











## Plánované rodičovství a metody antikoncepce

- dnes máme k dispozici mnoho antikoncepčních metod
- obecně je můžeme rozdělit do 2 skupin:
  - zabránit oplodnění vajíčka
  - zamezit oplodněnému vajíčku v uhnízdění v děloze
- tohoto lze dosáhnout různými způsoby:
  - hormonálně, tj. zabráněním ovulace
  - nehormonálně (mechanicky), tj. zabráněním vstupu ejakulátu do ženského organismu nebo zabráněním vajíčku uhnízt se v děloze
  - přirozeně, tj. využitím přirozeného cyklu tělesných procesů bez narušování jejich přirozeného průběhu
  - kombinací jednotlivých způsobů
  - sterilizací

Antikoncepční metoda	Jak je účinná?	Jak často ji musím užívat?	Jsou nějaká omezení této metody?	Jak rychle mohu otěhotnět po přerušení užívání?	Počtebují lékařský předpis?	Ochrání mě před pohlavními chorobami a HIV?	Mohu tuto metodu užívat při kojení?	Co bych měla o této metodě ještě vědět?
 Kombinovaná pilulka (obsahuje estrogen a gestagen)	99 %	Denně po 21 (někdy 28) dnů, vždy ve stejnou denní dobu	Mohou být zdravotní – je nutno předem konzultovat s lékařem.	V měsíci následujícím po vysazení.	✓	✗	✗	Zpoždění užití o více než 12 hodin může vést k selhání účinnosti.
 Minipilulka (obsahuje pouze gestagen)	98 %	Denně, vždy ve stejnou denní dobu.	Mohou být zdravotní – je nutno předem konzultovat s lékařem.	V měsíci následujícím po vysazení.	✓	✗	✓	Zpoždění užití o více než 12 hod. může vést k selhání účinnosti. Mohou se vyskytnout nepravidelnosti menstruačního cyklu.
Antikoncepce v náplasti	> 99 %	Náplast se lepí jednou týdně na čistý, suchý, čerstvý kůže. Vynechává.	Mohou být zdravotní – je nutno předem konzultovat s lékařem.	V měsíci následujícím po vysazení.	✓	✗	✗	Zpoždění výměny náplasti o méně než 48 hodin nemá vliv na účinnost.
 Pohotovostní (záchranná) pilulka	98 %	Možno užit do 72 hodin po nechráněném pohlavním styku nebo při selhání jiné antikoncepce.	V případě rizika otehotnění není absolutní důvod, proč antikoncepci nepodat.	Používá se po pohlavním styku – pokud ji neužijete, můžete otěhotnět.	✓	✗	✓	Není určena k pravidelnému užívání (nesmí být použita více než jedenkrát měsíčně).
 Injekční antikoncepce	> 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.	✓	✗	✓	Mohou se vyskytnout nepravidelnosti menstruačního cyklu, až 70% žen do roka užívání přestává menstruovat.
 Nitroděložní hormonální tělísko (IUS)	> 99 %	Předpokládána délka užití je 5 let (s možností předčasného ukončení).	Mohou být zdravotní – je nutno předem konzultovat s lékařem.	V měsíci následujícím po vyjmutí tělíska.	✗	✗	✓	Mohou se vyskytnout nepravidelnosti menstruačního cyklu, až 20% žen do roka užívání přestává menstruovat.
 Podkožní tyčinka (implantát)	> 99 %	Předpokládána délka užití je 3 roky (s možností předčasného ukončení).	Mohou být zdravotní – je nutno předem konzultovat s lékařem.	V měsíci následujícím po vyjmutí implantátu.	✗	✗	✗	Mohou se vyskytnout nepravidelnosti menstruačního cyklu, až 40% žen do roka užívání přestává menstruovat.
 Mužský kondom	93 %	Nutno použít při každém pohlavním styku.	Oznamte svému lékaři, že máte v plánu užívat tuto metodu.	Pokud nepoužijete kondom, nejste chráněni před otehotněním.	✗	✓	✓	K dosažení dobré účinnosti a jako ochrana před pohlavními chorobami se musí používat důsledně od počátku do konce pohlavního styku.
 Spermicidy ve formě vaginálních čípků nebo krému	95 %	Nutno zavést do pochvy před každým pohlavním stykem (dle instrukcí v přílohovém listu).	Oznamte svému lékaři, že máte v plánu užívat tuto metodu.	Pokud čípky nebo krém nepoužijete, neste chráněni před otehotněním.	✗	✗	✓	Vhodné kombinovat s jinou antikoncepční metodou (nejlépe s mužským kondorem).
 Nitroděložní tělísko (IUD)	98 %	Předpokládána délka užití je 5 let (s možností předčasného ukončení).	Mohou být zdravotní – je nutno předem konzultovat s lékařem.	V měsíci následujícím po vyjmutí.	✗	✗	✓	Méně vhodné pro ženy, které ještě nerodily.
 Sterilizace	> 99 %	Chirurgický zákrok, po jehož provedení jste ovale neplodná.	Určeno pro ženy nad 40 let, ženy s více dětmi a při zdravotní nevhodnosti jiné metody.	Po provedení zákroku již nelze otěhotnět.	✗	✗	✓	Nevhodné pro ženy, které ještě v budoucnu zvažují těhotenství.

**Hormonální antikoncepce**  
 Abilaciz zrami avopiseli vni tika, teras z horidie bilyby  
 v dloze s krdy vni tika, teras z horidie bilyby  
 v dloze s krdy vni tika, teras z horidie bilyby

**Nehormonální antikoncepce**  
 Chiruzce vni tika, teras z horidie bilyby  
 Chiruzce vni tika, teras z horidie bilyby  
 Chiruzce vni tika, teras z horidie bilyby