

# VYBERTE SI SPRÁVNOU ANTI-KONCEPCI



Vitalia.cz

## Vyberte si správnou antikoncepci

Ženy mají v dnešní době úžasnou možnost rozhodnout nejen o tom, kolik budou mít dětí, ale také o načasování těhotenství. To už není pro ženu nutnou povinností, ale svobodnou volbou. Je jen a jen na ženě samotné, kdy a zda se rozhodne stát matkou. Díky antikoncepci může počkat na vhodnou dobu, třeba po dokončení studia, kdy má vedle sebe spolehlivého partnera a dostatečné zázemí.



Avšak stejně jak jsou rozdílné ženy samotné, jsou i rozdílné metody antikoncepce. Už dávno se nemusí ženy „spoléhat“ na partnera a ve strachu prožívat každé zpoždění menstruace. Antikoncepce přinesla obrovské osvobození, ale také zodpovědnost. Neexistuje žádná antikoncepční metoda, která by seděla všem ženám. Při rozhodování hrají roli věk ženy, její zdravotní stav, finanční možnosti, ale také to, za jak dlouho a jestli vůbec plánuje dítě.

Připravili jsme pro vás antikoncepční kuchařku, ve které si vybere každá žena metodu vhodnou právě pro ni. Poradíme vám, jaká antikoncepce bude slušet vašemu věku, zdravotnímu stavu, ale i peněženke.

# Antikoncepční náplast

Hormonální antikoncepce má nesporné výhody pro svou spolehlivost, ale také pozitivní účinky na zdraví žen. Jenže je tu jedna velká nevýhoda, vyžaduje kázeň ze strany uživatelky a v tom je mnohdy problém. Postupně tak na trh přicházejí nové a nové metody, které zjednodušují užívání hormonální antikoncepce, a jednou z nich je antikoncepční náplast.



## Princip

Antikoncepční náplast funguje na stejném principu jako kombinovaná hormonální antikoncepce, pouze je u ní odlišný způsob užívání. Hormony tak neputují do organismu žaludkem, ale skrze kůži. Jednou týdně si žena na kůži nalepí náplast tělové barvy a z ní se uvolňují hormony, které mimo jiné ovlivňují děložní sliznici, blokují ovulaci a zahušťují děložní hlen.

## Spolehlivost

Jedná se o velmi spolehlivou metodu antikoncepce. Její spolehlivost je vyšší oproti pilulkám hormonální antikoncepce, protože se vyměňuje pouze jednou týdně. Navíc účinek náplasti

přetrvává ještě 48 hodin po odlepení náplasti, což ovšem není důvodem k tomu, aby nebyl dodržován týdenní interval mezi výměnou.

### **Pro koho je vhodná**

Jedná se o vhodnou metodu pro ženy od 18 do 45 let, u kterých není kontraindikace užívání hormonální antikoncepce. Hodí se pro ženy, které chtějí mít spolehlivou antikoncepci, ale jsou zapomnětlivé.

### **Pro koho je nevhodná**

Opět jako u všech metod hormonální antikoncepce platí, že nechrání před pohlavními chorobami, proto je v případě styku s rizikovým partnerem potřeba použít kondom. Není vhodná pro ženy, které nesmějí užívat hormonální antikoncepci, tedy mají problémy s vysokým tlakem, oběhovým systémem a jsou silné kuřačky. Tato metoda je problematická u žen s hmotností nad 90 kg, protože u nich nedochází k dostatečnému vstřebání účinných látek.

### **Finanční náročnost**

Měsíční dávka stojí zhruba 300 až 400 Kč.

### **Zdravotní rizika**

Rizika jsou stejná jako u jiných metod hormonální antikoncepce. Tedy zvyšuje se riziko žilní trombózy, avšak nikoliv výrazně. Mohou se vyskytnout vedlejší účinky jako

špinění, bolesti hlavy, deprese, snížení libida, vyrážka, akné, bolesti břicha atd.

## **Zdravotní přínosy**

Každá žena reaguje na hormonální antikoncepci jinak, a tak jedné může tato metoda maximálně vyhovovat, a naopak druhé způsobovat nemalé komplikace. O jejím používání se proto poraďte s lékařem.

## **Vyjádření lékaře**

Během první tří měsíců užívání se může vyskytnout nepravidelné krvácení, špinění, bolesti prsou a břicha, pokud samovolně nezmizí, kontaktujte svého lékaře.

# **Hormonální antikoncepce – depotní implantát**

Výrobci antikoncepce stále přemýšlejí nad tím, jak skloubit vysokou spolehlivost hormonální antikoncepce s lidsky přirozenou zapomnětlivostí. Jednou z metod, která tento rozpor řeší, je tzv. depotní antikoncepce ve formě podkožního implantátu, kdy se do svalu zavádí malá tyčinka chránící před otěhotněním tři roky.

## **Princip**

Jedná se o gestagenní hormonální antikoncepci, tedy neobsahuje estrogen. Působí zcela stejně jako pilulky tohoto typu jen s tím rozdílem, že se malá tyčinka zavádí do svalu na vnitřní straně paže, kde se ponechává tři roky. Při tomto zákroku se používá lokální anestezie. Je však možné tyčinku kdykoliv vyndat a navrátit tak ženě plodnost. Nejsou zde tedy prodlevy mezi ukončením používání antikoncepce a možností otěhotnět.

## **Spolehlivost**

Jedná se o velmi spolehlivou metodu srovnatelnou se sterilizací.

## **Pro koho je vhodná**

Jedná se velmi dobrou metodu pro ženy, které nesnáší antikoncepci s obsahem estrogenu. Rovněž jde o ideální možnost, jak se chránit proti početí dlouhodobě bez nutnosti každodenního hlídání, zda si žena včas vzala pilulku.

## **Pro koho je nevhodná**

Všechny metody gestagenní antikoncepce, ať již injekce, pilulky nebo implantáty, zvyšují riziko nepravidelného krvácení. Proto gestageny nejsou vhodné pro velmi mladé dívky a naopak ženy na hranici klimakteria. Pokud trpíte depresemi, epilepsií, závažnými onemocněními jater, osteoporózou, poraďte se o užívání pilulky s lékařem. V případě sexuálních styků s rizikovým partnerem je nutné použít ještě kondom jako ochrana před pohlavně přenosnými chorobami.

## **Finanční náročnost**

Z dlouhodobého hlediska se nejedná o příliš finančně náročnou metodu, avšak nárazově je nutné investovat zhruba 5 tisíc korun.

## **Zdravotní rizika**

Gestagenní metody nemají žádná závažnější rizika a hodí se i pro nemocné ženy, pro které kombinovaná pilulka není vhodná. Mají však některé nevýhody. Nejčastěji se objevují poruchy menstruačního cyklu jako nepravidelné krvácení, špinění mimo menstruaci nebo úplné vymizení menstruace. Dále se může objevit snížení libida, napětí v prsou a migréna.

## **Zdravotní přínosy**

V důsledku užívání gestagenů může dojít k úplnému vymizení menstruace, tedy nedochází ke ztrátám krve, ani železa.

Neobjevuje se chudokrevnost, což je pro zdraví ženy výhodou.

## **Vyjádření lékaře**

*„Všechny formy gestagenní antikoncepce jsou zatíženy vyšším rizikem nepravidelného krvácení, zvláště depotní formy nejsou proto zcela vhodné pro ženy v klimakteriu,“* říká Michael Fanta z Gynekologicko-porodnické kliniky 1. Lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Všeobecné fakultní nemocnice.