



TINITERHESSÉG



Mikor következhet be terhesség?

- Ha nemileg érettek vagytok: a **lányoknál a menstruáció, a fiúknál a magömlés jelzi az érettséget.**
- Terhesség akkor jön létre, **mikor nincs védekezés aktus közben**, vagyis nem használtok semmilyen fogamzásgátló módszert (ezekről később)
- Biológiailag pedig: ha a **hímivarsejt (spermium) és az érett petesejt találkozik, megtörténik a megtermékenyítés**, és 9 hónap múlva jön a baba.

Mik a terhesség jelei?

- A **menstruáció elmaradása** (némi vérzés előfordulhat)
- Mellek érzékenysége
- Hányinger, rosszullét
- Alhasi görcsök, nyomásérzés
- Bizonyos ételek kívánása vagy megutálása
- Fémes íz a szájbán
- Előfordulhat megemelkedett testhőmérséklet
- Kimerültség, fáradtság
- Gyakori vizelés

Nem biztos, hogy mindegyik előfordul egy terhesség alatt, sokan más tüneteket tapasztalnak, de ezek általában megjelennek.

Hogyan tudom meg biztosan, hogy terhes vagyok-e?

- Érdemes otthon végezhető **terhességi tesztet** csinálni. Ez a megtermékenyítés után két héttel már mutat ki eredményt, de azt érdemes megismételni, mert a legbiztosabbat a várt menstruáció után 4-5 nappal lehet mérni.
- Terhességi tesztet be lehet szerezni **nagy áruházakban, patikában, drogériákban.**
- Tehát egy tiszta edénybe kell felfogni a vizeletet, majd belemártani a tesztet. Pár perc várakozás után csíkok jelennek meg rajta, ez szinte minden tesztnél különböző, így érdemes a mellékelt tájékoztatót elolvasni. **Legpontosabbat a reggeli vizelet** mutatja ki, mivel ilyenkor van a legtöbb terhességet jelző hormon a vizeletben.



TINITERHESSÉG



- A legbiztosabb pedig egy **nőgyógyász** felkeresése
- Vannak úgynevezett **tiniambulanciák**: <http://www.tiniambulancia.hu/tinamb.htm>
Itt általában jófej, kedves nőgyógyászok várnak, akik szívesen segítenek és válaszolnak minden kérdésre. **Ingyenes vizsgálat van, 14 és 18 éves kor között** lehet menni, van, ahol 20 éves korig is fogadják a pácienseket.

Milyen lehetőségek vannak terhesség esetén?

• **Sürgősségi fogamzásgátlás**

Ha tudod, hogy védekezés nélkül voltatok együtt, vagy történt valami az óvszerrel, megteheted, hogy még egyből utána elmész a nőgyógyászhoz, aki felír neked sürgősségi fogamzásgátló tablettát. Ezt a legjobb az **aktus után 24 órán belül** bevenni, de **legkésőbb 72 órával utána** lehet csak. Ez nagyon erős menstruációs vérzést fog okozni, vagyis nem hagyja a megtermékenyítést. Fontos, hogy ezt **egy évben csak 1-2-szer** szabad alkalmazni, mert nagyon össze tudja zavarni a hormonháztartást.

• **Abortusz (terhesség megszakítás)**

Ha a terhességet később veszed észre, és tudod, hogy nem szeretnéd megtartani a babát (valamilyen ok miatt), akkor van lehetőség a terhesség megszakítására, vagyis egy műtét során eltávolítják a magzatot. Ez a terhesség 12. hetéig engedélyezett, illetve nagyon súlyos esetekben, külön lehet kérvényezni, hogy engedélyezzék később is. A terhesség megszakítását kérvényezni kell a Családsegítő Szolgálatnál írásban. 18 év alatti személynél ehhez mindenképp a szülő beleegyezése és aláírása kell, tehát nem lehet egyedül intézni az ügyet. Az abortusznak költsége is van, viszont az egészségügyi intézményt meg lehet választani. A családsegítőben a kismamával és a baba édesapjával is elbeszélgetnek a lehetőségekről, következményekről és a beavatkozásról is részletesen.

Az abortusz konkrét folyamatát a szülész-nőgyógyász szakorvos dönti el, de a beavatkozás után menstruáció fog előjönni.

• **Örökbeadás**

Ha úgy érzed, hogy nem tudnád megtenni az abortuszt, és megszülnéd a babát, de tudod, hogy valami miatt nem menne a gyerek vállalása, akkor van lehetőséged arra, hogy odaadd a babádat egy olyan párnak, aki nagyon szeretne egy kisbabát. Az örökbefogadás kétféle lehet: nyílt és titkos.



TINITERHESSÉG



● Baba megtartása

Ha úgy érzed, nem tudnál lemondani a babáról, akkor is gondold végig alaposan a következőket:

- Felkészültél arra, hogy felnevelj egy gyereket, aki mindig ott lesz veled?
- Tud-e valaki segíteni neked ebben?
- A gyerek édesapja mennyire készült fel arra, hogy édesapa legyen?
- Mihez fogsz kezdeni a sulival? A jövőben mit szeretnél?

A döntés lehetősége mindig a te kezében van. Bárhogy is döntesz, a legfontosabb, hogy beszélj a szüleiddel. Lehet, hogy elsőre nehéz lesz, és az is lehet, hogy nem fogják jól lereagálni.

Hogyan lehet megelőzni a terhességet?

A legegyszerűbb módszer a védekezés. Ezt legkönnyebben óvszerrel tudod megtenni ([az óvszer felhúzója](#)) illetve fogamzásgátló tablettát is szedhetsz. Ha nem tudod, melyiket válaszd, [itt](#) találsz egy kis segítséget.