

ΜΕΛΗ ΤΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

ΑΝΤΩΝΙΟΥ ΣΤΑΜΑΤΙΑ  
ΔΕΛΗΒΑΣΙΛΗΣ ΑΓΑΜΕΜΝΩΝ  
ΚΑΡΑΛΙΟΠΟΥΛΟΥ ΕΛΕΝΗ  
ΚΙΚΑ ΙΛΝΤΑ-ΕΙΡΗΝΗ  
ΜΟΥΡΑΤΙΔΟΥ ΑΝΝΑ  
ΜΠΑΛΑΤΣΙΟΥ ΧΡΥΣΟΥΛΑ  
ΜΠΑΡΤΖΩΚΑ ΒΑΪΑ  
ΝΑΡΙΝ ΑΪΣΣΕ  
ΝΙΑΚΑΣ ΜΕΝΕΛΑΟΣ  
ΤΣΙΒΟΥΛΑ ΑΓΓΕΛΙΚΗ  
ΧΑΡΙΣΟΠΟΥΛΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ

ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΕΣ ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ

ΠΙΠΕΡΙΔΟΥ ΑΡΓΥΡΗ (Αισθητικός ΠΕ1804)  
ΓΙΑΝΝΟΥΣΟΠΟΥΛΟΥ ΑΡΓΥΡΟΥΛΑ (Αισθητικός ΠΕ1804)



Επιμέλεια εντύπων: Σαμαρά Θεοδώρα (Πληροφορικός ΠΕ19)

2009 - 2010

ΕΠΑ.Σ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΑΣ  
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΚΑΙ ΔΙΑΦΥΛΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ



## Η ΕΦΗΒΕΙΑ ΘΕΛΕΙ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΟΥ ΓΙΑ ΝΑ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΘΕΙΣ

ΑΚΟΥ.....ΡΩΤΑ....ΜΑΘΕ.....

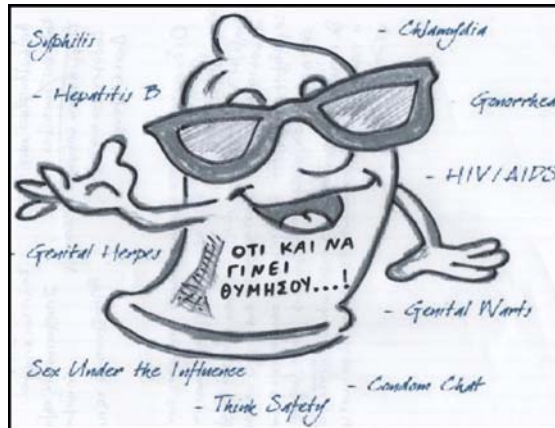
### ΜΑΘΗΜΑ ΖΩΗΣ

- Πίστευε στον εαυτό σου και προστατέψου.
- Να είσαι ανθρώπινος/η, αυθεντικός/ή και φιλικός/ή.
- Μάθε να σέβεσαι και να στηρίζεις τους ανθρώπους γύρω σου.
- Έχε σταθερή συμπεριφορά.
- Βάζε ρεαλιστικούς στόχους.

### ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΩΣ ΜΕΤΑΔΙΔΟΜΕΝΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ

Ονομάζονται τα νοσήματα που μεταδίδονται κυρίως με τη σεξουαλική επαφή.

- Σύφιλη
- Βλεννόρροια
- Κονδυλώματα
- Θηλώματα HPV
- Γεννητικός Έρπης
- Χλαμύδια
- AIDS
- Ηπατίτιδες B και C
- Ψώρα
- Ψείρες
- Μυκητιάσεις και Candida
- Τριχομονάδες
- Βακτηριακές μολύνσεις
- Ουρολοίμωξη



### ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ

- Έκκριση υγρών στην περιοχή της ουρήθρας που μπορεί να προκαλέσουν κάψιμο ή τσουξίμο κατά την ούρηση.
- Φαγούρα στην περιοχή των γεννητικών οργάνων.
- Εξογκώματα-εξανθήματα πάνω ή γύρω από τα γεννητικά όργανα.
- Πόνος στην περιοχή των γεννητικών οργάνων.
- Ενόχληση στην περιοχή του πρωκτού π.χ. φαγούρα, αιμορραγία ή έκκριση υγρών.

### ΠΡΟΛΗΨΗ

- Συστηματική χρήση προφυλακτικού κατά τις σεξουαλικές επαφές.
- Επίσκεψη στο ιατρείο και εξετάσεις
- Πολύ σημαντικό είναι να υπάρχει πλήρης ενημέρωση για τη σωστή σεξουαλική υγεία και τη σωστή σεξουαλική συμπεριφορά πριν την πρώτη σεξουαλική επαφή.
- Ενημέρωση των νέων για τις αντισυλληπτικές μεθόδους.

## ΑΝΤΙΣΥΛΛΗΨΗ : ΕΥΘΥΝΗ ΚΑΙ ΤΩΝ ΔΥΟ ΜΕΘΟΔΟΙ ΑΝΤΙΣΥΛΛΗΨΗΣ

- Μέθοδος ρυθμού (αποφυγή επαφής τις ημέρες της ωορρηξίας)
- Διακεκομμένη συνουσία (όταν ο άνδρας εκσπερματώνει έξω από τα γυναικεία γεννητικά όργανα)
- Προφυλακτικό (ανδρικό και γυναικείο)
- Αντισυλληπτικό χάπι
- Κολπικός δακτύλιος
- Κολπικοί σπύγγοι
- Κολπικά σπερματοκτόνα επιθέματα
- Ενδομήτριο σπείραμα ή σπιράλ
- Διάφραγμα



Οι δυνατότητες που έχει ένα ζευγάρι όσο αφορά στην αντισύλληψη είναι πολλές. Αυτό που πρέπει να κάνει, είναι να διαλέξει την καλύτερη, δηλαδή αυτή που έχει υψηλά ποσοστά επιτυχίας, χωρίς να δημιουργείται σοβαρό πρόβλημα τόσο σε ψυχολογικό όσο και σε σωματικό επίπεδο στους ερωτικούς συντρόφους. Κάθε ζευγάρι θα πρέπει να απευθύνεται στους ειδικούς (κέντρα οικογενειακού προγραμματισμού/ γυναικολογικά/ μαιευτικά κέντρα), οι οποίοι θα το κατευθύνουν προς την ιδανικότερη μέθοδο. Όποια μέθοδο όμως και αν επιλέγει η χρήση του προφυλακτικού είναι απαραίτητη από την αρχή μέχρι το τέλος της πράξης.

### ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Από έρευνα που πραγματοποιήσαν τα μέλη της ομάδας του προγράμματος αγωγής υγείας με τη βοήθεια ερωτηματολογίου που μοιράστηκε σε εφήβους ηλικίας από 16 ως 18 ετών και αφορούσε τις γνώσεις τους πάνω σε θέματα σεξουαλικής αγωγής και των σχέσεων των δύο φύλων, βγήκαν τα παρακάτω συμπεράσματα.

- Από τα αγόρια που απάντησαν στο παραπάνω ερωτηματολόγιο μόνο ένα ποσοστό της τάξεως του 35% γνώριζαν να απαντήσουν στις ερωτήσεις που τους τέθηκαν.
- Από τα κορίτσια που απάντησαν το ποσοστό των σωστά απαντηθέντων ερωτηματολογίων έφτασε το 40% .

Διαπιστώθηκε πως υπάρχει μεγάλο ποσοστό εφήβων που αγνοεί βασικές γνώσεις σχετικά με τη σεξουαλικότητα αν και βρίσκονται στην ηλικία που αρχίζει η διερεύνηση και η πιο ουσιαστική επαφή με το άλλο φύλλο.

Οι έφηβοι πρέπει να ενημερωθούν για να προχωρήσουν με αυτοπεποίθηση, ασφάλεια και σιγουριά στη δημιουργία ευτυχισμένων σχέσεων στην ζωή τους.

Η άγνοια προκαλεί κινδύνους πολλές φορές μοιραίους.

Στην εφηβεία: αν αποφασίσετε να κάνετε έρωτα χρησιμοποιήστε προφυλακτικό!

Μην παίρνετε το ρίσκο!!