

ANTI-KONCEPCE

Antikoncepce (kontracepce) je každá metoda, která má za cíl zabránit splynutí pohlavních buněk muže (spermií) a ženy (vajíček).

DĚLENÍ ANTI-KONCEPCE PODLE MECHANISMU ÚČINKU:

◆ **Nehormonální chemická antikoncepce a bariérové metody**

Mimo antikoncepčního účinku snižují riziko přenosu pohlavně přenosných nemocí a navíc jsou pro uživatele zcela bez rizika.

- ◆ **Prezervativy (kondomy)** – Spolehlivost zvyšuje dodržování všech zásad správného používání kondomu – návod je např. na www.pepino.cz.
- ◆ **Nehormonální chemická antikoncepce (Pharmatex)** je založena na principu zničení spermií v ejakulátu. Spermicid Pharmatex můžete koupit v lékárně bez lékařského předpisu ve formě krému nebo globulí. Vkládá se do pochvy, působí čistě lokálně. Pro vysokou účinnost Pharmatexu je nezbytné dodržovat pravidla užívání. Další informace na www.pharmatex.info

◆ **Hormonální antikoncepce**

O volbě hormonální antikoncepce rozhoduje lékař – gynekolog společně se ženou – jen tak je možné pro většinu uživatelék najít preparát, který bude všestranně vyhovovat.

◆ **Kombinovaná (estrogengestagenní) antikoncepce**

K dispozici jsou tablety, náplast a vaginální kroužek. Hlavní mechanismus kombinované antikoncepce je zablokování uvolnění vajíčka.

◆ **Čistě gestagenní antikoncepce**

Nejběžnější formou jsou tablety, existuje však také tyčinka s pomalým uvolňováním, která se zavádí pod kůži. Patří sem i „**pilulka po**“ (**postkoitální antikoncepce, intercepce**), kterou lze podat po pohlavním styku s nízkým rizikem selhání.

◆ Přírozené (přírodní) metody

Nejčastěji používanou metodou vůbec je **přerušovaná soulož** (koitus interruptus). Spolehlivost je malá.

◆ Metoda neplodných dnů

Tzv. plodné dny lze zjistit např. kombinací hodnocení bazální teploty s hodnocením hlenu nebo děložního čípku- symptotermální metodou. Po důkladném nácviku lze u této metody dosáhnout poměrně dobré spolehlivosti, je tedy vhodná pro ty, kteří např. z náboženských důvodů jiné metody užívat nesmějí.

◆ Nitroděložní tělíska

Nitroděložní tělísko (IUD) zavádí lékař do dělohy. Přidáním hormonu vzniká **nitroděložní systém**. Tělísko s hormonem – gestagenem – je nevhodnější pro ženy, které již rodily.

◆ Nevratné metody antikoncepce – Mezi nevratné metody patří sterilizace ženy (zneprůchodnění vejcovodů) či podvaz chámovodů muže. Jsou u nás omezeny zákonem.

Pro současnou ochranu hlavně před HIV/AIDS je ideální dvojité jištění:

kondom + hormonální antikoncepce

kondom + spermicidy (Pharmatex)

Další informace:

Společnost pro plánování rodiny a sexuální výchovu - www.planovanirodiny.cz.
Informace o antikoncepci, o sexuálním a reprodukčním zdraví, vzdělávací činnost, internetové poradenství: sprsv.poradna@centrum.cz.

Další zdroje: www.antikoncepce.cz; www.antikoncepce.com; www.28dni.cz;
www.pharmatex.info; www.pepino.cz

Labestra - Láska beze strachu - je nová informační a osvětová kampaň Společnosti pro plánování rodiny a sexuální výchovu spojená se sbírkou. Přináší informace a finanční prostředky v oblasti výchovy k sexuálnímu a reprodukčnímu zdraví a partnerským vztahům.

Finanční prostředky budou využívány na bezplatné anonymní poradenství, výchovu a vzdělávání pedagogů, studentů, zaměstnanců sociálních ústavů, nelékařských zdravotnických pracovníků i široké veřejnosti, na pomoc školám v sexuální výchově i výchově k partnerským vztahům, na vytváření vzdělávacích materiálů včetně www stránek a další související aktivity. Hlavním partnerem kampaně je Akacia Group Ltd., www.pharmatex.info.

Jmenované aktivity můžete podpořit kdykoli na účet
u ČSOB č. **52825282/0300**.

Další informace na www.planovanirodiny.cz.

