

Plánované rodičovství

BPZG0121 Ošetřovatelská péče v gynekologii

Plánované rodičovství

- Metody plánovaného rodičovství umožňují párům rozhodnout o počtí a výchově dítěte za co nejlepších podmínek
- každý má právo rozhodnout se, zda a kdy mít dítě (prohlášení OSN o lidských právech - 1968, Úmluva o právech dítěte - 1989)
- **85% párů**, které mají nechráněný pohlavní styk spontánně otěhotní do 1 roku;

Plánované rodičovství

– V současnosti rozlišujeme 3 typy intervencí, které zabraňují nechtěnému těhotenství:

Antikoncepce - předchází **oploďnění** - před spojením pohlavních buněk

Intercepce - předchází **implantaci** oplodněného vajíčka do endometria

Interrupce - ukončí již **probíhající těhotenství** - **NENÍ** metodou antikoncepce!

Antikoncepce

- Reverzibilní v.s. ireverzibilní
- Pearlův index:
 - Dokonalé užití vs. běžné užití
- Reverzibilní formy dle účinnosti:
 1. Dlouhodobé metody - implantáty a nitroděložní tělíska
 2. Krátkodobé metody - pilulky, injekce, náplasti, vaginální kroužky
 3. Bariérové metody

Metoda ^{1,2}	% žen, u nichž dojde k neočekávanému otěhotnění během prvního roku používání		Rostoucí účinnost při „typickém používání“
	Typické použití	Dokonalé použití	
Podkožní implantát	0,05	0,05	<div style="text-align: center;">nejúčinnější</div> <hr style="border: 1px solid red;"/> <div style="text-align: center;">↑</div> <div style="text-align: center;">nejméně účinné</div>
Nitroděložní hormonální antikoncepce	0,2	0,2	
Sterilizace muže	0,15	0,10	
Sterilizace ženy	0,5	0,5	
Nitroděložní tělíska na bázi mědi	0,8	0,6	
Vaginální kroužek	9	0,3	
Náplast	9	0,3	
Perorální antikoncepce (pilulka)	9	0,3	
Pesar se spermicidem	12	6	
Mužský kondom	18	2	
Ženský kondom	21	5	
Žádná metoda	85	85	

1. Family planning: a global handbook for providers : evidence-based guidance developed through worldwide collaboration. Baltimore: John Hopkins Bloomberg School of Public Health, Center for Communication programs, Knowledge for Health Project, 2011, xii, 372 p. ISBN 09-788-5637-6.

2. Contraceptive failure in the United States. James Trussell, Office of Population Research, Princeton University, Princeton, NJ 08540, USA; The Hull York Medical School, University of Hull, Hull HU6 7RX, England. Contraception 83 (2011) 397-404

Hormonální antikoncepce

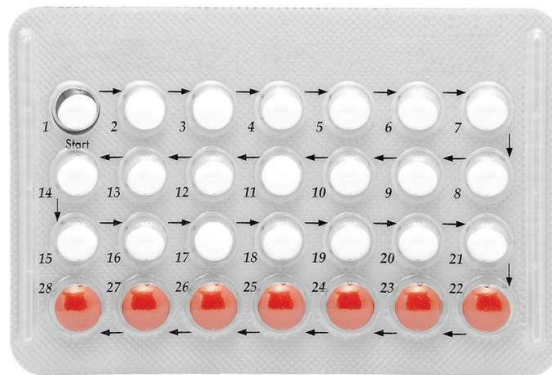
- Mechanismus účinku: **blokace ovulace** utlumením hypotalamo-hypofyzární osy (progesteron snižuje frekvenci pulzní sekrece gonadoliberinu a blokuje preovulační "LH peak", estrogen suprimuje sekreci FSH a brání normálnímu vývoji folikulů), v menší míře zahuštění cervikálního hlenu, snížená motilita vejcovodů, změna trofiky endometria.
- **2 typy**: kombinovaná (estrogen+progesteron);
gestagenní (pouze progesteron).

Kombinovaná orální antikoncepce (COC)

- směs estrogeneru a progestinu v tabletách, nejrozšířenější forma;
- estrogenní složka: *ethinylestradiol*, podle obsahu rozlišujeme preparáty na vysokodávkované (40-50 ug), nízkodávkované (30-37,5ug) a velmi nízce dávkované (15-20ug)
- **Progestiny**: různé typy
 - Reziduálně androgenní (norethisteron, levonogestrel)
 - Slabě nebo minimálně androgenní (desogestrel, gestoden)
 - Antiandrogenní (medroxyprogesteracetát, cyproteronacetát, chlormadinonacetát)
 - Antiandrogenní a antimineralokortikoidní (drospirenon)
- Podle konstrukce: monofázické, bifázické, trifázické

Kombinovaná antikoncepce

- Užívá se nejčastěji v režimu **21+7**, tzn. 21 hormonálních tablet a 7 tablet s placebem nebo 7-denní pauza, kdy se dostaví **pseudomenstruační krvácení**, nízkodávkované preparáty a preparáty s drospirenonen se užívají dle schématu **24+4**
- Pauzu je možné i vynechat a krvácení tímto způsobem "odložit" - při opakovaném odkládání nakonec dojde samovolně ke **krvácení z průniku**
- užívání placebo tablet se pojí s vyšší compliance pacientek v porovnání s pauzou



Neperorální kombinovaná antikoncepce

Antikoncepční náplast

- Transdermální systém, aplikuje se na hýždě, paži či břicho
- Hormony se vstřebávají kůží do krevního oběhu po dobu jednoho týdne, užívá se po dobu 3 týdnů, ve 4. týdnu se náplast vynechá a dojde k *pseudomenstruačnímu krvácení*
- Výhodou je vyšší compliance pacientek (není nutné každodenní podání = nižší riziko chyby, zapomenutí)
- Nevýhodou je snížená účinnost u pacientek s hmotností nad 90kg



Neperorální kombinovaná antikoncepce



Vaginální inzert (ring)

- Flexibilní plastový kroužek, zavádí se na 3 týdny do pochvy - využívá schopnost poševní sliznice efektivně vstřebávat pohlavní hormony
- V průběhu 4. týdne se kroužek vyjme a dochází k *pseudomenstruačnímu krvácení*
- Výhodou je nižší dávka hormonů potřebná k dosažení účinku, vynechání first-pass efektu jater a vstřebávání střevní sliznicí - minimalizace zažívacích obtíží
- Vyšší compliance - jednorázové zavedení 1x měsíčně - nižší riziko pochybení

Kombinovaná antikoncepce

Nežádoucí účinky

- Nejčastější jsou charakteru diskomfortu, neohrožují zdraví
 - Bolesti hlavy, zvětšení či bolesti prsou, nervozita, zvýšení hmotnosti (pravděpodobnou příčinou je retence tekutin)
- Závažnější komplikace se vyskytují vzácně, např. U žen s predispozicí
 - Migrény, emoční labilita, ztráta libida, gastrointestinální potíže, změny nálad
- Velmi vzácně se vyskytují potencionálně smrtící komplikace
 - **TEN, infarkt myokardu, hypertenze, CMP, zhoršení jaterních funkcí**

Kombinovaná antikoncepce

Trombembolická nemoc

- Medializovaná problematika
- Nasazení COC vede k zvýšení hladin prokoagulačních faktorů (f II, VIII, X, fibrinogen), snížení inhibitorů srážení (protein S, antithrombin)
- U žen s rizikovou anamnézou nutné hematologické vyšetření k vyloučení trombofilních mutací
- Riziko je pořád **signifikantně nižší než u těhotných!**



The screenshot shows a news article from TN CZ. The header includes navigation links for 'Videa', 'Sport', 'Auto', 'Počasí', and 'Prázdninový ins'. The article is categorized as 'ANKETA RIZIKA A PŘÍNOSY' and is dated 'Aktualizováno 23.1.2016 11:19'. The main headline reads: 'Dívku zabila antikoncepce! Kdy je lepší pilulky vysadit? RADY'. Below the headline, there is a sub-header 'Extrém >' followed by the text: 'ZBYTEČNÁ SMRT: Jednadvacetiletá dívka zemřela necelý měsíc poté, co začala užívat antikoncepci!'. A separate text box below states: 'Vražedná antikoncepce: Způsobila dívce (†24) dva infarkty!'.

	Relativní riziko	Incidence – 100 000/ rok
Běžná populace	1	4-5
Těhotné ženy	12	48-60
COC	3	12-20
Leiden heterozygot	8	24-40
Leiden heterozygot + COC	30	120-150

Kombinovaná antikoncepce

Absolutní kontraindikace *(metodu nelze doporučit v žádném případě)*

- Hluboká žilní trombóza a plicní embolie akutní nebo v anamnéze
- Stav po operaci s prolongovanou imobilizací
- SLE s pozitivními nebo neznámými protilátkami
- Trombofilní mutace (fV Leiden, deficit proteinu S, C a AT III, mutace prothrombinu)
- Kouření nad 35 let, >15 cigaret denně
- ICHS, IM nebo CMP v anamnéze nebo akutní
- Arteriální hypertenze >160/100
- Migréna s aurou
- Těhotenství, šestinedělí, laktace

Relativní kontraindikace *(nelze doporučit s výjimkou stavů, kde nelze použít jinou metodu)*

- Arteriální hypertenze 140-159/90-99 mmHg
- Migréna bez aury
- Kouření < 15 cigaret denně

Kombinovaná hormonální antikoncepce

Positivní účinky

- Snižuje riziko karcinomu ovarií
- Snižuje riziko karcinomu endometria
- Snižuje riziko kolorektálního karcinomu
- Snižuje riziko vzniku a rozvoje endometriózy
- Snižuje riziko PID

- Úprava cyklu
- Léčba dysmenorrhoe, premenstruačního syndromu
- Léčba hyperandrogenních symptomů – hirsutismus, akne....
- Léčba menorhagií
- Hormonální substituce (předčasné ovariální selhání...)
- „Dlouhé cykly“ – spojitě 2-3 měsíce

Gestagení antikoncepce

- Obsahuje pouze **progestin** v různě vysoké dávce dle typu preparátu (tablety: *desogestrel 0,075 mg/den, lynestrenol 0,5 mg/den, norethisteron 0,3mg/den*; injekce *medroxyprogesteronacetát 150 mg/ 3 měs.*)
- Vhodná pro ženy, u kterých je kontraindikována COC (kuřačky, diabetičky, kojící matky, ženy se zvýšeným rizikem TEN, s nemocemi jater, vysokým krevním tlakem, migrénou)
- Způsobuje **amenorrhoeu** – s výhodou u endometriózy, myomů apod.

Gestagení antikoncepce

Perorální antikoncepce - minipilulky

- Užívá se **kontinuálně** každý den vždy ve stejnou dobu, přípustná odchylka užití pouze 3 hodiny!
- Navozuje trvalou amenorrhoeu, u 30% žen se vyskytuje nepravidelné špinění, u 10% žen prolongované krvácení - s délkou užívání se incidence krvácení snižuje
- Antikoncepce volby v laktaci - nemění zložení mléka
- **NEMÁ** protektivní vliv na kostní hmotu - nedoporučuje se u adolescentek a mladých žen



Gestagení antikoncepce

Depotní medroxyprogesteronacetát (DMPA)

- Intramuskulární nebo subkutánní podání **jednou za 3 měsíce**
- Velice spolehlivý antikocenpční účinek, nehrozí chyba užívání (výhodné např. u mentálně retardovaných žen)
- Opožděný návrat fertility /10-18 měsíců po vysazení
- Hrozí snížení kostní denzity - reverzibilní 1-3 roky po vysazení



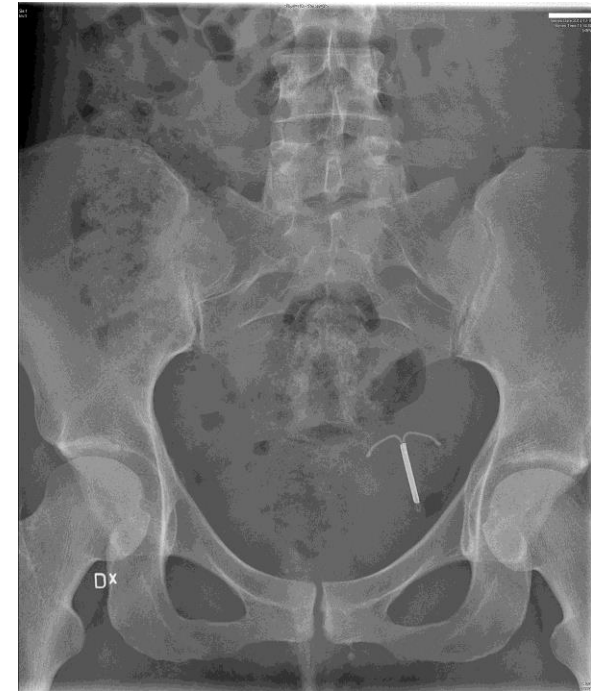
Gestagení antikoncepce

Nežádoucí účinky

- Amenorrhoea (někdy žádoucí), nepravidelné krvácení až špinění, váhový přírůstek, mastodynie, akné, změny nálad, deprese
- Nepravidelná menstruace i po vysazení
- Kromě *karcinomu prsu* nemá žádné absolutní kontraindikace

Nitroděložní tělíška

- malé plastové tělíško ve tvaru písmena "T"
- hormonální i nehormonální varianta
- zavádí se do dělohy ambulantně při plném vědomí
- nejvýhodnější metoda ve srovnání **cena-
spolehlivost-bezpečnost**
- velice spolehlivé (**PI 0,2**) - vzácně se vyskytují případy selhání metody (dislokace tělíška, vypadení, koexistence tělíška a gravidity)



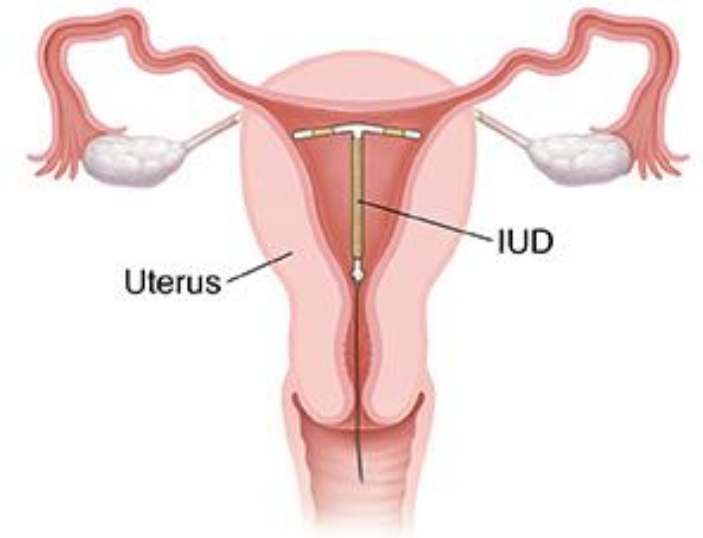
Nitroděložní tělíška

– Nehormonální

- Mechanismus účinku: působí v děloze jako cizí těleso - vyvolává **aseptický zánět**,
- NÚ: delší a silnější menstruační krvácení

– Hormonální

- Mechanismus účinku: obsahuje **Levonogestrel** - uvolňuje se hlavně lokálně v děloze, zahušťuje cervikální hlen
- příznivě ovlivňuje trofiku endometria - slabší menstruační krvácení až amenorea
- dávka hormonů je mnohem nižší než u perorální antikoncepce - méně vedlejších účinků



Nitroděložní tělíška

– Absolutní kontraindikace:

- Nevysvětlitelné krvácení z dělohy
- Probíhající pánevní infekce, puerperální sepse
- Vrozené vývojové vady a deformace dělohy
- POUZE u tělíška s hormonem: prokázaný nebo suspektní progesteron-dependentní nádor (ca prsu, čípku děložního, endometria)

– Relativní kontraindikace

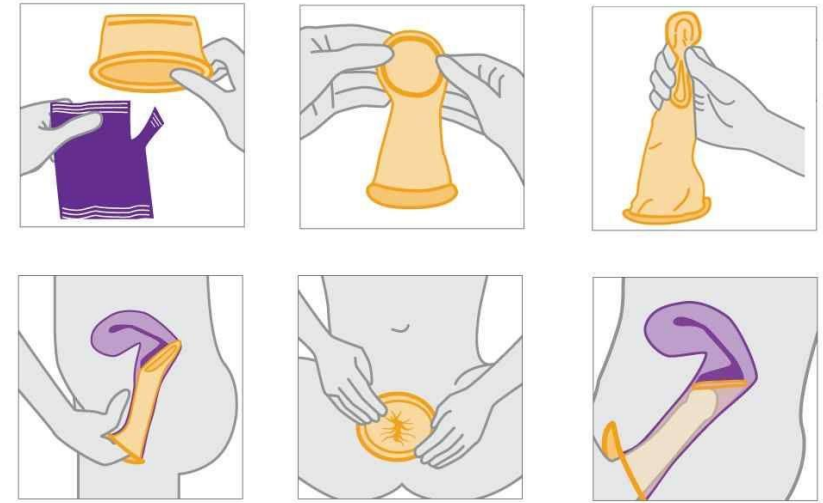
- Promiskuita
- Děložní myomatóza
- Chronické či recidivující infekce pochvy
- POUZE u tělíška s hormonem: anamnéza ca prsu, tromboemblická nemoc

Bariérové metody

- Zabraňují proniknutí spermií do dělohy
- Výhody:
 - Snížení rizika přenosu STD
 - Lze kombinovat s jiným druhem antikoncepce
 - Široce dostupné
 - Lze užívat bez lékařského dohledu
- Nevýhody:
 - Nižší spolehlivost (PI 14) souvisí zejména s chybami při užívání

Bariérové metody

- Kondom
- Ženský kondom (femidom)
- Pesar, vaginální klobouček (doporučuje se kombinovat se spermicidy)



"Přirozené" metody

- Metody bez vedlejších účinků, **málo spolehlivé**, vysoké nároky na techniku a sebekontrolu, četné pochybení, restrikce pohlavního styku po značnou část měsíce,
- Metoda neplodných dnů dle Ogina-Knause (PI 14-35) - výpočtem
- Billingova metoda - hodnocení tažnosti cervikálního hlenu
- Sledování bazální teploty - zvýšení v době ovulace o 0,5 °C, nutno měřit v leže v pochvě každý den (PI 1-3)
- Coitus interruptus – spolehlivost tak nízká, že se často za metodu antikoncepce vůbec nepokládá

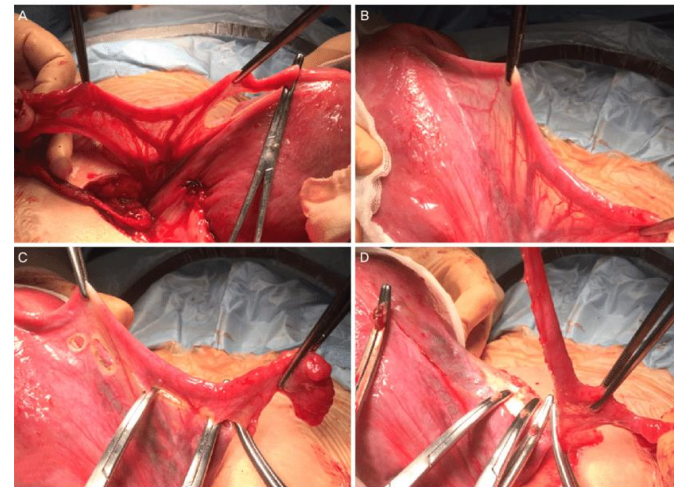
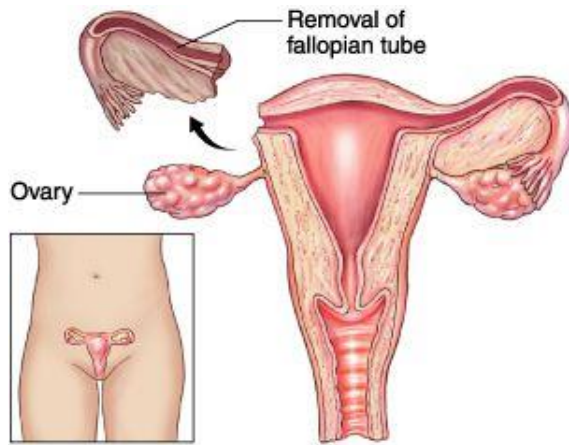
Ireversibilné metody

- Definitivní, nevratné řešení
- Vysoká spolehlivost (PI 0,1 pro ženy, 0,02 pro muže)
- Ideální pro stabilní dvojice po dosažení plánovaného počtu dětí
- Zákon č. 373/ 2011 Sb o specifických zdravotních službách:
 - O sterilizaci ze zdravotních důvodů může požádat každý občan nad 18 let
 - O sterilizaci z jiných než zdravotních důvodů - na přání - může požádat každý občan nad 21 let
 - K výkonu se přistoupí nejdřív za 7 (u zdravotní indikace) nebo za 14 dní (u sterilizace na přání) od podání písemné žádosti

Ireversibilní metody

Tubární sterilizace

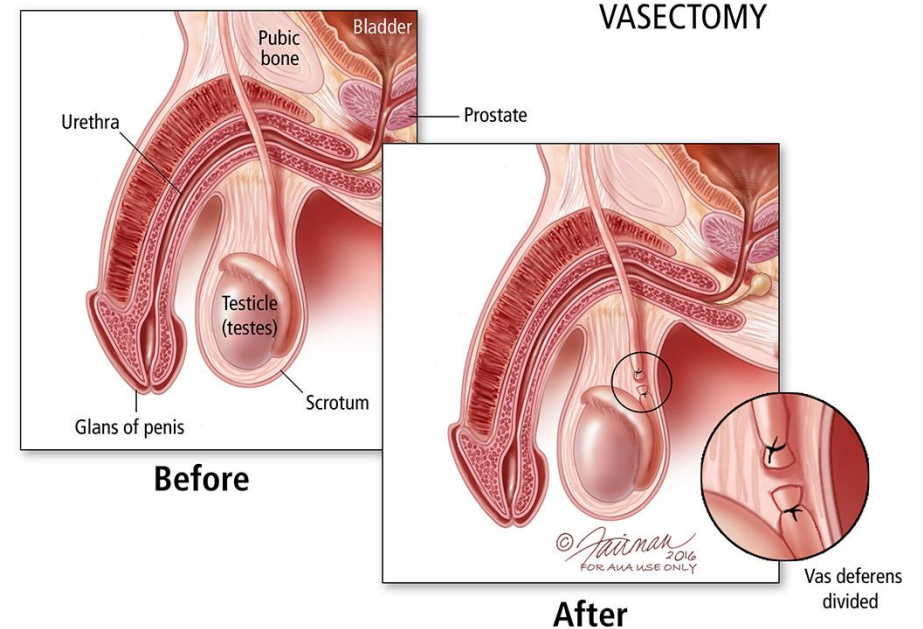
- V celkové anestezii nejčastěji laparoskopicky (nebo z řezu, např. při sekci)
- Historicky přerušení (podvaz, klip) obou vejcovodů, dnes se preferuje oboustranná salpingektomie (snižuje riziko ca ovaria)



Irreversibilní metody

Vasektomie

– Podvaz chámovodů ambulantně v lokální anestezii



2. Intercepce

- "nouzová antikoncepce", "pilulka po"
- Indikováno při selhání (nebo nepoužití) jiné metody
- **Levonogestrel** – dvojí účinek: *oddálení ovulace*, která se inhibicí LH peaku posune o pár dnů, a *narušení struktury endometria* – brání nidaci oplodněného vajíčka, pokud k ovulaci už došlo - nutno užít do 72 hodin
- **Ulipristal-acetát** - selektivní modulátor progesteronových receptorů, mechanismem účinku je *oddálení ovulace* – nutno užít do 120 hodin
- Nežádoucí účinky: GIT potíže, bolesti hlavy a břicha, opoždění menstruace



3. Interrupce

- *Umělé přerušeni těhotenství*
- V ČR legální na žádost těhotné do 12.týdne
- Nejedná se o metodu antikoncepce, často se tak k ní ale přistupuje v zemích, kde je bezpečná antikoncepce nedostupná nebo ve srovnání s průměrným platem nesmírně drahá
- Přehnané zákonné restriktce vedou k potratové turistice a nelegálním abortem, které ohrožují život ženy

Interrupce

V ČR dostupné metody

- V I. trimestru (na žádost těhotné nebo ze zdravotní indikace):
 - Medikamentózně (Mifepriston+Misoprostol)
 - Chirurgicky (dilatace a kyretáž)
 - Chirurgicky (vakuumaspirací)
- V II. trimestru (POUZE ze zdravotní indikace matky nebo plodu):
 - Indukce abortu dle protokolu (Misoprostol)

Závěr

Spolehlivá antikoncepce je nejdůležitější metodou plánovaného rodičovství. Je třeba znát její principy, přínos i nežádoucí účinky.