

PRÍLOHY

Príloha 1

Dotazník

(Lukšík, 2005)

Milá žiačka, milý žiak!

Tento dotazník je zameraný na niektoré otázky sexuálnej výchovy, resp. výchovy k manželstvu a rodičovstvu. Ak nebudeš vedieť na všetky odpovedať, nerob si starosti. Pre nás je to ukazovateľom, čo treba v sexuálnej výchove zlepšiť. V dotazníku zakrúžkuj odpovede, ku ktorým sa prikláňaš. Ak si nie si istý/á, radšej zakrúžkuj neviem. Dotazník je anonymný, nemusíš nikde písať svoje meno.

1. Prezervatív
 - chráni spoľahlivo pred HIV (1)
 - nechráni spoľahlivo pred HIV (2)
 - neviem (3)

2. Masturbácia je
 - škodlivá (1)
 - prirodzená (2)
 - neviem (3)

3. Najmenej spoľahlivá je antikoncepcná metóda
 - hormonálne tabletky (1)
 - metóda neplodných dní (2)
 - teplotná metóda (3)
 - neviem (4)

4. Menštruačný cyklus trvá
 - 26 dní (1)
 - 25 – 35 dní (2)
 - 28 dní (3)
 - neviem (4)

5. Dráždec (klitoris) je časť
 - mužského pohlavného orgánu (1)
 - ženského pohlavného orgánu (2)
 - aj mužského aj ženského pohlavného orgánu (3)
 - neviem (4)

6. Najčastejšie sa sexuálneho zneužívania dopúšťajú
 - neznáme osoby (1)
 - blízke osoby (2)
 - neviem (3)

7. Homosexuálov treba
 - liečiť (1)
 - rešpektovať (2)
 - nestarať sa o nich (3)
 - neviem (4)

8. Medzi chlapcami a dievčatami sú
 - veľké psychické rozdiely (1)
 - malé psychické rozdiely (2)
 - neviem (3)

9. Je lepšie, keď sa o dieťa stará
 - hlavne otec (1)
 - obaja rodičia (2)
 - hlavne matka (3)
 - neviem (4)

10. Je lepšie, keď domáce práce robí
- žena (1)
 - muž (2)
 - obaja (3)
 - neviem (4)
11. O tom, čo sa žiak dozvie na sexuálnej výchove má rozhodovať
- rodič (1)
 - škola (2)
 - nikto, žiak má na informácie právo(3)
 - neviem (4)
12. Odkiaľ máš poznatky o vyššie uvedených (a podobných) otázkach? /môžeš zakrúžkovať aj viac možností/
- z kníh (1)
 - od priateľov (2)
 - z TV (3)
 - z Internetu (4)
 - z časopisov (5)
 - od učiteľov (6)
 - od rodičov (7)
 - od súrodencov (8)
 - iné:(9)
13. Čo ťa z vyššie uvedených otázok (alebo podobných otázok) zaujíma? Čo viac by si ešte chcel/a vedieť?
14. Akou formou by si sa to chcel/a dozvedieť? (Odkiaľ? Od koho? Ako?)

Ďakujeme za spoluprácu!

Príloha 2

Zoznam použiteľných slov

Bolesti – niektoré ženy môžu mať počas menštruácie bolesti, kŕče, nevoľnosť. Niekedy musia vyhľadať ženského lekára/ku, ktorý/á im môže predpísať lieky. Proti bolestiam však pomáhajú aj rozličné čaje, liečba teplom, masáže, joga, autogénny tréning a pod.

Čakať – veľakrát sa stáva, že dievča dostane menštruáciu neskôr, čo u nej môže vyvolávať pocity menejcennosti. Vek prvej menštruácie kolíše medzi 9. a 16. rokom.

Dámska hygiena – súhrnné označenie pre výrobky, ktoré ženy používajú na ochranu spodnej bielizne počas menštruácie alebo v období medzi dvoma menštruáciami.

Energia – niektoré ženy pociťujú počas menštruácie zvýšenú výkonnosť napr. v športe, stupňujúcu sa sexuálnu energiu, iné sa, naopak, cítia unavené a vyčerpané.

Hanba – niektoré dievčatá zažívajú počas menštruácie pocity hanby, že im vidno vložku, boja sa, že im krv znečistí oblečenie, niektorí chlapci dokážu byť dosť necitliví a posmievať sa im za to. Preto je dôležité mať dostatočné informácie o menštruácii aj o hygienických pomôckach a správať sa úplne normálne, bez rozpakov.

HIV/AIDS – počas menštruácie sa zvyšuje riziko nákazy, treba používať kondómy.

Hlien – podľa konzistencie a množstva hlienu možno pozorovať menštruálny cyklus. Sledovanie charakteru hlienu je aj jednou z foriem antikoncepcie (nie je dostatočne spoľahlivá). Bezprostredne po menštruácii sa nemusí objavovať nijaký hlien, o pár dní je hlienu viac, je výraznejší – hustý, lepkavý a kalný –, v čase ovulácie je hlienu najviac, je jasný a pružný ako čistý výtok (Fenwicková, Walker, 1994).

Krámy – slangový výraz pre menštruáciu.

Krv – ak spermia neoplodní vajíčko, uvoľňujú a rozpadajú sa vrchné časti sliznice maternice a pritom dochádza ku krvácaniu. Táto krv, odlúpená sliznica, neoplodnené vajíčko a časť pošvového výtoku odchádzajú z pošvy von ako menštručná krv.

Kúpanie – počas menštruácie sa možno kúpať, ale je vhodné použiť tampón. Dlhotrvajúci teplý kúpeľ pomôže uvoľňovať bolesti a kŕče pred menštruáciou.

Mať dieťa – to, že dievča má menštruáciu, neznamená, že je pripravené mať dieťa, nie je ešte dostatočne zrelé z psychickej a zo sociálnej stránky.

Maternica – ženský orgán vystlatý mäkkým vyživujúcim tkanivom, v ktorom až do pôrodu dozrieva ľudský plod.

Menarché – prvá menštruácia, prichádza v priemere okolo 12. až 13. roku.

Menopauza – koniec plodného obdobia ženy, keď sa končí menštruácia, nastáva v priemere okolo 45. až 50. roku.

Menštruácia – jav, pri ktorom z pošvy vyteká tekutina obsahujúca krv, u väčšiny žien sa opakuje pravidelne každý mesiac.

Menštruálny cyklus – počet dní od začiatku jednej menštruácie do začiatku druhej, trvá približne 28 dní, za normálny sa považuje cyklus v trvaní od 21 do 35 dní, po príchode prvej menštruácie je bežné, že cyklus býva nepravidelný.

Menštruálny kalendár – slúži na zaznamenávanie dĺžky, intenzity a pravidelnosti menštruácie, pomáha odhadnúť začiatok nasledujúcej menštruácie, je dôležitý pri návšteve ženského/ej lekára/ky.

Oplodnenie – spojenie ženského vajíčka a mužskej spermie, najčastejšie k nemu dochádza v strednej časti vajčíkovodu, odkiaľ sa potom vajíčko transportuje do dutiny maternice, kde sa zahniezdi do sliznice maternice a vyvíja sa nový jedinec.

Ovulácia – uvoľnenie zrelého vajíčka z vaječníka, dochádza k nemu približne dva týždne týždne pred začiatkom menštruácie.

Pach – počas menštruácie treba dodržiavať zvýšenú hygienu, pravidelne si vymieňať vložky a podľa potreby sa niekoľkokrát denne sprchovať.

Pohlavná zrelosť – keď sa u dievčata vyvinú pohlavné orgány, dostane menštruáciu, znamená to, že je pohlavne zrelá, z fyzickej stránky je pripravená mať dieťa.

Premenštruálny syndróm – súhrnný názov pre skupinu príznakov, ktoré môžu ženy zažívať 1 – 14 dní pred začiatkom menštruácie, ide o telesné aj duševné symptómy, ako sú napr. pocit napätia v prsiach, zvýšený smäd, výraznejšie potenie, bolesť brucha, bolesť hlavy, náladovosť, chuť na sladké a pod.

Spať spolu – počas menštruácie možno mať pohlavný styk, ale je potrebná zvýšená hygiena a používanie prezervatívu.

Tabletky – môžu sa používať pri bolestiach, ktoré sprevádzajú menštruáciu, ale vhodnejšie je použiť alternatívne prostriedky (čaje, cvičenia a pod.).

Tampón – hygienická pomôcka na ochranu pred výtokom krvi počas menštruácie, vatový valček, silný ako prst, s niťou z bavlny, ktorá slúži na vytiahnutie. Zavádza sa prstom šikmo dozadu a dohora do pošvy tak ďaleko, aby neprekážal pri chôdzi ani pri sedení.

Tehotná – pokiaľ žena mala pohlavný styk a nepoužila pri ňom antikoncepciu, môže prísť k oplodneniu. Ak menštruácia nenastane, treba navštíviť ženského/ú lekára/ku.

Telesná výchova – pokiaľ dievča počas menštruácie nemá výraznejšie problémy, nie je dôvod, aby sa vyhýbalo telesným aktivitám.

Vaječníky – dve žľazy s vnútornou sekréciou, veľkosti a tvaru slivky, umiestnené po bokoch maternice, obsahujú vajíčka, ktoré sa po dozretí uvoľňujú z vaječníkov a putujú do maternice vajčíkovodmi, ak nie sú oplodnené, nastáva menštruácia.

Vložka – hygienická pomôcka na ochranu pred výtokom krvi počas menštruácie, používa sa mimo tela, v nohavičkách, kam sa prichytáva lepiacou časťou na svojej zadnej strane.

Ženský/á lekár/ka – treba ich vyhľadať, ak dievča má 16 rokov a ešte nedostalo menštruáciu, menštruácia je nepravidelná, trvá viac ako 7 dní a je silná, ak ju sprevádzajú veľké bolesti, ak je vaginálny výtok hustý, žltkastý, hnedý, zapácha, spôsobuje svrbenie.

Príloha 3

Terminológia k aktivite 3.3.4.1

Dráždec	Vajíčkovody	Bradavka	Nadsemenníky
Klitoris	Maternica	Dvorec bradavky	Semenné vačky
Pošva	Spermia	Prsník	Prostata
Panenská blana	Vajíčko	Mliečne žľazy	Semeno
Malé pysky	Folikul	Obriezka	Erekcia
Veľké pysky	Estrogén	Penis	Ejakulácia
Vulva	Progesterón	Predkožka	Polúcia
Ústie močovej rúry	Testosterón	Žalud'	Semenovod
Konečník	Cervix	Semenníky	Močová rúra
Vaječníky	Krčok maternice	Miešok	Močový mechúr
Orgazmus	Sliznica maternice	Počatie	Menštruácia

Príloha 4

MIX otázok a odpovedí o ľudskej sexualite 1

Existujú ľudia, ktorí nepotrebujú, nemusia mať sex?	Môžu sa milovať osoby rovnakého pohlavia?
Čo je podstatou orálneho sexu?	Prináša prerušovaná súlož nejaké riziká?
Je možné mať sex s viacerými ľuďmi naraz?	Čo je podstatou análneho sexu?
Čo je celibát?	Čo je antikoncepcia?
Je sex vždy dobrovoľný?	Vieš charakterizovať nejakú antikoncepčnú metódu?
Môže sa z penisu vylučovať moč a spermie zároveň?	Je kondóm najbezpečnejšou antikoncepčnou metódou?
Existujú aj kondómy pre ženy?	Čo je masturbácia?
Čo je to orgazmus?	Čo je pornografia?
Čo je bisexualita?	Čo je homosexualita?
Na čo sa používa lubrikačný gél?	Aký je rozdiel medzi ovuláciou a polúciou?
Čo rozhoduje o tom, či sa narodí dievča alebo chlapec?	Aký je francúzsky bozk?
Aké metódy plánovania rodičovstva uznáva katolícka cirkev?	Aké sú výhody a nevýhody bariérovej antikoncepcie?
Ako často majú dievčatá menštruáciu?	Ktoré antikoncepčné prostriedky chránia pred počatím – oplodnením?
Aké sú výhody a nevýhody hormonálnej antikoncepcie?	Aké výhody a nevýhody majú prirodzené metódy regulácie počatia?
Je prirodzené spoznávať svoje telo a jeho reakcie vlastnými dotykmi?	Je interrupcia – potrat antikoncepčnou metódou?

Príloha 5

MIX otázok a odpovedí o ľudskej sexualite 2

Platí, že sex = láska ?	Je orálny sex nebezpečný?
Je análny sex nebezpečný?	Čo je podstatou bezpečnejšieho sexu?
Je sex vždy dobrovoľný?	Čo je to predohra v sexe?
V akom veku je najvhodnejšie začať sexuálne žiť?	Aké funkcie plní sex?
Platí: sex = plodenie detí?	Čo si myslíš o používaní vulgarizmov zo sexuálneho slovníka?
Robia ľudia pri sexe hluk?	Kto z dvojice určuje, čo sa deje pri sexe?
Kto z dvojice určuje, čo sa deje pri sexe?	Je masturbácia škodlivá?
Dá sa spoznať sexuálna orientácia človeka na prvý pohľad?	Môže manipulácia s tampónmi a vložkami viesť dievčatá k masturbácii?
Kto myslí na sex viac a častejšie? Muži alebo ženy?	Je potrebné mať z masturbácie pocit viny a hanby?
Platí, že muži potrebujú skôr sex a ženy lásku?	Hanbia sa ľudia, keď sú pri sexe nahí?
Je pornografia škodlivá?	Vidíme v pornografii skutočný sex?
Tvoj kamarát má na semenníkoch uzlinu a robí mu to starosti. Čo mu poradiš?	Muži potrebujú voľnosť, ale ženy musia byť verné. Je to pravda?
Prečo vyhľadávajú prostitútky hlavne muži?	Pomenuj nejaké výhody pohlavnej zdržanlivosti.
Jedno dievča/chlapec sa ti páči. Čo urobíš, aby ste sa zoznámili?	Zamiluješ sa do niekoho. Ako mu/jej to dáš najavo?
Ako môžu milenci dosiahnuť orgazmus?	Prečo môže byť prvý pohlavný styk bolestivý?

Príloha 6

MIX otázok a odpovedí o ľudskej sexualite 3

U koho začína obyčajne puberta skôr? U chlapcov alebo dievčat?	Môže žena počas menštruácie otehotnieť?
Ako a kde dochádza k počatiu?	Podporuje alkohol sexuálnu výkonnosť?
Môže tehotná žena sexuálne žiť?	Čo očakávaš od životného partnera/ky?
Ako vnímate/pocítujete používanie výrazov „buzerant“, „teploš“?	Ako vnímajú/pocítujú výrazy „buzerant“, „teploš“ homosexuálne orientovaní ľudia?
Každý človek má právo rozhodnúť sa o tom, koho chce milovať, s kým chce/nehce sex.	Sex nie je len pohlavný styk, ale aj maznanie,
Si vydatá/ženatý a narodí sa ti dieťa. Budeš viac pracovať, aby si mal/a viac peňazí alebo menej pracovať, aby si mal/a viac času na dieťa?	Koho by si požiadal/a o pomoc, ak by si potreboval/a s úrne radu o sexualite
Keď sa ľudia milujú prvýkrát, muž má mať viac skúseností, žena má byť panna. Čo si o tom myslíš?	Vysvetli podstatu panenstva a panictva.
Poznáš film, v ktorom akčná hrdinka zachráni nejakého muža?	Čo je obriezka a prečo sa vykonáva?
Kedy môže dievča otehotnieť?	Kedy môže chlapec splodiť dieťa?
Kde a ako dochádza k počatiu?	Môžu sa stať malé deti a dospelajúci obeťami sexuálneho zneužitia?
Čo ovplyvňuje veľkosť prsníkov?	Kedy začína v prsníkoch tvorba mlieka?
Čo sa stane s vajíčkami, ktoré sa neoplodnia?	Čo sa stane so spermiami, ktoré neoplodnia vajíčko?
Prečo mávajú chlapci <i>mokrú sny</i> – polúcie?	Čo považujeme za erogénne zóny?
Prečo sa chlapci často prebúdzajú s erekciou?	Aký veľký by mal byť penis?

Príloha 7

MIX tvrdení o ľudskej sexualite (1) – alternatíva 3 (áno – nie – neviem)

1 V priebehu puberty chlapčenské a dievčenské telá prechádzajú mnohými telesnými i duševnými zmenami	2 K oplodneniu dochádza v maternici.
3 Sexualita by nemala byť tabu. Je normálne o nej s deťmi hovoriť otvorene, citlivo a primerane ich veku.	4 Ženy a muži sa rodia so všetkými pohlavnými bunkami na celý život.
5 Pri prvom pohlavnom styku partneri nemôžu počať/splodiť dieťa.	6 Homosexualita je sexuálna orientácia na jedincov rovnakého pohlavia, ktorú moderná sexuológia nepovažuje za chorobu.
7 Pri prvom pohlavnom styku sa ľudia môžu nakaziť pohlavnými chorobami i vírusom HIV, ktorý spôsobuje chorobu AIDS.	8 Počas menštruácie by mali ženy dodržiavať zvýšenú intímnu hygienu.
9 Interrupcia je umelé ukončenie tehotenstva.	10 Bisexuál je človek, ktorý cíti sexuálnu náklonnosť k ľuďom oboch pohlaví.
11 Časté striedanie sexuálnych partnerov zvyšuje riziko nákazy pohlavnými chorobami a HIV.	12 Mladí ľudia, ktorí sa rozhodli mať sex, by mali poznať riziká aj možnosti ako zabrániť počatiu. O pre nich najvhodnejšej by sa mali dohodnúť pred stykom.
13 Polúcia je samovoľný výron semena u chlapcov. Dochádza k nemu zväčša v noci a je to normálne.	14 Pohlavný styk medzi príbuznými (incest) je trestný.
15 Deti sa môžu stať obeťou sexuálneho zneužitia.	16 O svoje pohlavné orgány by sa mali chlapci i dievčatá starať dôslednou intímnou hygienou od detstva.
17 O tom, kedy začať sexuálne žiť sa rozhoduje každý človek sám.	18 Výtok z rodidiel sa musí liečiť v ktoromkoľvek veku ženy, aj u dieťaťa.
19 Dospelí sa sami rozhodujú, či uzavrú manželstvo, alebo budú žiť spolu aj bez neho.	20 Väčšina náboženstiev a spoločenských noriem vyžaduje, aby ľudia, ktorí sa majú radi, uzavreli manželstvo a v ňom priviedli na svet svoje deti.

Príloha 8

MIX tvrdení o ľudskej sexualite (2) – alternatíva 3

21 Láska je cit vznikajúci medzi ľuďmi opačného pohlavia. Rovnako pekný vzťah môže vzniknúť medzi dvoma mužmi či ženami. Voláme ho homosexuálny vzťah.	22 Mať dieťa je obrovská zodpovednosť na celý život. Preto by mali mať deti dospelí ľudia schopní a pripravení sa o ne postarať.
23 Každý človek má právo rozhodnúť sa, koho chce milovať, s kým chce alebo nechce mať sex a nikto nemá právo toho druhého k sexu nútiť.	24 Keď sa ľudia milujú a chcú plánovať svoje rodičovstvo, môžu využiť prostriedky a metódy, ktoré im to umožnia v súlade s ich presvedčením.
25 Na otázku masturbácie neexistuje správna alebo nesprávna odpoveď. Každý názor sa formuje na základe poznania, presvedčenia a hodnôt.	26 Chlapci a dievčatá majú veľa možností a ich ciele a očakávania nemusia byť obmedzované príslušnosťou k rodu a pohlaviu.
27 Sex pre každého človeka znamená niečo iné a zlé pochopenie vzájomných očakávaní môže viesť k hlbokým nedorozumeniam.	28 Otázka nahoty je citlivá téma, je potrebné hovoriť o svojich pocitoch a rešpektovať ich.
29 Neexistuje žiadne fyzické alebo psychické poškodenie spojené s masturbáciou a pokiaľ niekto masturbuje nadmerne, môže ísť o problém, ktorý pomôže objasniť lekár	30 Masturbácia je prirodzenou súčasťou sexuality. Je dôležité pochopiť, že aj pre ňu existujú určité hranice (čas, miesto).
31 Niektorí mladí ľudia, zväčša veriaci, majú svoj prvý pohlavný styk až v manželstve.	32 Sexuálne rozhodovanie je intímnu záležitosťou človeka a mládež má právo primerane sa naň pripravovať od útleho detstva.
33 Ak mladí ľudia nedokážu alebo nechcú počkať so sexom do dospelosti, mali by realizovať bezpečný sex a správať sa zodpovedne.	34 Počas menštruácie by sa dievča nemalo kúpať ani sprchovať.
35 Prvé menštruačné krvácanie sa nazýva menarché.	36 Výtok z pošvy je prejavom zápalového ochorenia ženských pohlavných orgánov, ktoré spôsobuje premnoženie choroboplodných mikroorganizmov.

Príloha 9

Metódy plánovaného rodičovstva

Metóda	Tehotenské číslo	Mechanizmus účinku	Hlavná výhoda	Hlavná nevýhoda	Komentár
<p>Hormonálna kombinovaná antikoncepcia</p> <p>Antikoncepčná náplasť Evra</p> <p>Antikoncepčný vaginálny krúžok</p>	Z každých 100 žien pri dôslednom užívaní otehotnie za obdobie užívania (1 rok) menej ako 1, pri menej dôslednom 1 – 2, pri nepravidelnom až chaotickom užívaní do 7.	Obsah dvoch hormónov v pilulkách – estrogénu a progesterónu – bráni pri pravidelnom užívaní ovulácii vajíčka – uvoľneniu ženských pohlavných buniek každý mesiac.	Lahké a pohodlné užívanie zabezpečujúce pravidelný mesačný menštruačný cyklus, často so znížením krvných strát, bolesti pred menštruáciou a počas nej. Neznižuje libido – sexuálnu túžbu.	Minimálne vedľajšie účinky obvykle ustúpia do niekoľkých mesiacov. Nevhodná pre fajčiarky staršie ako 35 rokov, pre ženy s cukrovkou, so zvýšeným tlakom krvi, s poruchami zrážania krvi, s chorobami srdca, s trombózou, ako aj pre veľmi mladé dievčatá.	Len na lekárske predpis! Účinok sa stráca, ak sa tabletky použijú o 12 hodín neskôr, alebo pri hnačkovom ochorení. Niektoré lieky môžu znížiť jej účinnosť, preto je v prípade užívania iných liekov vhodné poradiť sa s lekárom. Neodporúča sa fajčiarkam!
<p>Hormonálna jednozložková – progestínová – antikoncepcia</p>	Zo 100 žien pri pravidelnom a dôslednom užívaní otehotnie za rok 1, pri menej dôslednom 1 – 4. Tento druh antikoncepcie je účinnejší u žien nad 40 rokov.	Pravidelné užívanie hormónu progesterínu (každý deň v rovnakom čase) spôsobuje zmeny sťažujúce prienik spermií do maternice alebo uhniesdenie oplodneného vajíčka v nej.	Vhodná metóda pre staršie ženy, pretože je pri nej nižšie riziko negatívneho ovplyvnenia tlaku krvi, ako aj zrážania krvi. Lahké a pohodlné užívanie. Vhodná aj pre dojčiace ženy. Neznižuje libido.	Môže spôsobiť nepravidelnosti v menštruačnom cykle s obdobiami krvácania alebo „špinenia“. Vedľajšie účinky sú minimálne a miznú po 2 – 3 mesiacoch. Niekedy vynechá menštruáciu.	Len na lekárske predpis! Potrebné pravidelné užívanie v rovnakom čase, nie však viac ako o 3 hodiny neskôr než v iných dňoch. V prípade hnačiek, niektorých ochorení a užívania iných liekov sa môže znížiť účinok. Vtedy treba po konzultácii s lekárom prijať špeciálne opatrenia. Neodporúča sa fajčiarkam!
<p>Hormonálna injekčná antikoncepcia a depotné systémy s dlhodobým účinkom</p> <p>Podkožný gestagénový systém Implanon</p> <p>Vnútro-maternicový hormonálny systém Mirena</p>	Zo 100 žien užívajúcich tento druh antikoncepcie otehotnie za 1 rok menej ako 1 žena.	Účinok je podobný jednozložkovej hormonálnej antikoncepcii, ale v tomto prípade sa progesterín podaný injekčne do svalu uvoľňuje pomaly do organizmu, čím sa zabezpečí dlhodobjší účinok. V SR sa v súčasnosti nevyužíva injekčná depotná forma čisto progestínovej antikoncepcie, ale aplikačná forma implantátov alebo vnútro-maternicový systém.	Jediná injekcia zabraňuje otehotneniu v období 8 alebo až 12 týždňov – v závislosti od konkrétneho prípravku. Neznižuje libido. Zavádza sa na obdobie 4 – 5 rokov. Nehrozí riziko zabudnutia užitia tabletky a zlyhania metódy.	Časté sú nepravidelnosti menštruačného cyklu. Návrat pravidelných menštruácií a plodnosti sa môže oddialiť až na obdobie 1 roka.	Len na lekárske predpis! Niektoré prípravky by mali užívať len tie ženy, ktorým nevyhovuje iný druh antikoncepcie. Sú aj prípravky, ktoré sú vhodné len ako krátkodobá metóda plánovania rodičovstva. Depotné formy predpisuje a aplikuje odborný/á lekár/ka.

Vnútro- maternicové teliesko	Zo 100 žien otehotnie za 1 rok 1 – 3. Na zvýšenie účinnosti sa používajú spermicídne krémy, želé, peny alebo pesary do pošvy – najmä v období ovulácie.	Malé teliesko z umelej hmoty, obvykle pokryté medou, ktoré vkladá lekár do maternice, bráni počatiu, preniknutiu vajíčka cez vajíčkovody alebo uhniesdeniu vajíčka v maternici.	Účinkuje okamžite po vložení. Zvlášť vhodná metóda pre ženy, ktoré už rodili, pre tie, ktoré už neplánujú ďalšie tehotenstvá, pre staršie ženy. Neznižuje libido.	Menštruačné krvácania môžu byť silnejšie. Teliesko môže niekedy vypadnúť. U niektorých žien sa môže vyvinúť zápal vnútro maternicového genitálu, najmä u tých, ktoré často striedajú sexuálnych partnerov. Nie je to vhodná metóda pre mladé ženy, čo ešte nerodili.	Teliesko vkladá do maternice lekár/ka špecialista/ka a v závislosti od typu sa má vymieňať obvykle každých 5 rokov. Žene sa odporúča kontrolovať uloženie telieska, ak pociťuje vlákno v hornej časti pošvy. Táto metóda nevylučuje používanie tampónov.
Diafragma, oklúzny pesar + spermicidy	Zo 100 žien pravidelne a dôsledne používajúcich túto antikoncepciu počas 1 roka otehotnejú 2. Menej pravidelne a nedôsledne používanie môže spôsobiť zlyhanie u 2 – 15 žien.	Pružný gumený klobúčik vkladajúci sa do pošvy krátko pred pohlavným stykom tak, aby prekryval krčok maternice a vytváral tak bariéru brániacu splynutiu vajíčka so spermiami. Treba ho kombinovať so spermicídnymi prípravkami a ponechať na mieste v pošve ešte 6 hodín po pohlavnom styku.	Môže sa vkladať do pošvy vo vhodnom čase pred očakávaným pohlavným stykom, pričom sa nemusí narušiť spontánnosť sexuálnej predohry. Ak od zavedenia uplynú viac ako 3 hodiny, treba opakovane zaviesť spermicídne látky. Táto metóda sa považuje za možnú ochranu pred rakovinou krčka maternice.	Potreba plánovať vloženie diafragmy alebo oklúzneho pesaru so spermicídmi pred pohlavným stykom. Sledovať veľkosť pesaru každých 6 mesiacov aj po pôrode a zmenách telesnej hmotnosti o viac ako 3 kg. Možné sú aj zmeny rozmerov pošvy, čo môže zvýšiť pravdepodobnosť zlyhania.	Účinok diafragmy možno očakávať len pri kombinácii so spermicídnymi prípravkami, ktoré inaktívujú spermie. Možno použiť aj oklúzne pesary, ktoré sú menšie a tesne pokrývajú krčok maternice.
Prezervatív – kondóm	Zo 100 párov používajúcich túto antikoncepciu pravidelne a dôsledne počas 1 roka dôjde k otehotneniu u 2 žien. Pri menej dôslednom používaní u 2 – 15.	Prezervatív natihnutý na penis počas erekcie vytvára mechanickú bariéru brániacu preniknutiu spermií do ženských pohlavných orgánov. V súčasnosti je väčšina kondómov zvlhčená, často aj spermicídnou látkou.	Lahkosť, s akou sa dá použiť. Muž preberá zodpovednosť za kontrolu počatia. Zvyšuje možnosť prevencie pred nákazou SPCH a HIV. Považuje sa za metódu znižujúcu riziko vzniku onkologických ochorení krčka maternice. Možno ho zakúpiť bez lekárskeho predpisu.	Možnosť nesprávneho použitia, poškodenia, skĺznutia. Muž môže mať pocit zníženia citlivosti kontaktu počas pohlavného styku. Možnosť narušenia sexuálnej predohry. Navliekanie prezervatívu možno naopak využiť aj ako jej súčasť. Treba kontrolovať, či sa semeno po ejakulácii nedostalo mimo prezervatívu.	Prezervatív by mal byť na penise ešte pred kontaktom s akoukoľvek časťou ženských genitálií. Treba ho tam ponechať len v čase erekcie a po použití zahodiť. Pred každým nasledujúcim pohlavným stykom sa musí použiť nový prezervatív.
Prirodzené metódy regulácie počatia – metódy periodickej abstinencie	Zo 100 párov, ktoré po adekvátnom poučení pravidelne a dôsledne používajú symptotermálnu metódu počas 1 roka, dôjde k otehotneniu u 2 žien. Pri menej dôslednom používaní sa zvyšuje riziko zlyhania u 2 – 20. Veľký význam má motivácia, pre ktorú sa páry rozhodnú používať túto metódu. Ako jedinú ju uznáva a odporúča rímskokatolícka cirkev.	Cieľom je zistiť čas ovulácie, teda obdobia najväčšej plodnosti ženy. V tomto čase je potrebná sexuálna abstinencia. Symptotermálna metóda vyžaduje denné sledovanie telesnej teploty, zmien hlienu z krčka maternice, ako aj iných znakov ovulácie.	Netreba používať mechanické telieska ani hormonálne prípravky. Nielen žena, ale aj muž pociťuje spoločnú zodpovednosť za plánovanie rodičovstva, pričom obaja získavajú väčšie poznanie o fungovaní vlastného organizmu. Niektoré páry prežívajú styk intenzívnejšie, ak v čase najväčšej plodnosti prechodne abstinujú. Bez vedľajších nežiaducich fyzických účinkov.	Abstinencia v čase ovulácie. Potreba starostlivého zaznamenávania telesných zmien hlavne u žien s nepravidelnosťami v menštruačnom cykle, v období po pôrode a pri všetkých životných a zdravotných zmenách.	Metódu musí učiť skúsený „učiteľ/ka“. Symptotermálna metóda (metóda dvojitej kontroly) je z prirodzených metód najúčinnějšía. Napriek tomu mnohé páry v čase ovulácie používajú radšej niektorú z bariérových metód namiesto odporúčanej pohlavnej zdržanlivosti.

Sterilizácia ženy	Zlyhanie tejto metódy je zriedkavé a pohybuje sa v rozmedzí 1/1 000 až 1/200 žien v závislosti od použitej metódy.	Trvalá metóda, pri ktorej chirurgicky uzavreté vajíčkovody vytvárajú trvalú bariéru pre spojenie spermie s vajíčkom a ich putovanie do maternice.	Je účinná okamžite po operácii. Výhodná pre páry, ktoré sú presvedčené o kompletnosti svojho potomstva a neplánujú ďalšie deti.	Príležitostne, zriedkavo sa môže obnoviť priechodnosť vajíčkovodov.	Keďže ide o trvalú nezvratnú metódu, nesmie sa vykonať pri akýchkoľvek pochybnostiach. Pred zákrokom je potrebná konzultácia s lekárom. Nové chirurgické metódy umožňujú skrátenie hospitalizácie na menej ako 3 dni.
Sterilizácia muža – vazektómia	Táto metóda zlyháva približne u 1 z 1 000 vazektomovaných mužov.	Trvalá a nezvratná metóda. Kanáliky, cez ktoré prenikajú spermie z mužských pohlavných žliaz, sa malým chirurgickým zákrokom pretnú a tým sa zablokuje ich preniknutie do pošvy počas ejakulácie.	Trvalá metóda vhodná pre páry s absolútnou istotou o konečnom počte svojho potomstva.	Na vyčistenie kanálikov od spermií treba viac ejakulácií. V tomto čase sa musí používať ešte iná metóda na kontrolu počatia až do obdobia, keď testy jednoznačne potvrdia, že v ejakuláte sa nenachádzajú spermie. Obnovenie priechodnosti kanálikov sa vyskytuje zriedka.	Keďže ide o trvalú nezvratnú metódu, nie je možné vykonať ju pri akýchkoľvek pochybnostiach. Pred vykonaním zákroku je bezpodmienečne nutná konzultácia s lekárom. Možno ho spraviť ambulantne bez hospitalizácie v lokálnom znečítlení. Samotný zákrok trvá 10 – 15 minút.
Núdzová postkoitálna antikoncepcia	Ak si pár/žena uvedomí chybu v používaní antikoncepcnej metódy, odporúča sa navštíviť gynekológiu alebo nemocničné gynekologické oddelenie a požiadať o postkoitálnu pomoc, čo môže znamenať buď špeciálne dávkovanie kombinovaných hormonálnych piluliek, alebo zavedenie vnútromaternicového telieska. Tento spôsob sa využíva v núdzových stavoch, ak si žena myslí, že jej tesne po pohlavnom styku hrozí neplánované tehotenstvo. Príčinou môže byť zabudnuté užitie pilulky, poškodený alebo nesprávne použitý kondóm. Je možné, že žena pohlavný styk neplánovala – bola znásilnená, sexuálne zneužitá. V súčasnosti možno zakúpiť si „postkoitálnu pomoc“ v slovenských lekárňach aj bez lekárskeho predpisu. Odporúčame správať sa v sexe bezpečne a zodpovedne, neriskovať neželané tehotenstvo a používať vhodnú antikoncepcnú metódu.				
Antikoncepcia pre staršie ženy	Ženy vo vyššom veku – po 50. roku života, pozorujú zmeny vo svojom menštruačnom cykle. Poslednú menštruáciu voláme menopauza. Ženám sa odporúča zostať ostražitými a používať nejaký spôsob ochrany ešte 2 roky po menopauze, pokiaľ má žena menej ako 50 rokov, a ešte 1 rok, ak menopauza nastala vo veku ženy nad 50 rokov.				

Väčšina prípravkov sa viaže na **lekársky predpis**. Ženám používajúcim akúkoľvek antikoncepciu sa odporúčajú pravidelné prehliadky u gynekológa. Predtým, ako sa dievča alebo žena rozhodne pre niektorú z antikoncepcných metód, mala by sa poradiť so svojím/ou lekárom/kou gynekológom/gynekologičkou alebo v lekárni s odborníkom/čkou farmaceutom/kou, s ktorými môže prekonzultovať problematiku antikoncepcie. Prezervatívy a spermicídne prípravky sa v našich lekárňach predávajú voľne, bez lekárskeho predpisu.

Spôľahlivosť antikoncepcných metód – tehotenské číslo

Vzhľadom na nemožnosť objektívne merať plodnosť jednotlivých žien sa účinnosť antikoncepcných metód iba odhaduje, a to uvedením **počtu neplánovaných otehotnení počas trvalého používania jednej metódy**. Najčastejšie sa uvádza tzv. **Pearlov index** – tehotenské číslo, definované ako počet zlyhaní u 100 žien počas 1 roka užívania antikoncepcnej metódy. Ak sa pri antikoncepcnej metóde uvádza tehotenské číslo 2 – 7, znamená to, že pravdepodobnosť otehotnenia (zlyhania metódy) je u 2 – 7 žien z každých 100, ktoré používajú danú metódu počas jedného roka. Číslo 2 znamená pravdepodobný počet tehotenstiev pri pravidelnom a dôslednom používaní a číslo 7 pravdepodobný počet tehotenstiev pri nedostatočne pravidelnom a nedostatočne dôslednom používaní metódy.

Viac informácií nájdete na odporúčaných webových stránkach a v literatúre.

Prehľadná tabuľka je spracovaná podľa informačného letáka Slovenskej spoločnosti pre plánované rodičovstvo (bez vročenia) a Fenwicková, E. – Walker, R. (1996) a Poliaková, E. a kol. (1996).

Príloha 10

Sexuálne prenosné infekcie

Ochorenie	Príčiny – pôvodca	Príznaky a priebeh	Liečba	Poznámky
Bakteriálna vaginóza V pravom zmysle slova to nie je SPI! Majú ju imunologicky alebo inak hendikepované ženy náchylné na reinfekciu z vlastných zdrojov.	Porucha rovnováhy pošvového prostredia. Hlavným pôvodcom ochorenia je premnoženie baktérie Gardnerella vaginalis , ktorá nahradí pôvodných „obyvateľov“ pošvy – laktobacily.	Homogénny mliečny vodnatý výtok s rybacím zápachom u ženy, ktorého intenzita sa zvyšuje po pohlavnom styku. Dochádza k zmene pH pošvy (4,7 – 5,5), môžu sa vyskytnúť bolesti pri močení. Muži zvyčajne nemajú nijaké príznaky.	Antibiotické lieky alebo krémy aplikujúce sa do pošvy.	V prípade neliečenia môže spôsobiť komplikácie s plodnosťou.
Genitálny herpes	Vírus HSV – Herpes simplex vírus I s afinitou ku koži v okolí pier a nosa, Herpes simplex vírus II s vyššou afinitou ku genitálu. Obidva typy môžu vyvolať infekciu v oblasti genitálu.	Po rôzne dlhej inkubačnej lehote (asi 14 dní) nastáva výsev jednotlivých alebo mnohočetných pluzgierikov v oblasti genitálu. Spočiatku svrbia, neskôr bolia. Ich obsah je najprv číry, neskôr sa skalí v závislosti od následnej infekcie. Vznikajú bolestivé rany. Bolestivé močenie, niekedy zvýšená teplota. Prvý výsev sa zvyčajne stratí asi po 2 týždňoch, ale vírus zostáva v tele a môže vyvolať ďalšie výsevy.	Neexistuje špecifická liečba, ale protívírusové lieky môžu zmierniť priebeh ochorenia.	Komplikácie môžu vzniknúť u oboch pohlaví – bolesti v oblasti nervov, zápal mozgových blán, zdurenie lymfatických uzlín, infekcia očnej rohovky, u žien sa zvyšuje riziko rakoviny maternicového krčka, potratu, počas pôrodu môže dôjsť k infekcii novorodenca.
Genitálne vši	Genitálna voš	Svrbenie v oblasti genitálneho ochlpenia. Nákaza sa môže preniesť okrem pohlavného styku aj spoločným používaním postelnej bielizne a uterákov.	Biele lesklé vajčička – hnidy sa nedajú odstrániť bežným umývaním. Je nevyhnutné použiť špeciálny prípravok z lekárne.	Ludovo známe filcky. Uteráky, oblečenie a postelnú bielizeň treba vyprať v horúcej vode.
Chlamýdiové infekcie Zákerné ochorenie, pretože často prebieha bez príznakov.	Chlamýdie sú najrozšírenejšie mikroorganizmy v prírode spôsobujúce ochorenia s rozličnými príznakmi u rozličných živočíšnych druhov. Chlamydia trachomatis sa šíri výlučne u ľudí pohlavným stykom.	Obvykle je prvým miestom ich lokalizácie sliznica krčka maternice, odkiaľ sa šíri do vyšších častí ženských pohlavných orgánov, na novorodencov aj na sexuálnych partnerov. K nákaze môže dôjsť aj hornými dýchacími cestami, konečníkom, sliznicou očných spojoviek (závisí od sexuálnych techník). Krvou sa infekcia šíri na kĺby (viac u mužov). Prejavy: u mužov bolestivé močenie, výtok z penisu. Ženy môžu byť bez príznakov alebo môžu mať výtok z pošvy a bolesti v podbrušku pri pohlavnom styku. Môže nepriaznivo pôsobiť aj na vznik onkologických ochorení v oblasti krčka maternice.	Antibiotiká. Keď sa choroba nelieči, môže u oboch pohlaví spôsobiť neplodnosť, u žien mimomaternicové tehotenstvo. Závažné bývajú komplikácie v tehotenstve s dôsledkami na vývoj plodu a popôrodný vývoj novorodenca. Ak sa nelieči, prechádza do chronickej formy.	Výskyt <i>Chlamydie trachomatis</i> v populácii je znakom promiskuity. Závažnosť ochorenia spočíva aj v problematickej diagnostike.
Kvapavka	Gonokoky – baktéria Neisseria gonorrhoea .	Vzhľadom na odlišnú anatomickú stavbu ženského a mužského genitálu sa líši aj priebeh u oboch pohlaví. Inkubačná lehota u mužov – 3 a viac dní. Bolesti pri močení, hlienový a neskôr hnisavý výtok z penisu. Ak sa muž nelieči, môže dôjsť k fimóze alebo zúženiu močovej rúry, zápalu prostaty alebo močovej rúry. U žien je priebeh menej výrazný, ale epidemiologické riziká sú vyššie. Po inkubačnej lehote 7 dní býva postihnutá močová rúra, krček maternice, vnútorné časti genitálu. Nebezpečné je postihnutie očí, infekcia môže byť prítomná aj v konečníku. Príznaky: pálenie pri močení, hnisavý výtok z pošvy aj z močovej rúry.	Antibiotiká. Komplikácie: sterilita, mimo maternicové tehotenstvo, kĺbové ochorenia.	Jedna z najdlhšie známych infekčných chorôb. Ochorenie podlieha povinnému hláseniu.
Ludský papilomavírus	Vírus HPV – Human Immunodeficiency Virus	Vírus spôsobuje bradavičky v oblasti pohlavných orgánov – <i>kondylómy</i> , ktoré nebolia, ale spôsobujú estetické problémy a narúšajú základné fyziologické funkcie infikovaných a môžu komplikovať pôrod.	Odstránenie kondylómov zmrazením tekutým dusíkom alebo laserom (v závislosti od rozsahu). V súčasnosti je možné očkovanie mladých dievčat ešte pred začatím sexuálneho života!	Vírus spôsobuje zmeny vedúce k vzniku rakoviny krčka maternice.

<p>Plesňové ochorenie mykóza – kandidóza V pravom zmysle slova nie je SPI! Majú ju imunologicky alebo inak hendikepované ženy náchylné na infekciu z vlastných zdrojov.</p>	<p>Ochorenie spôsobuje pleseň – kvasinková huba Candida albicans.</p>	<p>Biely hustý výtok tvarohovej konzistencie, svrbenie, sčervenanie a napuchnutie vulvy a bolesť pri močení. Huba zvyčajne neškodí, pretože ostatné baktérie ju držia pod kontrolou, ale niekedy sa môže nekontrolovateľne rozmnožiť v dôsledku cukrovky, zníženej obranyschopnosti organizmu alebo liečenia širokospektrálnymi antibiotikami. Mykózou sa môžu nakaziť aj muži, ale príznaky sa u nich objavujú zriedkavo a často tak nevedomky nákazu rozširujú. Je treba, aby sa preliečili.</p>	<p>Protiplesňové krémy, čapíky s fungicídny účinkom (antimykotiká) a pesary. Existujú aj orálne tabletky. Odporúča sa ženám nosiť bavlnenú bielizeň a nenosiť tesné nohavice.</p>	<p>Uvedená pleseň sa prirodzene nachádza v pošve, ústach a črevách a zvyčajne neškodí. Vysoké percento žien trpí opakovaným výskytom plesňových infekcií.</p>
<p>Syfilis</p>	<p>Systémové chronické ochorenie vyvolané pôvodcom baktérii Treponema pallidum, druhom spirochety veľmi citlivej na vyschnutie a nedostatok kyslíka. Preniká do organizmu cez porušenú kožu alebo sliznicu. Závažný je prenos z matky na plod – vrodený syfilis. Možnosti prenosu: pohlavný styk, transfúzia, z chorej matky na plod.</p>	<p>Ak sa nediagnostikuje a nelieči, prebieha v 3 presne vymedzených vývojových štádiách a má orgánové aj kožné príznaky. 1. primárne štádium: prejavuje sa vznikom tvrdého vredu v mieste prvého kontaktu (genitálie, ústa, prsty na rukách) s postihnutým jedincom po 9 – 19 dňoch. Je nebolestivý, často uniká pozornosti. O 1 – 2 týždne sa zduria regionálne lymfatické uzliny. V priebehu niekoľkých týždňov zdurenie samo odznie, ale baktérie sa medzitým rozšíria do celého organizmu. Vred sa spontánne zahojí za 2 – 3 týždne. Ochorenie prechádza do 2. štádia, ktorého príznaky sa objavujú približne 9 – 10 týždňov od infekcie. Okolo 5. – 6. týždňa sa začínajú vytvárať sérologicky dokázateľné protilátky v krvi. 2. sekundárne štádium: preniknutie baktérií do celého tela spôsobujúce výsev vyrážok na koži v oblasti trupu, končatín a slizníc. Objavujú sa bolesti hlavy, zvýšené teploty a zdurenie lymfatických uzlín. Neliečené vyrážky pretrvávajú asi 14 dní, po určitom čase recidivujú. Intenzita príznakov postupne slabne. Toto neliečené obdobie trvá 3 aj viac rokov a prerastá do 3. štádia. 3. terciálne štádium: medziobdobie tzv. latentného syfilisu môže trvať aj 10 rokov. Dochádza k tvorbe gummat – tuhých hrbolečiek v rzičných orgánoch, ktoré majú tendenciu rozpadáť sa. Vytvárajú sa vrede. Často býva postihnutý centrálny nervový systém, svaly, kosti, dochádza k neurologickým a psychickým komplikáciám až demencií.</p>	<p>Základný liek – penicilín. Treba preliečiť všetkých sexuálnych partnerov. Úspešnosť liečby závisí od včasnej diagnózy a nasadenia liečby. Najväčší predpoklad vyliečenia je v 1. štádiu a na začiatku 2. štádia Zvláštnym prejavom 2. štádia sú bradavicové útvary objavujúce sa v miestach potenia. Majú charakteristický zápach a sú najinfekčnejšou formou.</p>	<p>Choroba je vyliečiteľná jedine v 1. štádiu! Pacienti sú silne infekční! Ochorenie podlieha povinnému hláseniu. Vrodený syfilis: od získaného sa líši prejavmi a vzniká prechodom infekcie na plod z infikovanej matky. Závažnosť závisí od dĺžky infekcie. Pri čerstvej sú následky pre plod horšie – poškodenie alebo smrť plodu. Diagnostika: sérologický dôkaz protilátok v krvi cez vyhladávaciu reakciu podľa Bordeta Wassermana – BWR.</p>
<p>Trichomoniáza</p>	<p>Infekčné ochorenie spôsobené prvokom Trichomonas vaginalis.</p>	<p>Žltozelený spenený zápachajúci výtok z pošvy. Svrbenie a bolesti pri močení. U mužov sa síce väčšinou nijaké príznaky nevyskytujú, ale treba ich preliečiť, aby sa zabránilo „pingpongovej“ spätnej nákaze.</p>	<p>Antibiotiká – vaginálne čípky. Kúpeľ z dubovej kôry alebo tanínu zmierňuje svrbenie a upokojuje podráždenú pokožku.</p>	<p>Patogén tejto choroby sa nachádza v pošve 50 % žien bez symptómov. Užívanie antibiotík alebo antikoncepcných piluliek ich môže spustiť.</p>
<p>HIV/AIDS Prenos: 1. nechráneným pohlavným stykom; 2. krvnou cestou; 3. z matky na novorodenca počas tehotenstva, pôrodu alebo materským mliekom.</p>	<p>Vírus spôsobujúci imunologickú nedostatočnosť – Human Immunodeficiency Virus Tento vírus spôsobuje nie jedno, ale skupinu ochorení, a preto hovoríme o syndróme známom pod skratkou AIDS – Acquired Immunodeficiency Syndrom – syndróm získanej imunologickej nedostatočnosti.</p>	<p>Človek infikovaný vírusom HIV ešte nie je chorý na AIDS. Prvé príznaky infekcie HIV (2 – 3 týždne od infikovania) pripomínajú chrípku alebo mononukleózu: celková únava, pocit napínania na vracanie, bolesti kĺbov a svalov, zvýšené teploty, vyrážky, bolesti hrdla, hnačky, zväčšenie lymfatických uzlín, malátnosť. Sú to dosť všeobecné príznaky, ktoré sa po pár týždňoch stratia. U mnohých ľudí sa nemusia vôbec prejavíť. Medzi infikovaním vírusom a vypuknutím choroby AIDS u neliečených ľudí môže uplynúť aj niekoľko rokov (6 – 12). Infikovaný môže vírus prenášať na iných ľudí, hoci on sám nie je chorý.</p>	<p>Liečba AIDS v súčasnosti neexistuje. Existujú liečby spomaľujúce postup či rozvinutie choroby, čím sa predlžuje život infikovaného. HIV pozitívni majú možnosť navštevovať ambulancie pre HIV+ pacientov v BA, BB a KE. V nich lekári na základe pravidelných prehliadok priebežne zisťujú stav imunitného systému.</p>	<p>Vedomé prenášanie infekcie HIV sa považuje za trestný čin šírenia infekčného ochorenia. To, že je človek HIV+, je chránené lekárskej tajomstvom, a preto o tom nebude informovaný nikto kolegov v zamestnaní.</p>

Viac informácií nájdete na odporúčaných webových stránkach, v odporúčanej literatúre a ostatných zdrojoch.
Spracované podľa Fenwicková, E., Walker, R. (1996), Poliaková (2003), Kliment (1995), Poliaková, E. a kol. (1996), Verdouxová, Ch., Cohen, J., Kahn-Nathanová, J., Tordjman, G. (1994).

Príloha 11

Homosexualita – Dotazník

DOTAZNÍK:

1. Meno postavy:.....

2. Vek:.....

3. Pohlavie: muž/žena

4. Býva v (uvedte mesto):.....

5. Kto s ním/ňou býva?

6. Kto sú jeho/jej priatelia?

.....

7. Má nejakého partnera/ku?

8. Chodí do školy? Áno/Nie

Ak áno, kam?

9. Pracuje niekde? Áno/Nie

Ak áno, kde?

10. Čo robieva vo voľnom čase?

.....

.....

11. Aký je jeho/jej obľúbený film?

obľúbené jedlo?.....

obľúbený TV program?

12. Aké sú jeho/jej hodnoty v živote?

.....

.....

13. Napíšte 3 jeho/jej vlastnosti:

.....

.....

.....

Príloha 12

Homosexualita – obrazce

