

Hormonální antikoncepce představuje soubor cizorodých hormonů, které jsou podobné ženským pohlavním hormonům. Jejich užívání má vést ke snížení pravděpodobnosti otěhotnění.

Pod vlivem užívání cizorodých hormonů organismus reaguje většinou tak, že mozek přijímá informaci, aby nespustil činnost vaječníků. Nicméně ne vždy se tato informace takto zpracuje, a mozek vysílá povely vaječníkům, aby přece jen k ovulaci, uvolnění vajíčka, došlo.

Pokud byl v době asi tak týden před ovulací nebo v době ovulace pohlavní styk, tak nelze vyloučit, že došlo k početí. Častěji to bývá při jakýchkoliv nepravidelnostech v užívání, kdy pauza mezi polykáním pilulek je delší než požadovaných 24 hodin, ale mohou se objevit i faktory, které žena moc ovlivnit nemůže, jako jsou poruchy vstřebávání v důsledku průjmů, zvracení, užívání léků, často ale příčinu vůbec nenajdeme, prostě **došlo k ovulaci a následně k početí**.

Protože pod vlivem hormonální antikoncepce **dochází ke změně kvality děložní sliznice**, velice často se zárodek déle neudrží. Mnoho žen potrací úplně na začátku těhotenství, vůbec o tom, že byly těhotné, nevědí. **Antikoncepce má tedy také potratový účinek. Ten vytváří zdání spolehlivosti.** Antikoncepce ovlivňuje pohyblivost vejcovodů a tak se stává, že po početí dochází k uhníždění zárodku mimo dělohu - pro ženu velice závažný, život ohrožující stav, který se označuje jako mimoděložní těhotenství.

Hormonální antikoncepce má také u ženy **vliv na pozdější plodnost**. Hormony obsažené v pilulkách způsobují útlum činnosti vaječníků a vejcovodů a pokud je hormonální antikoncepce užívána delší dobu, tak se celý mechanismus u ženy znovu velmi těžce rozbíhá. V praxi se setkáváme s tím, že po vysazení antikoncepce se u ženy nedostavuje menstruace, nedochází k ovulaci a žena tak má další potíže s nepravidelnostmi v cyklu a tím se jí nedaří otěhotnění. Dle zahraničních i našich studií se uvádí průměrné období 8 cyklů, než dojde k úpravě stavu. To, že žena krvácí, ještě nevypovídá nic o tom, že opravdu dochází k ovulacím. K ověření návratu plodnosti slouží symptotermální metoda

Hormony obsažené v antikoncepci, a je jedno, zda se jedná o pilulky nebo náplasti nebo jinou formu, mají **vliv na výstelku v cévách, na její narušení**. U někoho se toto narušení projeví velice brzy a brzy má zhoršené jaterní testy, zvýšený krevní tlak, bolesti hlavy, poruchy vidění, krvácení v průběhu cyklu, u někoho výrazně později, u někoho vůbec. U někoho se jedná pouze o neškodné pospiňování v cyklu, u někoho ale o **trombozu, která může také skončit smrtí**.

Hormony v antikoncepci mohou u žen s již určitým sklonem ke snížené odolnosti organismu **snížovat přirozenou imunitu – ženy mají vyšší sklon k zánětům**. Dalším účinkem

antikoncepce je **změna vstřebávání vitamínu skupiny B**. To zpětně souvisí i se sklonem k zánětům. Do které skupiny se zařadí tělo uživatekky, to nikdo není schopný předpovědět.

Navíc jedním z prokázaných vedlejších účinků je i výraznější **sklon k depresím, ztráta libida a různé psychické potíže**. Užívání hormonální antikoncepce představuje **rizikový faktor rozvoje rakoviny čípku a prsou** (kancerogen).

Domníváme se, že by měla být na možná rizika upozorněna každá žena, která uvažuje o užívání hormonální antikoncepce nebo ji již užívá.

V našem centru hormonální antikoncepci vůbec nedoporučujeme, v gynekologické ambulanci ji nepředepisujeme, ale snažíme se o rozšiřování povědomí o metodě, která splňuje jak etické podmínky, tak i podmínku vysoké spolehlivosti – jedná se o symptotermální metodu přirozeného plánování rodičovství.

Je to metoda založena na sledování více příznaků a vzájemném zhodnocení sledovaného. Jak již název metody napovídá, sledují se jednak příznaky - z nich nejčastěji změny kvality hlenu, produkovaného hrdlem děložním a v době související s ovulací stékajícím pochvou a jednak změny průběhu bazálních tělesných teplot.

Tato metoda má tu zásadní výhodu, že plodné dny se nevypočítávají, jak by asi podle statistiky měly být, ale že se v tom daném cyklu plodné období stanoví přesně podle toho, jak tělo k ženě „promlouvá“, jak si žena s mužem vyhodnotí všechny příznaky jejich plodného a neplodného období.

Tím je také zajištěna **vysoká spolehlivost symptotermální metody**, která je srovnatelná se spolehlivostí hormonální antikoncepce a s vyloučením všech zdravotních i etických rizik, co užívání hormonální antikoncepce přináší.

Společné respektování plodnosti vede jednoznačně k prohloubení vztahu mezi mužem a ženou, ke zlepšení partnerského vztahu.

V CENAPu **nabízíme Záznamové tabulky i publikaci**, podle které je možné se dobře naučit rozpoznat, kdy v těle ve skutečnosti k ovulaci, uvolnění vajíčka dochází. Ty tabulky jsou vypracovány tak, že je tam i prostor na případné okolnosti, které mohou, ale nemusí ovlivnit naměřenou bazální tělesnou teplotu. V případě zájmu je možné poslat objednávku z webového obchůdku.

Víme, že tlak masmédií je opravdu veliký a je velmi těžké mu odolat, zvláště pak, když „díky“ hormonální antikoncepci má žena „pravidelné krvácení“, „nebolestivé krvácení“,

„zlepšení pleti“ atd., ale i tyto potíže se dají bezproblémově řešit s využitím kvalitních potravinových doplňků a na základě znalostí symptotermální metody. Bez vedlejších negativních účinků a na rozdíl od hormonální antikoncepce, díky této metodě řešíme příčinu potíží, nikoliv jen její potlačení na určitou dobu.

Protože užívání hormonální antikoncepce představuje mimo jiné i riziko rozvoje rakoviny čípku a prsou, po vysazení hormonální antikoncepce velice doporučujeme extrakt z pupalky, nejlépe Fin Glandincaps. Objednat si jej můžete též z našeho webu v sekci obchůdek.

Nebojte se tedy důvěřovat svému tělu, a žít zdravě.

**V případě zdravotních potíží Vám rádi poradíme v rámci poradny pro zdraví a poradny PPR.**