



“미래사회 역량을 갖춘 능동적이고 창의적인 인재육성”

가정통신문

발송일 2023. 09. 27.

발송처 군산진포중학교

문의전화 462-3206

제 목

제목: 2023년 10월 보건소식지

10월 보건소식지

이성교제와 임신·출산과 피임

01

올바른 이성교제

이성교제란?



일반적으로 청소년기에 **우정 또는 애정**을 가지고 이성을 사귀는 일을 말합니다

이성과의 사귀를 통해 동성이 갖고 있지 않은 사고와 관심 등을 이해하고 나누며, 자신의 인격성장에 도움을 주고 받을 수 있습니다

이성친구 간 지켜야할 예절



나의 생각·의견을 분명하게 표현해주세요

나의 감정 표현

나의 생각 표현

분명하게 거절



이성친구를 서로 존중해주세요

상대의 감정존중

상대의 생각존중

동의 구하기

성적자기결정권 존중하기

이성친구가 거부하는 **애정표현 및 스킨십**은 **STOP!**

이성친구의 **성적자기결정권**을 존중해주세요

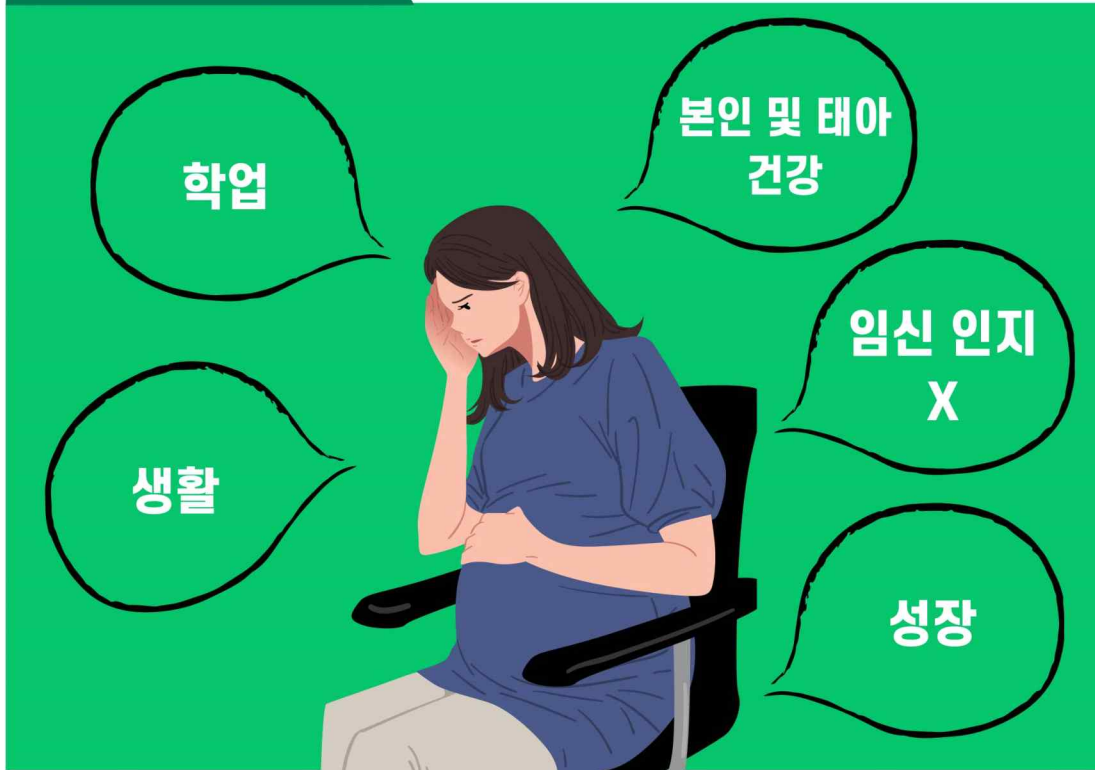
성적자기결정권의 올바른 선택 방법은 7월 보건소식지에 있어요

임신과 출산

청소년기 임신과 출산시 나타나는 문제

청소년기 준비가 되지 않은 임신의 경우 조심해야할 것, 임신 유지 방법 등을 모르는 경우가 많아요
 청소년 임신부는 아직 성장하는 시기로 태아 뿐 아니라 본인의 건강까지 나빠질 수 있는 위험이 있어요

청소년기 임신 문제



임신 인지 X

청소년기 월경주기가 일정하지 않아서 월경을 하지 않더라도 임신으로 인지하지 못할 수 있음

→ 성관계 경험이 있다면 월경을 하지 않을 때 항상 임신 가능성 고려해야함

성장기

만15세 미만 청소년의 자궁은 계속 성장
 청소년은 만18세까지 성장



임신중독증, 조산, 사산 확률 증가
 영양부족으로 인한 성장 장애

본인과 태아 건강 악화

임신 인지를 못하거나 임신 사실을 숨겨서 임신 중 검진을 받지 못해 본인과 태아 건강문제 발생
 철분, 엽산, 영양소 등을 적절한 시기에 섭취하지 못해서 성장과 건강에 악영향을 미침

피임의 필요성과 오해

필요성과 오해에 대해 알아봅시다

피임이란? 성관계 시 수정 및 착상이 되는 과정을 의도적으로 차단하여 임신을 막는 방법입니다



효과가 100%인
피임법은 없다

피임의 필요성



1. 원치 않는 임신을 하지 않기 위해서
2. 계획된 임신을 위해서
3. 미혼모/미혼부가 되지 않기 위해서
4. 성병을 예방하기 위해서
5. 위험한 낙태를 하지 않기 위해서

피임법의 성공률

1. 불임수술 = 99%
2. 먹는 피임약 = 91~99%
3. 콘돔 = 89~98%
4. 질외사정 = 78%

※ 정확한 사용법을 알아야 피임효과를 높일 수 있어요

피임에 대한 오해와 진실

1. 생리중에는 임신이 안되나요?



아닙니다

생리기간이 길면 그 사이 배란이 일어날 수 있고 다른 원인 때문에 배란이 일찍 일어날 수 있으므로 생리 중에도 임신이 될 수 있어요

2. 응급피임약이 낙태를 유발하나요?



아닙니다

"낙태약"이라고 부르는 미페프리스톤과 응급피임약은 서로 다른 약입니다.
응급피임약은 수정란이 자궁에 착상된 후에 임신종결에 대한 효과가 없습니다

3. 피임약을 먹으면 암이 잘 생기나요?



아닙니다

최근 연구결과에 따르면 자궁내막암, 난소암, 대장암의 발생은 오히려 감소하는 것을 알 수 있습니다

4. 질 외 사정법은 안전한가요?



아닙니다

남성의 요도벽에 소량의 정자가 들어 있을 수 있어 피임에 실패할 확률이 있습니다

올바른 피임 방법

피임방법에 대해 알아봅시다

올바른 피임방법은 수정 및 착상이 되는 과정을 의도적으로 차단하여 효과적인 피임을 할 수 있습니다

경구피임약

1. 효과

- 난포의 성숙과 배란을 막아줌
- 자궁내막을 얇게 유지시켜 착상을 어렵게 함
- 자궁경부 점액을 끈끈하게 하여 정자의 이동을 방해

2. 사용법

- 월경이 시작되는 첫날부터 복용
- 하루에 1알 매일 정해진 시간에 복용
- 21정을 먹고 7일간 휴지기를 가진다

3. 주의할 점

- 피임약 복용을 잊지 않고 복용
- 처음 사용은 전문의의 처방하에 복용하기
- 35세이상의 흡연자, 심한 고지혈증, 고혈압 등 질환이 있는 사람은 금기

콘돔

1. 효과

- 음경에 끼워 정자가 질 안으로 들어가는 것을 예방
- 사용이 간편하고 값이 싸며, 일부 성병을 예방

※ 일반형 콘돔은 청소년도 구매가능해요

2. 콘돔 사용방법

- 그림을 참고하여 콘돔 사용방법을 익혀봅시다

1



유통기한이 지나지 않은 콘돔을 준비한다.

2



콘돔을 포장에서 꺼낸다.

3



콘돔의 링을 외부로 향하게 하고 끝을 비틀어 공기를 뱀다.

4



콘돔의 링을 감싸면서 발기된 음경에 씌운다.

5



사용 후 발기된 상태에서 콘돔의 링을 잡고 제거한다.

6



사용한 콘돔을 묶은 후 휴지로 싸서 버린다.

출처: 네이버 지식사전

응급 피임약

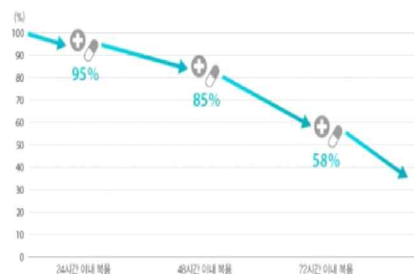
1. 사용방법

- 성관계 후 72시간 이내에 복용하기
- 반드시 의사의 처방이 있어야 함

2. 효과

- 고농도의 복합호르몬이 자궁내막을 강제로 탈락시켜 착상을 막는다

응급 피임약의 피임 효과



응급피임약을 복용해야 하는 상황이 발생하면 최대한 빨리 복용해야 피임 효과를 높일 수 있습니다.

- 로스티노원, 노르보인, 레보나.라원 - 성교 후 72시간 이내 1알 복용
- 레보노인, 세스콘 원액, 피스트일 - 한 알 복용 후 12시간 후 다시 한 알 복용

※ 성관계 이후 빠르게 복용하면 할수록 효과 ↑

3. 콘돔 사용시 주의사항

콘돔 상태 확인

재사용



유효기간 확인

2023. 9. 27.

군산진포중학교장(직인생략)