

## SUMARI

Presentació	5
Introducció a la comprensió del quadern	7
<b>Què és la sexualitat</b>	<b>9</b>
Compartir la sexualitat	10
Parlem de prevenció	11
<b>Els mètodes anticonceptius</b>	<b>13</b>
Preservatiu o condó	13
Preservatiu femení	15
Diafragma	15
Productes espermaticides	16
DIU (dispositiu intrauterí)	16
Anticoncepció hormonal oral. Les «pastilles» o píndoles	17
Mètodes anticonceptius permanents	18
Mètodes d'abstinència periòdica	18
Ogino	19
Temperatura basal	19
Moc cervical o <i>billings</i>	19
La «marxa enrere» (coït interromput)	19
Per remarcar	19
Com escollir el mètode anticonceptiu més adequat?	20
El tractament postcoïtal: «la píndola de l'endemà»	20
El retard menstrual	20
Avortament o interrupció voluntària de l'embaràs (IVE)	20

<b>Malalties de transmissió sexual</b>	<b>23</b>
Què són les malalties de transmissió sexual (MTS)?	23
Quins en són els principals senyals d'alerta?	23
Les malalties de transmissió sexual més freqüents en el nostre medi	24
Gonocòccia o gonorrea	24
Sífilis	25
Infecció per clamídia	26
Herpes genital	27
Condilomes	27
Hepatitis B	28
Sida	29
Vulvovaginitis	31
Tricomoniassi	31
Candidiasi o infecció per fongs	31
Infeccions per paràsits	32
Sarna	32
Pediculosi púbica (lladelles)	33
<b>Què has de fer si penses que tens una MTS?</b>	<b>35</b>
Qui pot ajudar-te?	35
Si t'han diagnosticat una MTS	36
Prevenir és la millor manera d'evitar les MTS	36
Preservatiu o condó	36
Telèfons d'interès	37