Hoe vaak aan denken	iedere dag	1x per week	1x per maand	1x per 5/6 jaar	1 x per 5/10 jaar	1x per 3 maanden	iedere dag	1x per 3 jaar	alleen als je seks hebt	alleen als je seks hebt	alleen als je seks hebt	iedere dag en als je seks hebt
Let op Je kunt hem vergeten of verkeerd gebruiken	!	!	!	-	-	-	!	-	!	!	!	!!
Voor wie												
Hormonen	ja	ja	ja	ja	nee	ja	ja	ja	nee	nee	nee	nee
Type Hormoon P = Progesterageen O = Oestrogeen	P en O	P en O	P en O	P	-	P	P	P	-	-	-	-
Moet arts* inbrengen	nee	nee	nee	ja	ja	meestal	nee	ja	nee	nee	nee	nee
Menstruatie regelen	ja	ja	ja	nee	nee	nee	nee	nee	nee	nee	nee	nee
Menstruatie lichter	meestal	meestal	meestal	ja	nee	ja	ja	ja	nee	nee	nee	nee
Verlicht menstruatiepijn	meestal	meestal	meestal	ja	nee	ja	ja	ja	nee	nee	nee	nee
Tussendoor bloeden mogelijk	soms	soms	soms	ja	soms	ja	soms	ja	nee	nee	nee	nee
Beschermt tegen soa	nee	nee	nee	nee	nee	nee	nee	nee	ja	ja	nee	nee

1. Langerwerkende anticonceptie is het meest betrouwbaar. Bij kortdurende anticonceptie waar je dagelijks, wekelijks of maandelijks aan moet denken is er meer risico op gebruikersfouten dus ook hoger risico op onbedoelde zwangerschap.

*Arts of geschoolde verloskundige / verpleegkundige

Voor meer informatie ga naar
www.seksualiteit.nl/anticonceptietool

2. Alleen met zaad-dodende pasta.

3. Inclusief vruchtbaarheid apps, minder betrouwbaar. Kijk voor info op Seksualiteit.nl/anticonceptietool

Soorten anticonceptiemiddelen



Anticonceptiepil



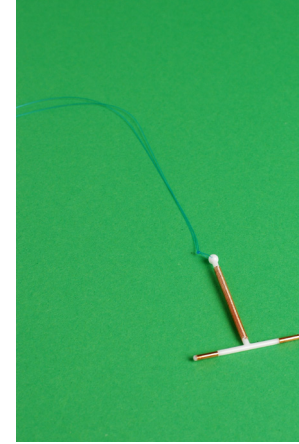
Anticonceptiepleister



Anticonceptiering



Hormoonspiraal



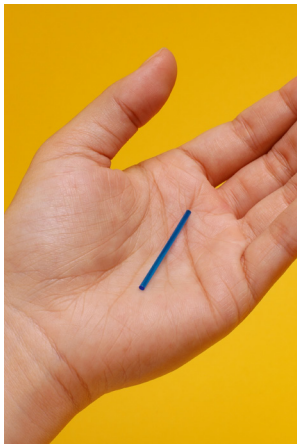
Koperspiraal



Prikpil



Pessarium



Hormoonstaafje



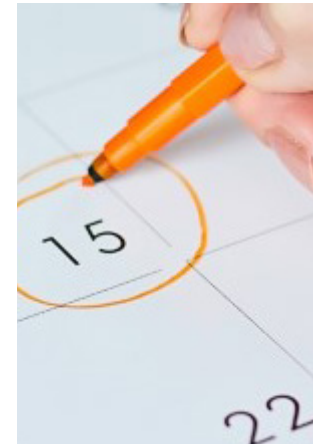
Mannencondoom



Vrouwencondoom



Minipil



Natuurlijke methode