

PLÁNOVANÉ RODIČOVSTVÍ A ANTIKONCEPCE

PLÁNOVANÉ RODIČOVSTVÍ

- Je snaha partnerského páru, aby otěhotnění a porod nastaly v nejvhodnější době.
- Může mít negativní, a nebo pozitivní charakter.

POZITIVNÍ

- Je cílená snaha o otěhotnění.
- Plánování počtu dětí, doba narození a aktivní snaha otěhotnět.

NEGATIVNÍ

- Je snaha a opatření vedoucí k zábraně nežádoucího otěhotnění (antikoncepce)

ANTIKONCEPCE

- Je společný termín pro všechny metody, které mají zabránit otěhotnění, aplikují se před souloží nebo během soulože.
- Nejdůležitější pro výběr antikoncepce je její spolehlivost.
- Jsou reverzibilní.

SPOLEHLIVOST ANTIKONCEPČNÍCH METOD:

- Uvádí Pearlův index – počet otěhotnění na 100 žen, používajících danou metodu, během jednoho roku pravidelného sexuálního života

ROZDĚLENÍ

1. NEHORMONÁLNÍ ANTIKONCEPCE • Přírozené metody • Bariérová antikoncepce • Nehormonální nitroděložní tělíčko • Chemická antikoncepce – spermicidy

2. HORMONÁLNÍ ANTIKONCEPCE • Hormonální tablety • Poševní kroužek • Antikoncepční náplast • Hormonální nitroděložní tělíčko

PŘIROZENÉ METODY ANTIKONCEPCE

- kojení, periodická abstinence, coitus interruptus, bariérové metody – mechanické - kondom, chemické – vaginální spermicidy

1. KOJENÍ – LAKTAČNÍ AMENOREA

- Důležitá frekvence kojení • Během laktace a kojení je ovulace potlačena (prolaktin) • Splnění těchto podmínek, aby kojení bylo spolehlivé: - Nesmí uplynout doba delší než 6 měsíců od porodu. - Dítě musí být plně kojeno. 2 - Žena neměla po porodu menstruaci. - Dítě je kojeno nejméně jednou za 4 hodiny, v noci maximálně 6 hodin.

2. METODA PLODNÝCH A NEPLODNÝCH DNŮ • Založena Na Skutečnosti, že žena může otěhotnět v období ovulace (13 – 14 den cyklu), vajíčko vydrží 24 hodin a spermie 3 dny • Problém – určení ovulace • Možné upřesnit měřením tělesné teploty (stejný čas a místo) – za 24 – 36 h po ovulaci nárůst o 0,5 stupně, pozorování cervikálního hlenu (tažnost a hojnost) • Náročná na disciplínu páru, při nepravidelnostech cyklu pravděpodobné selhání

3. COITUS INTERRUPTUS • Princip - muž ukončí soulož před orgasmem a ejakuluje mimo rodidla ženy. • riziko selhání je vysoké. • Příčiny selhání – preejakulační tekutina obsahuje dostatek spermií.

4. MUŽSKÁ BARIÉROVÁ ANTIKONCEPCE – KONDOM • Výhoda snadno dostupný, finančně nenáročný, bez nežádoucích účinků (vyjma alergie na latex) • Částečná ochrana před sexuálně přenosnými nemocemi • Důležité je správné uskladnění v suchu a chladu. • zabraňuje setkání spermie s vajíčkem, důležité správné použití

5. ŽENSKÁ MECHANICKÁ BARIÉROVÁ ANTIKONCEPCE

PESÁR - Přikrývá hrdlo děložní a těsně přiléhá k poševním stěnám - Vyroben z lékařského hypoalergenního silikonu - Možno kombinovat se spermicidy - Velmi malá spolehlivost

ŽENSKÝ KONDOM - obdoba mužského kondomu, má dva prstence – jeden v pochvě, druhý zevně na vulvě - malá spolehlivost

6. VAGINÁLNÍ SPERMICIDY • Jsou chemické prostředky, které se zavádějí do pochvy před souloží a poškozují spermie. • Existují v různé formě – vaginální tablety, vaginální krém • Při opakované souloži opakovaně zavedení spermicidu, doporučení je kombinace s kondomem • Spolehlivost rychle klesá

7. NITRODĚLOŽNÍ NEHORMONÁLNÍ TĚLÍSKO 3 PRINCIP

• Metoda IUD je zavedení tělíška do dutiny děložní. • Ponechává se 3-5 let (dle výrobce a typu tělíška) • Plastové obtočené kovovým drátkem. MECHANISMUS ÚČINKU • Organismus reaguje na IUD jako na cizí těleso a makrofágy přítomné v dutině děložní likvidují spermie, a brání nidaci vajíčka. • Spolehlivost je vysoká. VEDLEJŠÍ ÚČINKY • Jsou minimální. • Snižuje vzniku karcinomu endometria. ZDRAVOTNÍ RIZIKA A KOMPLIKACE • Negativní účinek je zesílení a prodloužení menstruačního krvácení.

HORMONÁLNÍ ANTIKONCEPCE

• Řada preparátů, různé formy, různé dávky hormonů a různé druhy

• Funkce: antikoncepční a neantikoncepční

• Estrogeny: blokuje ovulaci a zrání folikulu • Gestageny: blokuje ovulaci, zahuštění cervikálního hlenu, znemožnění nidace

ROZDĚLENÍ: • Estrogeny + gestageny – tablety, náplasti, kroužek

• Gestageny – tablety (minipilulky), hormonální IUD

1) NITRODĚLOŽNÍ HORMONÁLNÍ TĚLÍSKO • Zavádí lékař, kontrola po 6 měsících, zavedeno na 3 – 5 let podle typu tělíška. • Působí mechanicky, brání nidaci, hormonálně na endometrium a hlen v děložním hrdle (zvyšuje jeho viskozitu a zabraňuje vstupu spermií) • Výhoda – vysoká spolehlivost • Nevýhoda – je hypomenorea až amenorea • Mirena - na 5 let, možno i v klimakteriu (ADK 1, prevence hyperplazie) • Jaydess - menší než Mirena, nižší dávka progestinu, na 3 roky, možno žen které nerodily

2) HORMONÁLNÍ TABLETY • Užívají se pravidelně, každý den, ve stejný čas, nemělo by dojít k opoždění o více než 12 hodin. • Schéma: 21 dní + 7 dní pauza nebo kontinuální režimy • Výhoda: vysoká spolehlivost, snižuje výskyt cyst vaječníku, snižuje fibroadenom • Nevýhoda: nervozita, změny nálad a sexuálního chování, bolesti hlavy, zvýšení hmotnosti (zadržení tekutiny v těle), napětí v prsou • Rozdělení podle obsahu hormonů: - Kombinovaná – estrogen + progestin - Gestageny – užívání gestagenu (progestinu)

3) POŠEVNÍ KROUŽEK 4 • Vkládání do pochvy na 21 dní, poté 7 dní pauza – pseudomenstruační krvácení, opětovně zavedení na 21 dní • Kombinovaná forma hormonální antikoncepce • Výhoda - vysoká spolehlivost, • Nevýhody – není vhodná pro ženy se sníženými jaterními funkcemi, s neléčenou hypertenzí • První tři měsíce se může objevit nechutenství, bolesti hlavy, napětí prsou

4) ANTIKONCEPČNÍ NÁPLASTI • Kombinovaná forma hormonální antikoncepce • Náplasti se aplikují každý týden novou, po třech týdnech následuje týdenní pauza – dojde ke krvácení • Vhodná u zapomětlivých žen • Aplikují se v oblasti podbřišku, hýždí, ramena, nikdy ne prsa

INTERCEPCE

• Jsou metody ochrany, které se používají až po pohlavním styku. • Jejich užití je na místě při neplánovaném nechráněném pohlavním styku, a nebo při selhání bariérové antikoncepce. • Obvykle se používá vysoká dávka sexuálních steroidů. • Použití do 72 hodin po nechráněném styku. • Vedlejší účinky – nauzea, zvracení • Postinor - 1 tableta do 72 hodin • EllaONE - do 120 hodin po nechráněném pohlavním styku • Brání otěhotněním zamezením nidace a spuštěním menstruačního krvácení

STERILIZACE • jsou metody ochrany před otěhotněním, kde otěhotnění není možné bez lékařské asistence • U žen se jedná o chirurgické přerušení vejcovodů (ideálně kompletní odstranění vejcovodů - salpingektomie) • U mužů přerušení chámovodů. • V ČR možná sterilizace na vlastní žádost od 21 let (ze zdravotních důvodů od 18 let) • Nutná vyslovit a sepsat přání minimálně 14 dní před výkonem (7 dnů v případě zdravotní indikace, např opakovaných operacích na děloze)

SLOVNÍČEK

Nauzea – pocit na zvracení

Reverzibilní – dočasný, zvrtný

Hyperplazie – je zmnožení buněk

Hypomenorea – slabé cyklické krvácení

Amenorea – nedochází k menstruačnímu krvácení

Klimakteriu – je období přechodu

Fibroadenom – benigní nádor - složka vazivová a žlázo

Pseudomenstruační krvácení – slabé krvácení – ze spádu při 7. mi denní pauze v užívání HAK

Hypertenze – zvýšení krevního tlaku nad 140 /90 IUD – intrauterine divice – nitroděložní tělísko