

# OBSAH

<b>Místo úvodu</b> .....	<b>5</b>
<b>Začneme od Adama</b> .....	<b>7</b>
Jak to funguje u žen .....	9
Jak to vše funguje u mužů.....	13
A co bude dál.....	17
<b>Pro rychlou orientaci v antikoncepčních metodách</b> .....	<b>20</b>
<b>Sexuální abstinence a jiné metody přirozené antikoncepce</b> .....	<b>25</b>
Metody založené na sledování jednoho ukazatele .....	29
Metody založené na sledování více ukazatelů.....	34
Přirozená a spolehlivá metoda?.....	35
<b>Přerušovaná soulož</b> .....	<b>41</b>
<b>Chvála kondomu</b> .....	<b>43</b>
Spolehlivost a ochrana před pohlavně přenosnými infekcemi .....	47
Jak kondom správně používat??? Aneb jakých chyb se nejčastěji dopouštíme. 51	
<b>Bariéry pro spermie určené ženám</b> .....	<b>56</b>
Pesár – diafragma .....	57
Ženský kondom.....	61
Cervikální klobouček.....	64
Vaginální hubka.....	65
<b>Jak zneškodnit spermie</b> .....	<b>67</b>
<b>Hormonální antikoncepční pilulka</b> .....	<b>70</b>
Co se to vlastně v ženském těle odehrává?.....	71
Zvuk kostelních zvonů.....	73
Pouštění hrůzy.....	75
Blahodárné působení.....	76
Antikoncepce, krása, přitažlivost a vše, co s ní souvisí .....	80
Tableta na postupu.....	88
Ani nebezpečí nelze podceňovat.....	91
Trocha antikoncepční alchymie nikoho nezabije.....	94
Jak správně užívat? .....	100
<b>Jiné způsoby podávání hormonů</b> .....	<b>108</b>
Minipilulka .....	109
Injekce a implantáty.....	111

Hormony přímo v děloze .....	116
Antikoncepční náplasti a kroužky .....	117
<b>Když se řekne nitroděložní antikoncepce .....</b>	<b>122</b>
Pár slov k pohnuté historii antikoncepčních tělísek .....	123
Mechanismus účinku .....	127
Jak funguje nitroděložní systém (IUS) .....	129
Zavádění IUD .....	130
Příznivé účinky, výhody, ale i nevýhody .....	132
Kam kráčíš, antikoncepční tělísko???	134
<b>Sterilizace .....</b>	<b>135</b>
Jak se sterilizace provádí? .....	136
Sterilizační pověry .....	139
Muži to mají jednodušší .....	140
Dvakrát měř, jednou řež! .....	141
<b>Antikoncepce a kojení .....</b>	<b>143</b>
<b>Postkoitální neboli záchranná antikoncepce .....</b>	<b>146</b>
<b>Když antikoncepce selže .....</b>	<b>150</b>
Jak se interrupce provádí a její zdravotní důsledky .....	152
<b>Epilog .....</b>	<b>156</b>
<b>O autorech .....</b>	<b>159</b>