

ANTI KONCEPCIA

Viac o sexuálnom a reprodukčnom zdraví sa dozviete na www.intymyta.sk a na sociálnych sieťach @intymyta

inTY
MYta

Antikoncepcia sú všetky prostriedky a metódy, ktoré znižujú pravdepodobnosť otehotnenia. Každý druh antikoncepcie má svoje výhody a nevýhody a každému človeku v rôznych obdobiach života môžu vyhovovať rôzne metódy.

TYPY ANTIKONCEPCIE:

NEHORMONÁLNA

- neobsahuje žiadne hormóny

BARIÉROVÉ TYPY

- tvoria bariéru, čím zabráňujú splynutiu spermie a vajíčka
- **Napr.:** kondóm na penis, vaginálny kondóm, diafragma (vyššia účinnosť pri použití so spermicídny gélom)



MEDENÉ VNÚTROMATERNICOVÉ TELIESKO

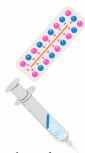
- med' ničí spermie



HORMONÁLNA

- tieto druhy antikoncepcie obsahujú dávku hormónov, aké prirodzene riadia menštruačný cyklus

- predpisuje ich lekár/ka v gynekologickej ambulancii na základe zváženie individuálnych faktorov
- **Napr.:** tabletky - kombinovaný typ, minitabličky - progesterónové, implantát (tyčinka), injekcia, náplasť, vaginálny krúžok, hormonálne vnútromaternicové teliesko a i.



PRIRODZENÁ

- existuje veľa druhov - všetky vyžadujú veľké poznanie vlastného tela a procesov v ňom

- **Napr.:** prerušovaná súlož, sledovanie plodných dní, meranie bazálnej teploty a iné



CHIRURGICKÁ

- vykonáva sa chirurgicky a je (zväčša) trvalá

STERILIZÁCIA

(prerušenie vajíčkovodov)

VAZEKTÓMIA

(prerušenie semenovodov)

NÚDZOVÁ

- používa sa po nechránenom sexe ako **núdzové** riešenie
- **neužívať** viac ako raz za 6 mesiacov)
- tabletky sú dostupné **v lekární** bez predpisu

"TABLETKA PO"

- Escapelle (potrebné užiť do 3 dní, cena cca 20 €)
- EllaOne (potrebné užiť do 5 dní, cena cca 27 €)



MEDENÉ VNÚTROMATERNICOVÉ TELIESKO

- potrebné užiť do 5 dní
- zavadza lekár/ka, cena cca 125 €

Tieto otázky si môžete položiť pri výbere antikoncepcie:

1. Dokážem brať tabletky každý deň v rovnakom čase?

ÁNO -> môžete premýšľať nad tými, ktoré sa užívajú každý deň

NIE alebo **SOM MUŽ/MÁM PENIS** -> vyberajte zo všetkých, ktoré netreba užívať každý deň

2. Je potrebné zohľadniť veľmi silné menštruačné bolesti?

ÁNO -> vyberajte z tých, ktoré majú vplyv na bolestivosť menštruácie

NIE -> vyberajte z ostatných

3. Fajčím nikotínové produkty?

ÁNO -> zvážte nehormonálne, prirodzené alebo trvalé metódy

NIE alebo **SOM MUŽ/MÁM PENIS** -> vyberajte akýkoľvek druh, ktorý vám vyhovuje a týka sa vás

4. Mám problémy s trávením?

ÁNO -> vyberajte z tých, ktoré sú vhodné pri problémoch s trávením

NIE alebo **SOM MUŽ/MÁM PENIS** -> vyberajte akýkoľvek druh, ktorý vám vyhovuje a týka sa vás

5. Chcem tehotenstvu zabrániť na dlhšiu dobu?

ÁNO -> vyberajte najmä z tých, ktoré sú na dlhodobé používanie

NIE -> vyberajte zo všetkých ostatných metód antikoncepcie

6. Mám dostupné lekárske ošetrenie a lekára/ku?

ÁNO -> vyberajte z tých, ktoré sú na lekársky predpis

NIE -> vyberajte z voľne dostupných (napr. v drogérii)

DÔLEŽITÉ: Tieto otázky **nie sú jediným kľúčom k výberu antikoncepcie**. O najvhodnejšej antikoncepcii pre vás sa môžete **poradiť aj s lekárom či lekárkou**. O antikoncepcii je dôležité **rozprávať sa s partnerom alebo partnerkou pred sexom**.

Antikoncepcia nie je interrupcia, pretože antikoncepcia chráni PRED neželaným otehotnením. Ak vám nejaká lekárka odmieta vydať antikoncepciu, hoci na ňu máte platný lekársky predpis, má táto lekárka povinnosť informovať vás o najbližšom mieste, kde antikoncepciu môžete zohnať.

ANTI KONCEPCIA

Viac o sexuálnom a reprodukčnom zdraví sa dozviete na www.intymyta.sk a na sociálnych sieťach @intymyta



Používať antikoncepciu znamená myslieť na svoje zdravie, bezpečie a stabilitu.

Bariérové druhy antikoncepcie	Kondóm na penis	Kondóm do vagíny	Diafragma	Tabletky - kombinovaný typ	Minitablietky - progestínový typ	Antikoncepcný implantát	Antikoncepcčná injekcia	Antikoncepcčná náplasť	Vaginálny krúžok	Hormonálne vnútromaternicové teliesko	Medené vnútromaternicové teliesko	Sledovanie plodných dní	Sterilizácia/Vazektómia
Hormonálne druhy antikoncepcie													
Iné druhy antikoncepcie													
Trvalé metódy antikoncepcie													
Účinnosť (pri správnom používaní)	85-98 %	95 %	92-99 %	92-99 %	99 %	97-99 %	99 %	99 %	99 %	99 %	99 %	75 %	99 %
Chráni pred pohlavne prenosnými infekciami aj pred neželaným tehotenstvom	✓	✓	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗
Používa sa iba pri sexe	✓	✓	✓	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗
(Po)Užíva sa každý deň	✗	✗	✗	✓	✓	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✓	✗
Môže pomôcť so silnou menštruáciou	✗	✗	✗	✓	✗	✗	✗	✓	✓	✓	✗	✗	✗
Vhodné pri trávaciach problémoch	✓	✓	✓	✗	✗	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
1 kus sa dá používať dlhodobo (mesiace/roky) alebo opakovane	✗	✗	✓	✗	✗	✓	✓	✗	✗	✓	✓	✗	✓
Cítiť pri sexe	✓	✓	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗
Lahko skryteľné	✗	✗	✗	✓	✓	✓	✓	✗	✓	✓	✓	✓	✓
Bez hormónov	✓	✓	✓	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✓	✓	✓
Potrebné používať dôsledne	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✓	✗
Na lekársky predpis alebo Zavádza lekár/ka	✗	✗	✗	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✓
Približná/Orientačná cena	2-15 €	2-3 €	50 €	20-40 € mesačne	25-30 € mesačne	250 -300 €	30 € mesačne	18-20 € mesačne	30 € na 3 mesiace	200 €	125 €	0 €	200-500 €

Informácie na tejto karte sú vhodné pre vek od približne 13 rokov. Karta je inšpirovaná org. Brook.