

## תוכן העניינים

### 1

6	הביולוגיה של הרבייה
6	איברי המין של הגבר
8	איברי המין של האישה
12	ההורמונים ומחזור הווסת
13	הפרייה
15	יחסי מין

### 2

16	סוגי אמצעי המניעה
----	-------------------

### 3

18	אמצעי המניעה החוסמים
18	הקונדום לשימוש הגבר
21	הקונדום הנשי
23	דיאפרגמה
26	כובעון צווארי

### 4

27	חומרים קוטלי זרע
27	קוטלי זרע המצויים בארץ

### 5

29	אמצעי מניעה הורמונליים
29	גלולות משולבות למניעת היריון
33	כיצד נוטלים גלולות?
34	האם הגלולות פוגעות בפוריות?
35	סיכונים הקשורים בנטילת גלולות
36	תופעות הלוואי הקשורות לשימוש בגלולות



- 38 מדבקות למניעת היריון המכילות אסטרוגן ופרוגסטרון  
39 גלולות למניעת היריון המכילות פרוגסטרון בלבד  
42 דפו-פרוברה - "הזריקה"  
43 למי מתאים השימוש בדפו-פרוברה?

6

- 44.....**התקן תוך-רחמי**  
45 סיבוכים הקשורים בשימוש בהתקנים תוך-רחמיים

7

- 50.....**אמצעי מניעה קבועים**  
50 קשירת חצוצרות  
52 מניעת היריון קבועה בשיטה לא ניתוחית  
52 קשירת מובילי הזרע

8

- 54.....**שיטות אחרות למניעת היריון**  
54 שיטת הימים הבטוחים  
55 שיטות טבעיות למניעת היריון  
55 מדידת חום הגוף  
56 בדיקת הריר הצווארי  
56 משגל נסוג  
57 אמצעי מניעה שלאחר מעשה  
57 מהו פוסטינור 2?  
59 החדרת התקן תוך-רחמי לחלל הרחם

9

- 60.....**הפסקת היריון**