

The background of the slide features a microscopic view of numerous sperm cells, characterized by their oval heads and long, thin tails, scattered across a dark field. In the upper right corner, a portion of a glass petri dish is visible, containing a fine, light-brown powder. The overall color palette is warm, dominated by browns and tans.

ANTI KONCEPCE

Vypracovala: Eva Jeřábková

Antikoncepce:

- Obrana proti oplodnění při vaginálním styku. Má zabránit vniknutí spermií do vajíčka při souloži.



Rozdělení antikoncepce

Nehormonální antikoncepce:

- Bariérová antikoncepce
- Chemická antikoncepce
- Nitroděložní antikoncepce
- Sterilizace
- Metoda plodných a neplodných dnů
- Přerušovaná soulož
- Chrání před otěhotněním vytvářením bariér proti spermím, zamezuje jejich pohybu nebo vytváří v děloze nepřátelské prostředí vůči nim.

Hormonální antikoncepce:

- Kombinovaná pilulka
- Minipilulka
- Pohotovostní záchranná pilulka
- Gestagenní antikoncepce
- Antikoncepční náplasti
- Zabraňuje zrání a uvolnění vajíčka (ženské zárodečné buňky) a v děloze vytváří nepřátelské prostředí pro spermie.



Nehormonální antikoncepce

Bariérová antikoncepce

- Muži – *Kondom (prezervativ)*
- spolehlivost: 2 - 12 žen ze sta během jednoho roku otěhotní
- Kondom je trubice z jemné latexové gumy na jednom konci uzavřená. Latexové kondomy jsou baleny v rolovací formě, jsou určeny k nasunutí na konec penisu a pak natažení přes penis v erekci. Jako metoda antikoncepce mají kondomy výhodu, že jejich použití je prakticky bez vedlejších efektů a že poskytují ochranu i před sexuálně přenášenými infekcemi.

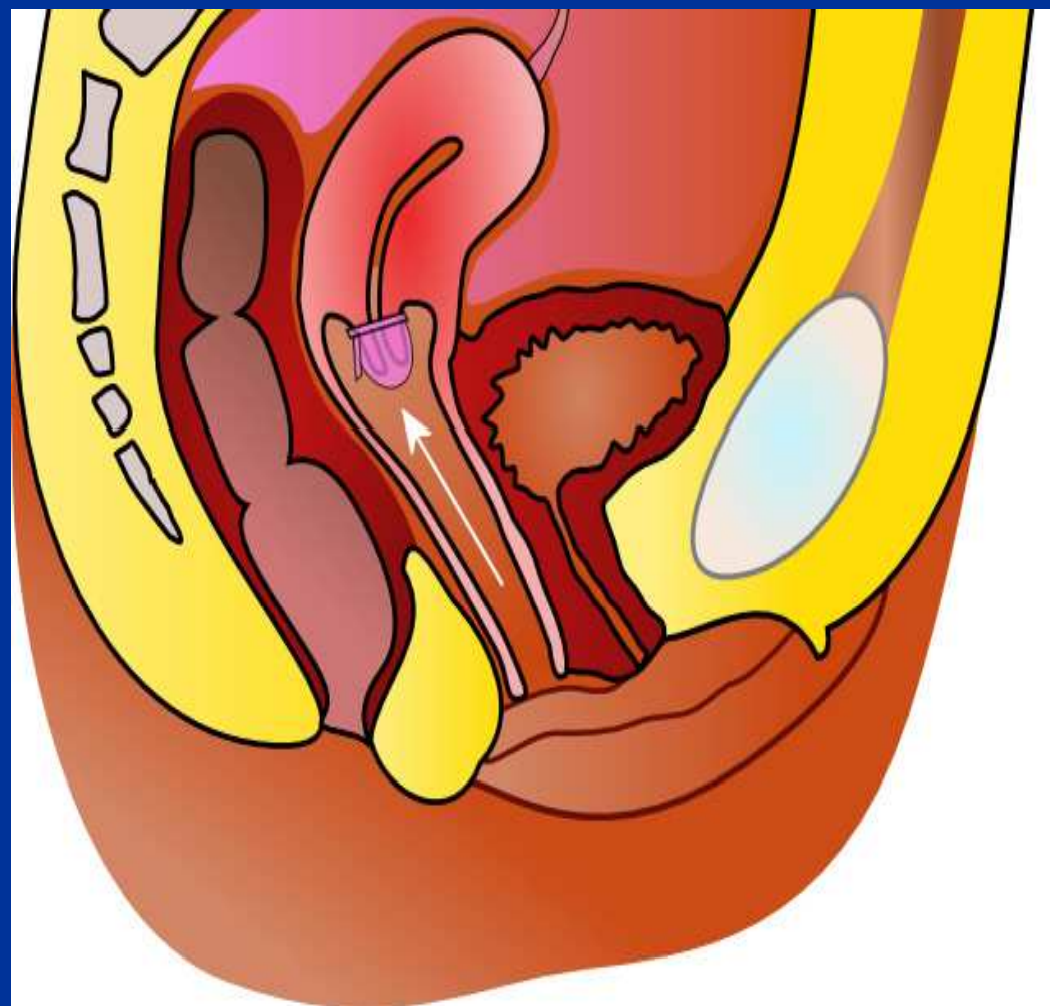
Kondom



Bariérová antikoncepce

- *Ženy – Poševní pesary*
- spolehlivost: 12 žen ze sta během 1 roku otěhotní
- Jsou to gumové membrány, které se zavádí před pohlavním stykem do pochvy tak, aby kryly děložní čípek a bránily spermii proniknout do hrdla dělohy. Při společném použití se spermicidní látkou dosahuje jejich spolehlivost 96 – 97 %. Pesarů jsou dva druhy: vaginální a cervikální. Největší výhodou je to, že nemají žádné vedlejší účinky. Pro použití je nutno se poradit s lékařem.

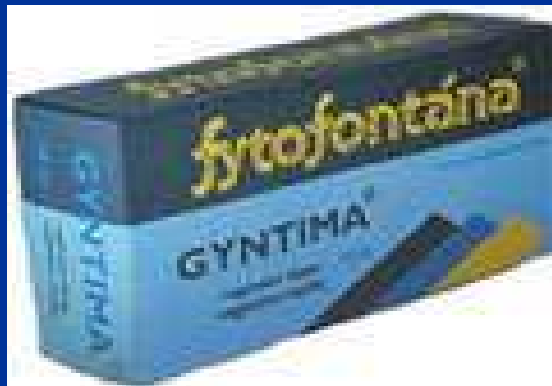
Poševní pesar



Chemická antikoncepce

- *Spermicidní přípravky (krémy, pěny, gely...)*
- *spolehlivost: 3 - 21 % žen během 1 roku otěhotní*
- Vytvářejí bariéru mezi mužským spermatem a ženským vajíčkem. Obsahují chemikálie, které zabíjejí spermie a brzdí jejich postup vzhůru pochvou. Samy o sobě nejsou příliš spolehlivé, proto se používají v kombinaci s prezervativem, pesarem, nebo antikoncepčními pilulkami. Tyto přípravky jsou k dostání bez receptu, avšak doporučuje se konzultace s lékařem.

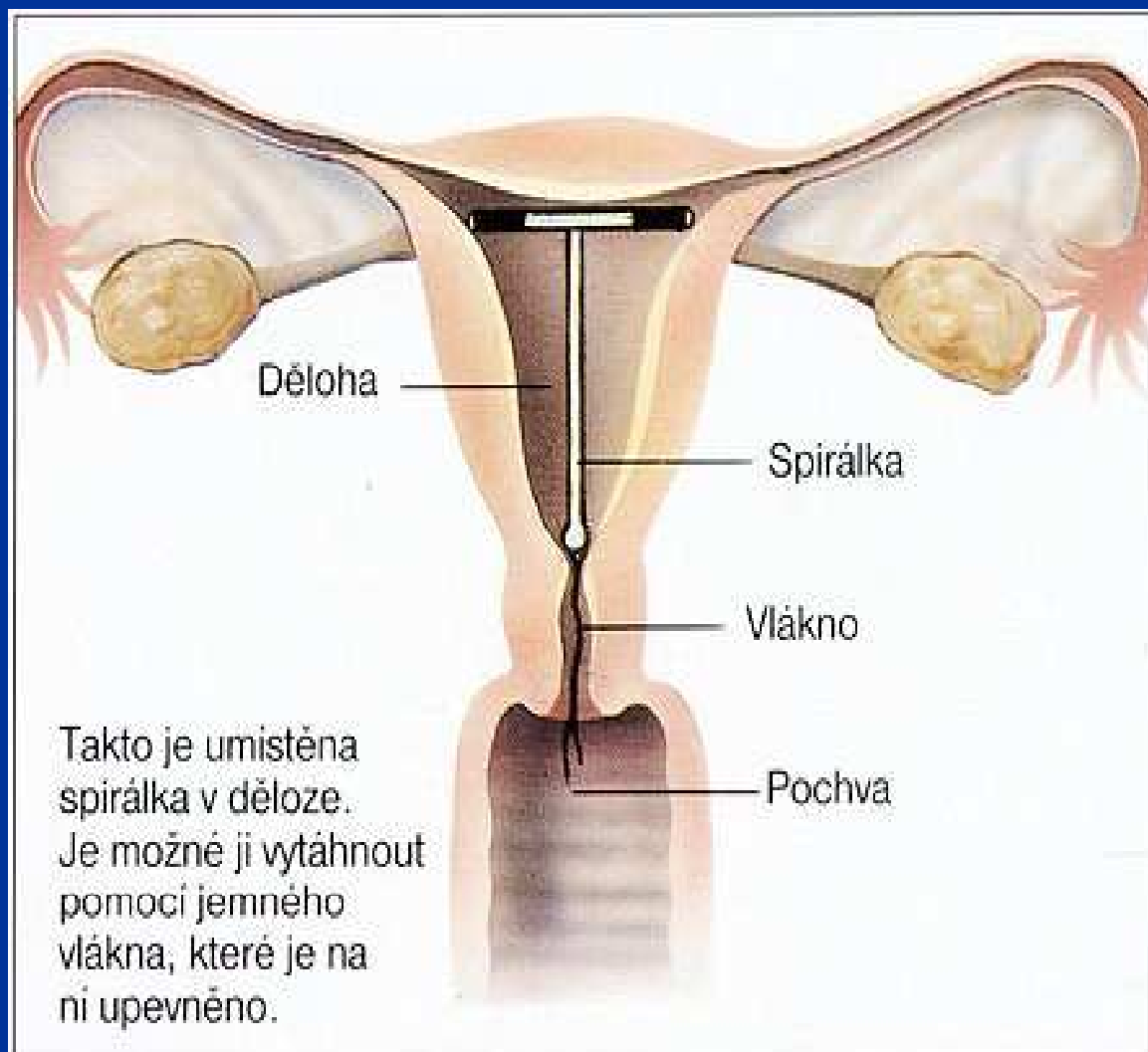
Spermicidy



Nitroděložní antikoncepce

- *Nitroděložní tělísko (IUD, DANA)*
- *spolehlivost: 0,8 - 3 % žen během 1 roku otěhotní*
- Spolehlivý prostředek, který je gynekologem zaveden do dělohy, zde se ponechává často až 5 let-max. Je vyrobeno z plastu, nebo kovu doplněným měděným drátkem, který má toxický vliv, nebo tělísko obsahuje hormon nostergerel, který působí na hlen děložního hrdla. Tímto výskytem cizího tělesa v děloze jsou přitahovány bílé krvinky, které likvidují spermie.
- **Nežádoucí účinky** - souvisí se zánětem – zánět dělohy, vaječníků, vejcovodů...

Nitroděložní tělísko



Spirálka, u nás lépe známá pod označením DANA, je také velmi účinnou metodou k zabránění těhotenství.

Sterilizace

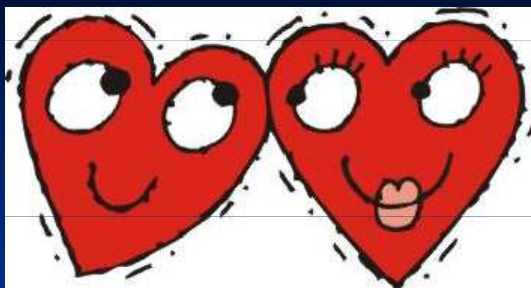
- U ženy podvazem vejcovodů, u muže podvazem chámovodů. Po provedení zákroku již nelze otěhotnět.

Přerušovaná soulož

- **spolehlivost: 4 - 18 žen ze sta během 1 roku otěhotní**
- **Patří k nejstarším metodám. Muž se při ní snaží přerušit pohlavní styk tak, aby k výronu jeho semene došlo mimo pochvu. Podle průzkumů používá tento způsob ochrany před početím v České republice až 40 % párů. Metoda klade nároky na sebekontrolu partnera a je velmi nespolehlivá.**
- **Odovídá za většinu nechtěných těhotenství.**

Metoda plodných a neplodných dnů

- spolehlivost: 20 % žen během 1 roku otěhotní
- Žena může otěhotnět jen v některé dny v průběhu menstruačního cyklu. Je založena na omezené době životaschopnosti spermií a vajíčka. Po ovulaci je vajíčko bez oplození schopno přežít maximálně 72 hodin. Životnost spermií v těle ženy se odhaduje na maximálně 7 dní. Plodné období ženy by tedy mělo začínat sedm dní před ovulací a končit tři dny po ní. V těchto dnech je nutné vyvarovat se pohlavnímu styku.
- Závisí na disciplinovanosti partnerů a na tom, s jakou přesností se podaří určit ovulaci. K jejímu přesnému určení se používá řada metod - kalendářová metoda, měření bazálních teplot, hlenová metoda, změny na děložním čípku, symptotermální metoda a stanovení ovulace pomocí krystalizace slin.



Hormonální antikoncepce

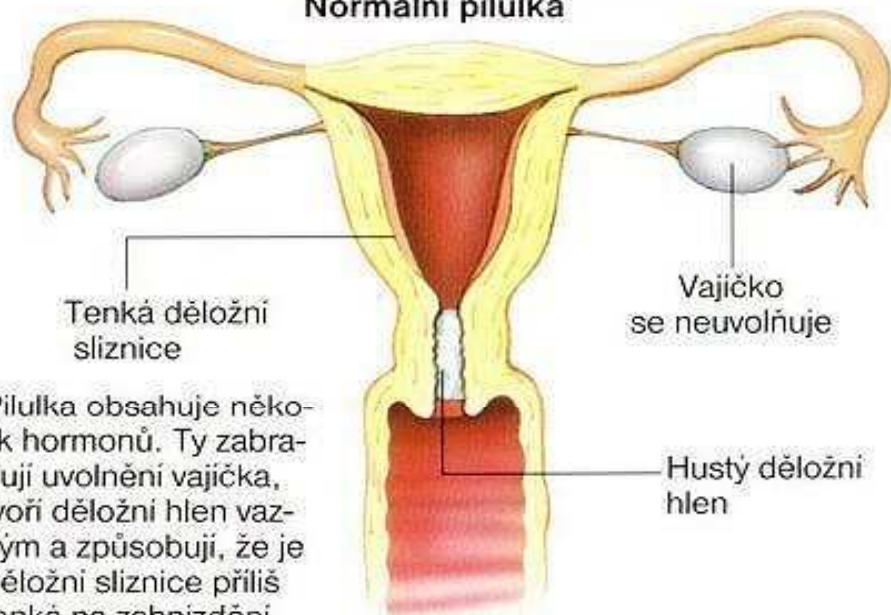
Kombinovaná pilulka

- Je metodou, která ve srovnání s ostatními antikoncepčními metodami nejméně selhává. Spočívá v denním užívání pilulky s hormony po dobu tří týdnů. Potom následuje sedmidenní pauza, během které obvykle začíná, případně i končí, pseudomenstruace (nepravá menstruace). Pak následuje znovu třítýdenní užívání pilulky. Obsahují ženské pohlavní hormony estrogen a gestagen. Pilulky ovlivní charakter hlenu v děložním hrdle tak, že pro spermie nepropustný.

Minipilulka

- **Netradiční metoda hormonální antikoncepce.** Oproti klasické pilulce obsahuje jen jeden z obou hormonů, a to gestagen ve velmi nízké dávce. Bere se denně bez přestávky. Působí změny hlenu děložního krčku, které jsou v podstatě stejné jako u klasické pilulky. Významně ovlivňuje a narušuje sliznici děložní, a tak ztěžuje uhnízdění zárodku člověka. Nezřídka vede i k nepravidelnému děložnímu krvácení. Ovulaci ale blokuje minipilulka velmi nespolehlivě. Její výhodou je, že odpadnou všechny nepříznivé vedlejší účinky estrogenové složky klasické pilulky.

Normální pilulka



Pilulka obsahuje několik hormonů. Ty zabráňují uvolnění vajíčka, tvoří děložní hlen viskózním a způsobují, že je děložní sliznice příliš tenká na zahnzdění vajíčka.

Minipilulka



Minipilulka zabrání uvolnění vajíčka ze 40%, je však spolehlivá, protože děložní hlen je hustý a děložní sliznice příliš ztluštělá k zahnzdění vajíčka.



Pilulka i minipilulka působí rozdílně, jsou ale stejně spolehlivé.

Pohotovostní záchranná pilulka

- Jde o hormonální tabletky, které se používají jednorázově po nechráněném pohlavním styku. Tyto přípravky slouží jako nouzový prostředek zejména v případech, kdy selhala jiná antikoncepční metoda, nebo kdy její účinnost nelze zaručit. Jejich požití často provázejí vedlejší účinky, zejména poruchy v pravidelnosti menstruačního krvácení. Tyto pilulky nelze používat pravidelně, slouží jen jako prostředek v případě nouze.
- Měla by se užít do 24 hodin po styku, nejdéle však do 72 hodin po styku, podle typu pilulky.
- Nesmí být použita vícekrát než jednou za měsíc. Je vhodná při jednorázovém selhání jiné antikoncepce, např. sklouznutí kondomu. Lékaři ji rozhodně nedoporučují užívat jako pravidelnou formu antikoncepce.

Gestagenní antikoncepce

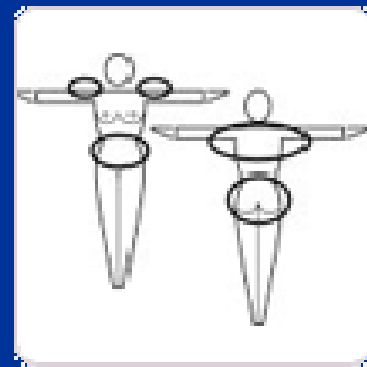
- *Depotní nitrosvalová injekce*
- Jde o injekce ženského pohlavního hormonu progesteronu, které se podávají 4x ročně. Při správném použití je jeho účinnost stoprocentní. Používá se pouze, pokud jsou běžné metody nevhodné. Mají více vedlejších účinků. Injekce jsou dlouhodobě působící, po přerušení této antikoncepce může trvat šest měsíců i dva roky, než žena otěhotní.

Gestagenní antikoncepce

- *Podkožní implantát*
- Tyčinka velikosti zrnka rýže se všije pod kůži (paže) a uvolňuje zde malé množství hormonu. Délka účinku může dosáhnout až několika let. Kapsli lze kdykoliv vyjmout. Závažné vedlejší účinky se však pozorovaly v případě poškození kapsle v podkoží. V takových případech je někdy obtížné i odstranění jejích zbytků.






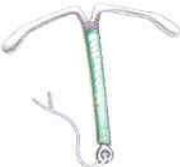

Antikoncepční náplasti

- Uvolňují hormony průběžně přímo do krve. Jejich hladina v těle je stabilní a játra nezpracovávají nárazy, které přicházejí po každém spolknutí tablety. Náplast obchází žaludek a její účinnost zůstává nezměněna při průjmu nebo zvracení. Nalepuje se co sedm dní.







Hormonální antikoncepce

Zabraňuje zrání a uvolnění vajíčka (ženské zárodečné buňky) a v děloze vytváří nepřátelské prostředí pro spermie.

| Antikoncepční metoda | Jak je účinná? | Jak často ji musím užívat? | Jsou nějaká omezení této metody? | Jak rychle mohu otěhotnět po přerušení užívání? | Potřebuji lékařský předpis? | Ochrání mě před pohlavními chorobami a HIV? | Mohu tuto metodu užívat při kojení? | Co bych měla o této metodě ještě vědět? |
|---|----------------|--|---|--|--|---|--|--|
|  <p>Antikoncepce v náplasti</p> | Víc jak 99% | Náplast se lepí jednou týdně po tři týdny, čtvrtý týden se vynechává | Mohou být zdravotní - je nutno předem konzultovat s lékařem | V měsíci následujícím po vysazení | ANO | NE | NE | Zpoždění výměny náplasti o méně než 48 hodin nemá vliv na účinnost |
|  <p>Kombinovaná pilulka (obsahuje estrogen a gestagen)</p> | 99% | Denně po 21 (někdy 28) dnů, vždy ve stejné denní dobu | Mohou být zdravotní - je nutno předem konzultovat s lékařem | V měsíci následujícím po vysazení | ANO | NE | NE | Zpoždění užití o víc jak 12 hodin může vést k selhání |
|  <p>Minipilulka (obsahuje pouze gestagen)</p> | 98% | Denně, vždy ve stejnou denní dobu | Mohou být zdravotní - je nutno předem konzultovat s lékařem | V měsíci následujícím po vysazení | ANO | NE | ANO | Zpoždění užití o víc jak 3 hodiny může vést k selhání |
|  <p>Pohotovostní (záchranná) pilulka</p> | 98% | Možno užít do 72 hodin po nechráněném pohlavním styku nebo při selhání jiné antikoncepce | V případě rizika otěhotnění není absolutní důvod, proč antikoncepci nepodat | Používá se po pohlavním styku. Pokud ji neužijete, můžete otěhotnět. | ANO | NE | ANO ve výjimečném případě (užít ihned po kojení) | Není určena k pravidelnému užívání (nesmí být použita víc jak jedenkrát měsíčně) |
|  <p>Injekční antikoncepce</p> | Víc jak 99% | Aplikuje se jednou za 3 měsíce (tj. 4x ročně) | Mohou být zdravotní - je nutno předem konzultovat s lékařem | Návrat plodnosti může trvat až 10 měsíců po vysazení | Injekce Vám aplikuje lékař | NE | ANO | Mohou se vyskytnout nepravidelnosti menstruačního cyklu. Až 70% žen do roka užívání přestává menstruovat |
|  <p>Nitroděložní hormonální tělísko (IUS)</p> | Víc jak 99% | Předpokládaná délka užití je 5 let (s možností předčasného ukončení) | Mohou být zdravotní - je nutno předem konzultovat s lékařem | V měsíci následujícím po výjmutí tělíska | IUS zavádí a vyjímá lékař | NE | ANO | Mohou se vyskytnout nepravidelnosti menstruačního cyklu. Až 20% žen do roka užívání přestává menstruovat |
|  <p>Podkožní tyčinka (Implantát)</p> | 99% | Předpokládaná délka užití je 3 roky (s možností předčasného ukončení) | Mohou být zdravotní - je nutno předem konzultovat s lékařem | V měsíci následujícím po výjmutí tělíska | Do podkoží vnitřní strany paže vpichuje a vyjímá lékař | NE | NE | Mohou se vyskytnout nepravidelnosti menstruačního cyklu. Až 40% žen do roka užívání přestává menstruovat |

Nehormonální antikoncepce

Chrání před otěhotněním vytvářením bariér proti spermům, zamezuje jejich pohybu nebo vytváří v děloze nepřátelské prostředí vůči nim.

| | | | | | | | | |
|--|-------------|--|--|--|---|-----|-----|--|
|  <p>Mužský kondom</p> | 93% | Nutno použít při každém pohlavním styku | Oznamte svému lékaři, že máte v plánu užívat tuto metodu | Pokud nepoužijete kondom, nejste chráněna před otěhotněním | NE | ANO | ANO | K dosažení dobré účinnosti a jako ochrana před pohlavními chorobami se musí používat důsledně od počátku do konce pohlavního styku |
|  <p>Spermicidy (ve formě vaginálních čípků nebo gelu)</p> | 95% | Nutno zavést do pochvy deset minut před každým pohlavním stykem | Oznamte svému lékaři, že máte v plánu užívat tuto metodu | Pokud čípky nebo gel nepoužijete, nejste chráněna před otěhotněním | NE | NE | ANO | Vhodné kombinovat s jinou antikoncepční metodou (nejlépe s mužským kondomem) |
|  <p>Nitroděložní tělísko (IUD)</p> | 98% | Předpokládaná délka užití je 5 let (s možností předčasného ukončení) | Mohou být zdravotní - je nutno předem konzultovat s lékařem | V měsíci následujícím po vyjmutí | Tělísko zavádí a vyjímá lékař | NE | ANO | Méně vhodné pro ženy, které ještě nerodily |
|  <p>Sterilizace</p> | Víc jak 99% | Chirurgický zákrok, po jehož provedení jste trvale neplodná | Omezeno pro ženy nad 40 let, ženy s více dětmi a při zdravotní nevhodnosti jiné metody | Po provedení zákroku již nelze otěhotnět | Sterilizaci (chirurgické přerušení vejcovodů) provádí lékař | NE | ANO | Nevhodné pro ženy, které ještě v budoucnu zvažují těhotenství |

Pro koho antikoncepční pilulka není vhodná?

- samozřejmě pro ty, které právě chtějí otěhotnět,
- pro silné kuřačky (denně více než 15 cigaret) starší 35 let,
- pro ženy s akutním i chronickým onemocněním jater,
- pro ženy s trombózou, embolií nebo opakovanými záněty žil,
- pro ženy s vážným onemocněním kardiovaskulárního systému (vysoký krevní tlak, infarkt myokardu apod.),
- pro ženy se zhoršujícím se průběhem cukrovky, který má za následek postižení některých orgánů,
- pro ženy s ženskými nádory (prsů, dělohy atd.),
- pro ženy s neobjasněným krvácením z rodidel,
- pro dlouhodobě imobilní pacientky (ortopedické operace, vážné zlomeniny končetin).

Vedlejší účinky hormonální antikoncepce

- dodávat do těla hormony je vždy lehkomyšlné **experimentování**
- *vážné vedlejší účinky* (vzácné, ale možné)
 - zvýšená srážlivost krve (4% žen má vyšší dispozice)
 - trombóza (plicní embolie)
 - zánět žil (bez ohledu na věk)
 - mozková příhoda
 - může zhoršovat jaterní onemocnění
- *lehké vedlejší účinky*
 - zvýšení krevního tlaku
 - zvýšení hmotnosti
 - změny psychiky

Ale...

- Reklamy tvrdí, že snižují riziko rakoviny sliznice děložní a rakoviny vaječníku

X

- Mnohonásobně zvyšují riziko rakoviny prsu a děložního čípku!!! (a to nikde neslyšíme) ...

Užívání antikoncepčních metod ve světě

- Ve vyspělých zemích používá v současné době antikoncepci 68,5 % vídaných žen v reprodukčním věku, zatímco v rozvojových zemích to je 59,4 %.
- Ve vyspělých zemích je nejčastěji používána **antikoncepční pilulka**, kterou používá 15,7 % vdaných žen v reprodukčním věku, a **kondom** (13,2 %). Téměř 10 % vdaných žen v reprodukčním věku je **sterilizováno** a zhruba stejný podíl (8 %) vdaných žen se spoléhá na **nitroděložní tělísko a přerušovanou soulož**.
- V rozvojových zemích je struktura používání antikoncepčních metod poněkud odlišná. Nejčastěji používanou metodou je **sterilizace žen** (22,2 % *vdaných žen v reprodukčním věku*), následuje **nitroděložní tělísko** (15,0 %) a antikoncepční pilulka (5,7 %).

V ČR

- V loňském roce v ČR používalo nějakou metodu antikoncepce 55 % žen v plodném věku, ve většině případů se jednalo o antikoncepci hormonální.
- Vzrostl ale počet párů, které odmítají jakoukoliv formu antikoncepce. Ze 4 na 7 procent.
- (Světový den antikoncepce - 26.9.)

Použitá literatura

- www.antikoncepce.cz
- www.vybersiantikoncepce.cz
- BARTÁK, A. *Antikoncepce*. Grada, 2006. ISBN:80-247-1351-9.
- STOPPARDOVÁ, M. *Dospívajícím dívkám*. Neografia, 1997. ISBN:80-88892-04-X.