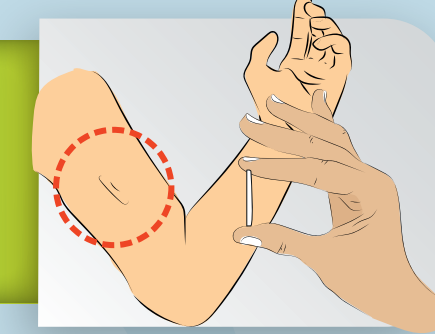


فعالية وسائل المبالدة بن الولادات

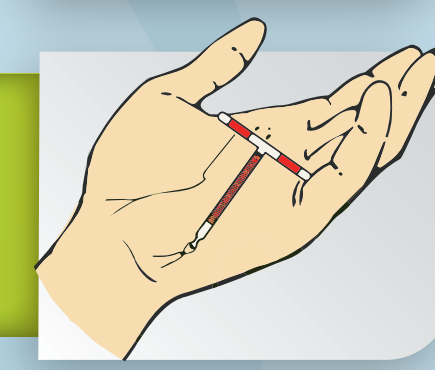
لا يجب عليك فعل أي شيء، الوسيلة فعّالة لمدة ٣ سنوات.

الغرسة



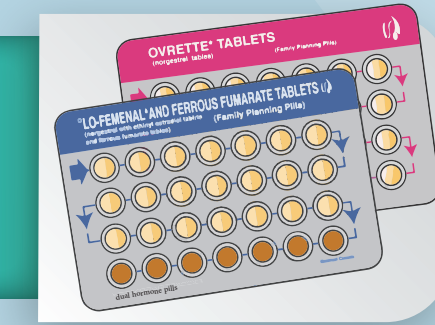
يجب عليك التأكد من وجود خيط اللولب في مكانه بعد كل دورة شهرية، فهو فعال لمدة ٨ إلى ١٠ سنوات.

اللولب
الرحمي



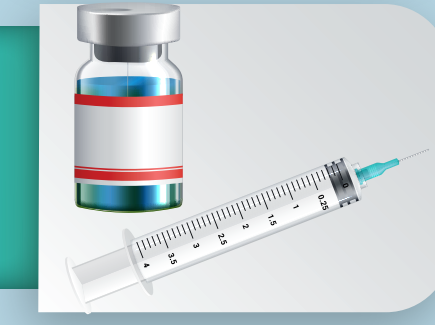
يجب تناول حبة واحدة يومياً في الوقت المحدد.

الحبوب
أحادية وثلاثية
الهرمون



يجب الحصول على الإبرة في موعدها المحدد «كل ٣ أشهر».

الإبرة



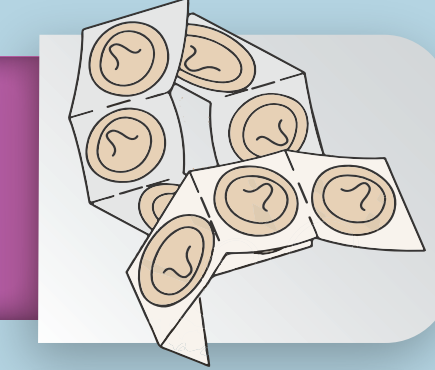
يجب الاستمرار في الرضاعة الطبيعية الخالصة تماماً بشكل متكرر صباحاً ومساءً من «١٠-١٢مرة» لتكون الفعالية جيدة وتقل الفعالية عند إدخال الأطعمة المكملة بعد ٦ أشهر.

الرضاعة
الطبيعية



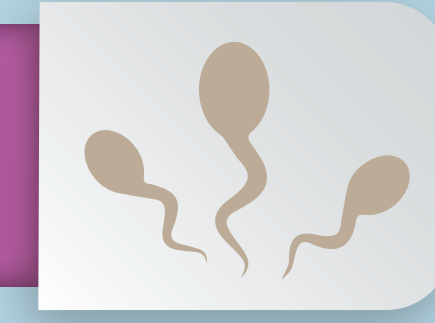
يجب استخدامه بالطريقة الصحيحة لمرة واحدة فقط وعدم استخدامه إذا كان قديم أو تعرض للشمس أو وجد به شرخ.

الواقي
الذكري



إستخدام الواقي الذكري أو الإمتناع عن العلاقة خلال أيام الخصوبة لزيادة الفعالية.

العزل



يجب أن تكون دورتك منتظمة لحساب أيام التبويض والخصوبة بدقة، ويفضل التوقف عن العلاقة خلال أيام الخصوبة أو استخدام الواقي الذكري.

فترة
الأمان



الأكثر فاعلية

الأقل فاعلية