

	Werking	Hoe vaak actie verrichten	Kans op zwangerschap*	Gemiddelde kosten per stuk	Bijwerkingen	Overige
<b>Mannen/vrouwen condoom</b>	Het condoom is de <b>enige anticonceptiemethode</b> die tegen SOA's beschermt! Ze zijn veelal gemaakt van latex en heeft aan de binnenzijde een zaaddodend middel. Deze zorgt ervoor dat het vruchtbare zaad van de man niet in de baarmoeder van de vrouw terecht kan komen.	Elke keer voordat geslachtsgemeenschap plaatsvindt	2-5%	€0,40-1,- per condoom	Mogelijkheid tot irritatie en uitslag door rubber of het zaaddodende middel	Lage betrouwbaarheid door kans op mechanische problemen zoals scheuren of afglijden.
<b>Pessarium/diafragma</b>	Het pessarium of diafragma is een ring met een buigzaam vlies als opvulling, een soort rubberen kapje. Het pessarium dient voor geslachtsgemeenschap in de vagina ingebracht te worden en vormt een barrière voor zaadcellen. Voorafgaand aan het inbrengen wordt aan alle zijden een spermicide (zaaddodend middel) aangebracht. Het pessarium mag pas na acht uur na het vrijen verwijderd worden. <u>Biedt geen bescherming tegen SOA's.</u>	Elke keer voordat geslachtsgemeenschap plaatsvindt	6-26%	€50-70,- per pessarium/ diafragma (tube zaaddodend middel kost ongeveer €9,50)	-	Het pessarium dient aangemeten te zijn en elk jaar door de arts te worden gecontroleerd.
<b>Periodieke onthouding</b>	Een natuurlijke methode waarbij men geen geslachtsgemeenschap in de periode van zeven dagen voor tot een of twee dagen na ovulatie heeft.	Elke ovulatie periode	5-24%	0	-	Cycli verschillen per persoon, het aantal dagen tussen de eerste dag van de menstruatie en de ovulatie is onzeker.
<b>Lactatie-amenorroemethode</b>	Borstvoeding als anticonceptie. Zolang men borstvoeding geeft (zonder bijvoeding aan de baby) en niet menstrueert is de kans op zwangerschap laag.	n.v.t.	2%	0	-	Wanneer men borstvoeding mindert of weer vaginaal bloedverlies heeft kan men weer vruchtbaar zijn.
<b>Coïtus interruptus</b>	Een natuurlijke methode waarbij voor de zaadlozing de penis uit de vagina gehaald wordt.	Elke keer tijdens geslachtsgemeenschap	4-22%	0	-	Deze methode is zeer onbetrouwbaar aangezien er voor de zaadlozing al zaad vrij kan komen.
<b>Persona</b>	De Persona anticonceptiemethode bestaat uit een monitor en urine test strips. Door het testen van de hoeveelheid hormonen in de urine kan men de dagen rondom de ovulatie bepalen. Op basis hiervan kunnen vrouwen weten wanneer ze wel en niet zonder voorbehoedsmiddelen geslachtsgemeenschap kunnen hebben.	Dagelijkse controle	6%	€ 89 per pakket	-	Vaak gebruikt wanneer men liever over een tijdje zwanger wil worden, maar wanneer het niet erg is als dat nu gebeurt.
<b>Sterilisatie man</b>	Zaadleiders worden onderbroken.	Eenmalig	0,1%	€600-1200,- per ingreep	Er is een klein risico op complicaties zoals infectie of nabloeding.	Definitieve anticonceptie betekent dat de mogelijkheid tot voortplanting niet meer bestaat. De eerste drie maanden na de sterilisatie kan nog vruchtbaar zaad vrijkomen.
<b>Sterilisatie vrouw</b>	Eileiders worden onderbroken.	Eenmalig	0,5-2%	€600-1200,- per ingreep		Definitieve anticonceptie betekent dat de mogelijkheid tot voortplanting niet meer bestaat.

\* De kans op zwangerschap is weergegeven, mits correct gebruik van de anticonceptiva. Het risico op gebruikersfouten bij de natuurlijke methoden is relatief groot.