

Handleiding docent - anticonceptie

Achtergrondinformatie voor de docent

In vergelijking met vrouwen zonder migratieachtergrond komen ongeplande zwangerschappen, abortussen en soa's vaker voor onder vrouwelijke migranten en nieuwkomers. Dat heeft verschillende oorzaken:

- Gebrek aan seksuele voorlichting in het land van herkomst;
- Vooroordelen of onjuiste informatie over anticonceptie, bijvoorbeeld dat het de vruchtbaarheid vermindert en ongezond is om niet ongesteld te worden;
- Angst voor de bijwerkingen, zoals hoofdpijn, hartkloppingen, buikpijn, haaruitval en gewichtstoename;
- Weinig kennis van de gezondheidszorg in Nederland;
- Schaamte en angst om met de dokter over anticonceptie te praten;
- Seksualiteit en anticonceptiegebruik vóór het huwelijk is een taboeonderwerp;
- De partner is tegen het gebruik van anticonceptie of bemoeit zich er helemaal niet mee.

Wat is anticonceptie?

Animatie afspelen. Na vertoning kunnen deelnemers de eerste reacties geven.

Notitie

Algemene vragen:

- *Wat heb je gezien?*
- *Welke soorten anticonceptie ken je nog meer?*

Verdiepende vragen:

- *Weet je wat het voordeel is van anticonceptie?*
- *Heb je in de animatie iets gezien of gehoord wat je nog niet wist?*

Zorg dat in ieder geval de volgende anticonceptiemiddelen aan bod komen: de condoom, de pil en het spiraaltje. Bespreek dat condooms ook beschermen tegen soa's. Geef aan dat je met anticonceptie zelf kunt bepalen of, wanneer en hoeveel kinderen je wilt. Benadruk dat anticonceptie niet alleen voor vrouwen is die seks hebben. Je kunt het bijvoorbeeld ook gebruiken tegen puistjes en menstruatiepijn.

Wat zijn je rechten?

- **Je hebt het recht om over je eigen lichaam te beslissen:**
Notitie: Jij bepaalt of je anticonceptie wilt gebruiken en welke.
- **Niemand mag je dwingen om wel of niet zwanger te worden.**
Dwingen is strafbaar.
- **Iedereen in Nederland heeft recht op anticonceptie:**
Notitie: Ook als je een verblijfsvergunning met verblijf bij partner hebt.
- **De dokter heeft geheimhoudingsplicht:**
Notitie: Leg uit dat dit betekent dat alles wat besproken is tussen de dokter en patiënt blijft.
- **Voor meisjes jonger dan 18 jaar is anticonceptie gratis:**
Notitie: Tussen de 18 en 21 jaar ook, maar gaan de kosten van het eigen risico af. Vanaf 21 jaar moeten vrouwen zelf betalen of zich aanvullend verzekeren. Verwijs door naar www.zorgwijzer.nl/vergoeding/anticonceptie voor meer informatie over de kosten.

Wat kan je doen?

- **Hoe kom je aan anticonceptie?**

Notitie: Neem contact op met de dokter. De dokter wil erachter komen welke anticonceptie het beste bij iemand past. Daarom stelt hij vragen. De dokter schrijft daarna een recept. Met dat recept kan de anticonceptie bij de apotheek worden opgehaald.

- **Stiekem anticonceptie gebruiken**

Notitie: Benadruk dat iedereen de baas is over diens eigen lichaam. Toch kan het zijn dat iemand stiekem anticonceptie moet gebruiken. Verwijs door naar de website www.femmesforfreedom.com voor tips.

- **Mannen en anticonceptie**

Notitie: Leg uit dat een zwangerschap soms (nog) geen goed idee is, bijvoorbeeld omdat het financieel niet uitkomt of omdat de vrouw net bevallen is. Toch willen sommige mannen niet dat hun vrouw anticonceptie gebruikt, of ze willen er niet over nadenken. Benadruk dat het belangrijk is om samen over anticonceptie te praten.

- **Met je kind praten**

Notitie: Het is belangrijk dat je met je kind praat over het lichaam, seks en anticonceptie. Luister naar je kind. Geef het gevoel dat je kind over alles met je kan praten.