

## 3.4 Anticonceptiekoppels

### Casus 1: Shifa

Shifa is een succesvolle topturnster. Haar trainingschema is zeer strak en intensief, en ze doet regelmatig mee aan wedstrijden. Ze zoekt een anticonceptiemiddel waarmee ze haar menstruatie kan uitstellen voor grote wedstrijden, omdat ze merkt dat haar menstruatie invloed heeft op haar prestatie. Door haar drukke agenda wil ze er het liefst niet elke dag aan denken. Ze is niet zo close met haar teamgenoten dus heeft liever niet dat zij weten dat ze anticonceptie neemt en daar vragen over beginnen te stellen.

- Welk anticonceptiemiddel raad je haar aan?
- Waarom denk je dat dit het meest geschikt is?

### Casus 2: Fia en Lori

Fia en Lori zijn twee cisgender\* vrouwen die sinds kort een monogame relatie met elkaar hebben. Fia heeft nog nooit seks gehad. Lori heeft al wel enkele eerdere relaties achter de rug, met zowel vrouwen als mannen. In die relaties was Lori seksueel actief.

*\*Een cisgender vrouw is iemand die geboren werd met vrouwelijke geslachtskenmerken en die zich ook vrouw voelt.*

- Welk anticonceptiemiddel raad je hen aan?
- Waarom denk je dat dit het meest geschikt is?

### Casus 3: Loreen

Loreen heeft verschillende relaties. Onlangs is het condoom gescheurd tijdens de seks en dat heeft voor paniek gezorgd bij haar en haar sekspartner. Loreen heeft geen kinderwens. Ze heeft na de onbeschermd seks een noodpil genomen en is toen gelukkig niet zwanger geworden. Maar Loreen wil dit niet nog eens meemaken. Ze vraagt zich af of condooms wel betrouwbaar genoeg zijn als anticonceptiemiddel. Ze wil een betrouwbaar anticonceptiemiddel kiezen, zonder hormonen.

- Denk je dat condooms in dit geval voldoende zijn?
- Welke anticonceptiemiddel raad je haar aan?
- Waarom denk je dat dit het meest geschikt is?

### Casus 4: Elliot

Elliot is een trans man\*. Hij zit in de beginfase van zijn transitie en wil intussen alles doen om zich goed te voelen in zijn lichaam. Geconfronteerd worden met zijn vrouwelijke geslachtsdelen is voor Elliot zeer moeilijk, het liefst menstrueert hij niet. Hij heeft er fysiek last van en ook mentaal vindt hij het lastig. Langdurige anticonceptie zoals een spiraaltje of implantaat is momenteel geen optie. Hij hoopt binnenkort met hormoontherapie te starten, waardoor langdurige oplossingen nu geen logische stap zijn. Elliot neemt al elke dag medicatie. Het is voor hem ook belangrijk dat de anticonceptie discreet is, hij wil niet dat klasgenoten iets kunnen zien als ze zich moeten omkleden tijdens de sportles.

*\*Een trans man of transgender man is een persoon die geboren is met vrouwelijke geslachtskenmerken maar zich identificeert als man.*

- Welk anticonceptiemiddel raad je hem aan?
- Waarom denk je dat dit het meest geschikt is?



### Casus 5: Mehdi en Thalia

Mehdi en Thalia zijn net getrouwd en gaan binnenkort als huwelijksreis 3 maanden rondtrekken door Zuid-Amerika. Volgende week moet Thalia naar de huisarts om haar hormoonspiraaltje te laten verwijderen. Wanneer ze van hun huwelijksreis terugkomen, willen ze aan kinderen beginnen, maar nu nog niet. Thalia zoekt dus een andere oplossing tijdens de reis. Graag een oplossing waar ze niet aan hoeft te denken tijdens de vakantie.

- Welk anticonceptiemiddel raad je hen aan?
- Waarom denk je dat dit het meest geschikt is?

### Casus 6: Marc en Isa

Marc heeft Isa een paar maanden geleden leren kennen op een feestje in het jeugdhuis. Sindsdien zijn ze samen. Tot nu gebruikten ze altijd een condoom, maar Marc wil hier graag mee stoppen. Een uitwendig condoom voelt voor hem altijd als 'gedoe': het onderbreekt de fun, het vermindert het gevoel ... Nu hij in een vaste relatie zit, moet dit volgens hem anders kunnen. Isa deelt Marc's mening wel. Zij is het ook beu om condooms te gebruiken. Ze heeft eerder al hormonale anticonceptie gebruikt, maar kreeg daardoor last van stemmingswisselingen. Ze voelde zich vaak enorm somber, sindsdien vermijdt ze liever hormonen.

- Welk anticonceptiemiddel raad je hier aan?
- Waarom denk je dat dit het meest geschikt is?

### Casus 7: Lily

Lily is net uit elkaar met haar ex. Toen ze samen waren, nam Lily altijd de pil. Nu ze single is, heeft ze geen zin meer om elke dag aan anticonceptie te denken. Ze is momenteel niet aan het daten, maar wil wel nog steeds haar menstruatie kunnen regelen. Daarom wil ze overstappen op een ander anticonceptiemiddel.

- Welk anticonceptiemiddel raad je haar aan?
- Waarom denk je dat dit het meest geschikt is?

### Casus 8: Sammy

Sammy neemt al een aantal jaar de pil en is altijd tevreden geweest over deze vorm van anticonceptie. Het geeft haar een gevoel van controle over haar lichaam en menstruatiecyclus. Ze vindt het fijn om er elke dag mee bezig te zijn, de routine helpt haar om het niet te vergeten. Ze denkt alleen dat de pil effect heeft op haar stemming. Ze voelt zich de laatste tijd wat emotioneler en heeft gelezen dat de pil invloed kan hebben op je gemoedstoestand. Maar stoppen met de pil ziet ze niet zitten.

- Welk advies zou je haar geven?
- Welk anticonceptiemiddel raad je haar aan?
- Waarom denk je dat dit het meest geschikt is?

### Casus 9: Elise

Elise wil haar lichaam zo natuurlijk mogelijk houden. Ze wil geen anticonceptiemiddel gebruiken dat invloed heeft op haar menstruatiecyclus, dus hormonale anticonceptie is geen optie voor haar. Doktersbezoeken vindt ze stresserend en stelt ze meestal zo lang mogelijk uit. Ze wil absoluut geen medische ingreep ondergaan. Ze heeft zelden seks, maar als het gebeurt wil ze zich uiteraard wel beschermen tegen een ongewenste zwangerschap. Ze vindt het belangrijk om haar verantwoordelijkheid te nemen, maar zoekt iets dat past bij haar levensstijl.

- Welk anticonceptiemiddel raad je haar aan?
- Waarom denk je dat dit het meest geschikt is?

### Casus 10: Madison

Madison is een bezige bij. Met haar duizenden hobby's heeft ze geen zin om veel na te denken over anticonceptie. Ze heeft momenteel geen relatie, maar is wel aan het daten en wil zichzelf graag beschermen tegen ongeplande zwangerschap. Op een condoom alleen vertrouwt ze niet, en kinderen staan echt niet op haar verlanglijstje voor de komende jaren. Haar menstruatie krijgen, vindt ze niet erg. Zolang ze maar echt veilig is voor zwangerschap en er voor de rest niet mee bezig hoeft te zijn.

- Welk anticonceptiemiddel raad je haar aan?
- Waarom denk je dat dit het meest geschikt is?

