

8 Přílohy

Seznam příloh

Příloha č. 1 - Vzor dotazníku

Příloha č. 2 - Osnovy výkladu učitele

Příloha č. 3 - Nástěnné obrazy reprodukčních orgánů (foto)

Obr. 1 - Female reproductive system anatomy

Obr. 2 - Pohlavní ústrojí ženy

Obr. 3 - Pohlavní ústrojí muže

Příloha č. 4 - Modely (foto)

Obr. 4 - Vnější pohlavní orgány ženy

Obr. 5 - Vnitřní pohlavní orgány ženy

Obr. 6 - Vnější pohlavní orgány muže

Obr. 7 - Vnitřní pohlavní orgány muže

Obr. 8 a 9 - Model ženského pohlaví pro nácvik aplikace vaginálního kroužku

Obr. 10 a 11 - Model mužského pohlaví pro nácvik aplikace kondomu

Příloha č. 5 - Pracovní listy

Titulní strana pracovních listů

Pracovní list č. 1 a jeho řešení - Téma: Zním své i partnerovo pohlaví

Pracovní list č. 2 a jeho řešení - Téma: Zním své i partnerovo pohlaví

Pracovní list č. 3 a jeho řešení - Téma: Zním své i partnerovo pohlaví

Pracovní list č. 4 a jeho řešení - Téma: Zním své i partnerovo pohlaví

Pracovní list č. 5 a jeho řešení - Téma: Antikoncepce není jen pilulka

Pracovní list č. 6 a jeho řešení - Téma: Antikoncepce není jen pilulka

Pracovní list č. 7 a jeho řešení - Téma: Bez obav na „gyndu“

Příloha č. 6 - Originální předměty (foto)

Antikoncepční prostředky Obr. 12 - Kufřík antikoncepce

Tištěné pomůcky Obr. 13 a 14 - Menstruační kalendář

Obr. 15 - Brožurky o antikoncepčních prostředcích

Nástroje Obr. 16 - Gynekologická zrcadla

Příloha č. 7 - Prezentace - Druhy antikoncepce

Příloha č. 8 - Prezentace - Gynekologická ordinace

Příloha č. 9 - Foto z realizace projektu

Příloha č. 1 - Vzor dotazníku

DOTAZNÍK

Vážení respondenti,

jsem studentkou Institutu vzdělávání a poradenství České zemědělské univerzity v Praze, studijního oboru Učitelství praktického vyučování.

Ráda bych Vás tímto požádala o spolupráci na výzkumu, který bude součástí mé bakalářské práce s názvem „Výchova ke zdraví na střední odborné škole“ se zaměřením na sexuální zdraví. Dotazník je anonymní, zjištěná data budou použita výhradně pro účely bakalářské práce. Z důvodu objektivnosti zjištěných údajů pracujte, prosím, samostatně. Zvolenou odpověď (lze uvést i více možností) zakroužkujte nebo zakřížkujte, případně dopište.

Vážím si Vaší spolupráce a děkuji za vyplnění následujícího dotazníku.

Věra Schneiderová, DiS

Věk respondenta:

Pohlaví respondenta:

Škola:

Studijní obor:

Ročník studia:

1. Setkal(a) ses na základní škole s předmětem výchova ke zdraví?

a) Ano, uveď ve kterém ročníku

.....

b) Ne

c) Témata týkající se zdraví jsme probírali v rámci jiného předmětu (zakroužkuj ve kterém)

Přírodopis

Občanská výchova

Rodinná výchova

Jiný, jaký.....

2. Která témata jste probírali?

- a) Zdravá výživa
- b) Pohybová aktivita
- c) Sexuální výchova
- d) Závislosti (drogy, alkohol atd.)
- e) Péče o tělo
- f) Duševní zdraví
- g) Prevence úrazů
- h) První pomoc
- i) Vše výše jmenované
- j) Žádná
- k) Jiná

3. Která témata tě nejvíce zajímala?

- a)
- b)
- c)
- d)

4. Ovlivnila témata výchovy ke zdraví tvůj životní styl?

- a) Ano, zdravěji se stravuji
- b) Ano, více pečuji o své tělo i duši
- c) Ano, zodpovědněji přistupuji k sexu
- d) Ano, vyhýbám se závislostem
- e) Ne, probíraná témata mě neoslovila
- f) Ne, žiji bez ohledu na probíraná témata
- g) Jiná varianta.....

5. Zabývali jste se ve škole samostatně tématem sexuální výchova?

- a) Ano
- b) Ne

6. Pokud ano, na kterém stupni základní školy?

- a) I. stupeň (1. - 5. třída)
- b) II. stupeň (6. - 9. třída)

7. Jak hodnotíš informace ze sexuální oblasti, které jsi získal(a) na základní škole?

- a) Dostatečné
- b) Mohlo to být lepší
- c) Pouze okrajové
- d) Nedostatečné
- e) Příliš mě to nezaujalo
- f) Nezískal(a) jsem žádné informace

8. S jakými metodami výuky ses při výuce sexuální výchovy setkal(a)?

- a) Pouze strohý výklad, bez bližšího vysvětlení
 - b) Výklad s použitím nástěnných obrazů, obrázky v knize
 - c) Využití pomůcek (model, kondomy atd.)
 - d) Otevřená diskuze na toto téma řízená učitelem
 - e) Video, DVD film
 - f) Přednáška odborníkem
 - g) Jiné
-

9. Která témata ze sexuální výchovy jste ve škole probírali?

- a) Anatomie pohlavních orgánů
 - b) Sexuální zralost
 - c) Volba partnera a partnerské vztahy
 - d) Plánované rodičovství
 - e) Antikoncepce
 - f) Pohlavní nemoci
 - g) Nechtěné těhotenství
 - h) Pohlavní zneužívání
 - i) Sexuálně trestná činnost
 - j) Těhotenství
 - k) Narození dítěte a péče o něj
 - l) Homosexualita
 - m) Sexuální deviace
 - n) Všechna výše jmenovaná témata
 - o) Žádná
 - p) Jiná
-

10. Která témata by tě ještě zajímala?

- a) Anatomie pohlavních orgánů
- b) Sexuální zralost
- c) Volba partnera a partnerské vztahy
- d) Plánované rodičovství
- e) Antikoncepce
- f) Pohlavní nemoci
- g) Nechtěné těhotenství
- h) Pohlavní zneužívání
- i) Sexuálně trestná činnost
- j) Těhotenství
- k) Narození dítěte a péče o něj
- l) Homosexualita
- m) Sexuální deviace
- n) Všechna výše jmenovaná témata
- o) Žádná
- p) Jiná

.....

11. Hovořili jste doma s rodiči o sexu a sexualitě?

- a) Ano, vše mi vysvětlili
- b) Ano, ale informace byly nedostatečné
- c) Odkázali mě na jiný zdroj informací
- d) Ne, sex je u nás doma tabu
- e) Jiná varianta.....

12. Kde jsi získal(a) nejvíce informací o sexu a sexualitě?

- a) Od rodičů
- b) Ve škole, v rámci předmětu.....
- c) Od kamarádů
- d) Z časopisů, uveď ze kterých
- e) Z knížek, uveď ze kterých
- f) Z TV, ze kterého pořadu
- g) Z internetu, uveď stránky
- h) Jiný zdroj.....
- i) Informace nemám

13. Myslíš, že jsi dostatečně informován(a) o sexualitě?

- a) Ano, je mi vše jasné
- b) V něčem mám ještě nezodpovězené otázky
- c) Nejsem dostatečně informován/a
- d) Nevím

14. Co podle tebe znamená pojem „sexuální zdraví“?

- a) Mohu bez problémů sexuálně žít
- b) Nemám onemocnění týkající se pohlavních orgánů
- c) Nestřídání partnerů
- d) Používání antikoncepce
- e) Vše výše uvedené
- f) Jiná varianta
- g) Nevím

15. Víš, co je to „plánované rodičovství“?

- a) Je to přežití
- b) Neprovozují sex do té doby, než se rozhodnu mít dítě
- c) Obezřetně vybírám partnera, se kterým budu mít dítě
- d) Pokud žena otěhotní a dítě nechce, naplánuje potrat nebo adopci
- e) Používání antikoncepce a odpovědný přístup k sexu
- f) Jiná odpověď, napiš.....
- g) Nevím

16. Jak často navštěvuješ gynekologa?

- a) Nenavštěvuji
- b) Navštěvuji, jen pokud něco potřebuji
- c) Navštěvuji 1x ročně
- d) Navštěvuji vícekrát ročně, kolikrát
- e) Vlastní varianta.

17. Proč si myslíš, že je návštěva gynekologa důležitá?

- a) Potřebuji předepsat antikoncepci
- b) Prevence (kontrola), že je vše v pořádku
- c) Není to důležité
- d) Nevím
- e) Jiná varianta
.....

18. Jaké znáš druhy antikoncepce?

.....

19. Myslíš, že je důležité používání antikoncepce při pohlavním styku?

- a) Ano, napiš proč.....
- b) Ne, když partnerovi věříte, že „to má pod kontrolou“
- c) Ne, je to škodlivé
- d) Nevím
- e) Jiná možnost.....

20. Víš, proč se vlastně antikoncepce používá?

- a) Brání otěhotnění
- b) Někteří chrání před pohlavními nemocemi
- c) Jiná varianta.....
- d) Nevím

21. Víš, která antikoncepce brání přenosu pohlavních chorob?

- a) hormonální antikoncepce
 - b) prezervativ
 - c) všechny druhy
 - d) nevím
 - e) jiná
-

22. Napiš, jaké znáš pohlavní choroby.

.....
.....

23. Víš, co je rizikové sexuální chování?

- a) Časté střídání partnerů
- b) Náhodný pohlavní styk
- c) Nechráněný pohlavní styk (bez prezervativu)
- d) Vše výše zmíněné
- e) Jiná varianta.....

Děkuji za odpovědi

Příloha č. 2 - Osnovy výkladu učitele

Osnova výkladu učitele téma 1.: „Znám své i partnerovo pohlaví“

Mužské pohlavní ústrojí

- Funkce: 1. Tvorba pohlavních buněk - spermií
2. Produkce pohlavního hormonu - testosteron
3. Umožňuje pohlavní spojení

Stavba:

- Varlata
- Nadvarlata
- Chámovody
- Semenné vajíčky
- Prostata
- Pyj (penis)

Související pojmy:

- Mužské primární a sekundární pohlavní znaky
- Poluce
- Ejakulát
- Fimóza
- Obřízka
- Hygiena pohlavních orgánů

Ženské pohlavní ústrojí

- Funkce: 1. Tvorba pohlavních buněk - vajíčka
2. Produkce pohlavního hormonu – estrogen, progesteron
3. Umožňuje pohlavní spojení
4. Zajišťuje vývoj nového jedince

Stavba:

- Vaječníky
- Vejcovody
- Děloha
- Pochva
- Zevní pohlavní orgány
 - Malé a velké stydké pysky
 - Klitoris

Související pojmy:

- Ženské primární a sekundární pohlavní znaky
- Menstruační cyklus
- Ovulace
- Hygiena pohlavních orgánů
- Mléčná žláza

Osnova výkladu učitele téma 2.: „Antikoncepce není jen pilulka - antikoncepční metody“

Druhy a metody antikoncepce

1. Nehormonální antikoncepce

- Přirozené metody antikoncepce
 - Metoda plodných a neplodných dnů
 - Metoda kontroly děložního hlenu
 - Metoda sexuální abstinence
 - Přerušovaný pohlavní styk
 - Metoda měření bazální teploty
 - Laktace
- Bariérové metody antikoncepce
 - Poševní pesar
 - Kondom
- Chemické metody antikoncepce
 - Spermicidní krémy, pěny, čípky
- Nitroděložní tělísko
- Operační metody
 - Sterilizace
 - Vasektomie

2. Hormonální antikoncepce

- Hormonální tabletky, pilulky
- Postkoitální antikoncepce
- Hormonální náplast
- Podkožní implantát
- Injekce
- Nitroděložní tělísko s hormonem
- Poševní kroužek

Osnova výkladu učitele téma 3.: „Bez obav na gyndu - gynekologická ordinace a vyšetření“

Preventivní gynekologické vyšetření

- prevence - předcházení vzniku určitého onemocnění
- cílem preventivní prohlídky je depistáž = vyhledávání gynekologických onemocnění
- preventivní prohlídka jedenkrát ročně

Základní gynekologická vyšetření

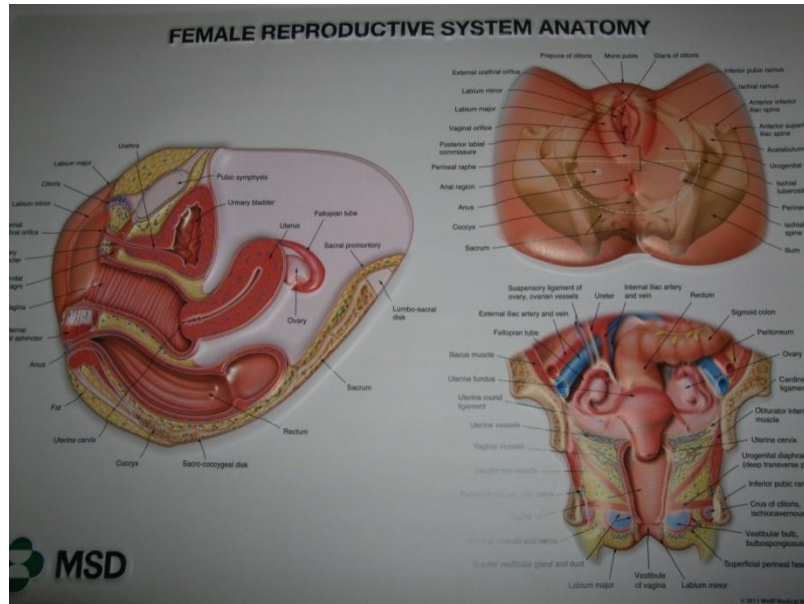
- Anamnéza
- Aspekce
- Vyšetření v zrcadlech
- Cytologie
- Kolposkopie
- Palpační vyšetření
- Ultrazvukové vyšetření
- Vyšetření prsů

Pojmy z gynekologické ordinace

- Menstruační kalendář
- Gynekologické lůžko (křeslo)
- Gynekologická zrcadla
- Kolposkop
- Odběrové štětičky, kartáčky, sklička
- Ultrazvuk

Příloha č. 3 - Nástěnné obrazy reprodukčních orgánů

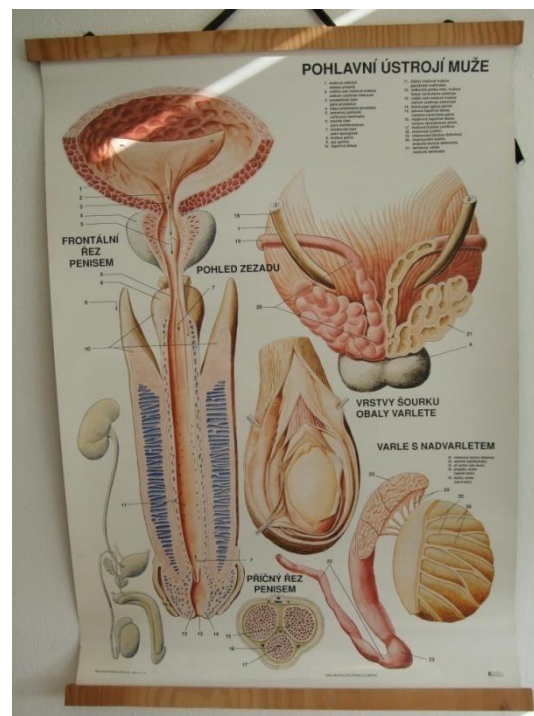
(Zdroj: vlastní foto pomůcek)



Obr. 1 - Female reproductive system anatomy



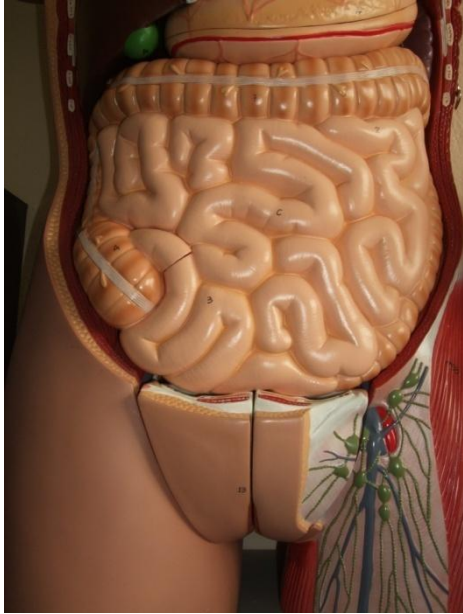
Obr. 2 - Pohlavní ústrojí ženy



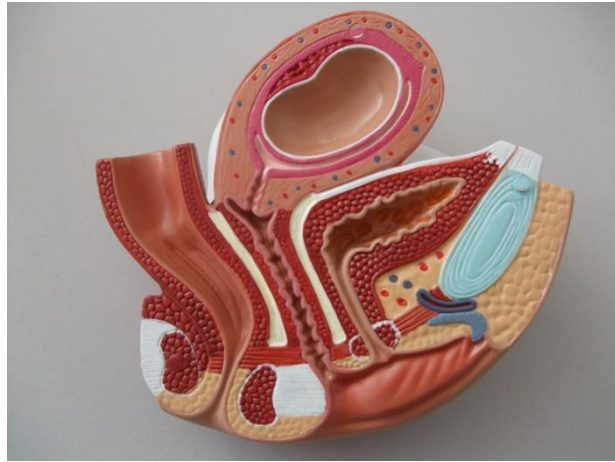
Obr. 3 - Pohlavní ústrojí muže

Příloha č. 4 - Modely

(Zdroj: vlastní foto pomůcek)



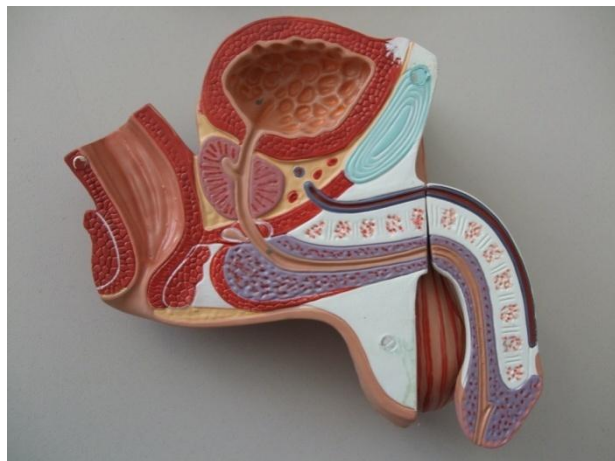
Obr. 4 - Vnější pohlavní orgány ženy



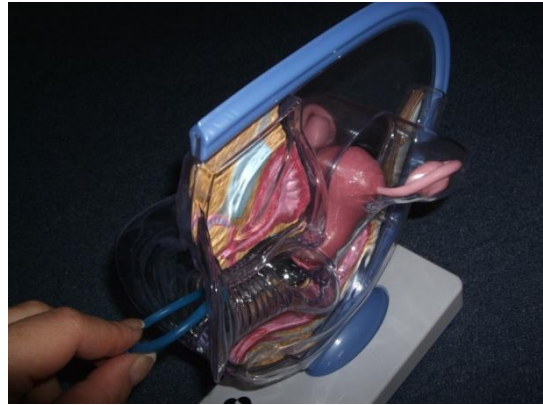
Obr. 5 - Vnitřní pohlavní orgány ženy



Obr. 6 - Vnější pohlavní orgány muže



Obr. 7 - Vnitřní pohlavní orgány muže



Obr. 8 a 9 - Model ženského pohlaví pro nácvik aplikace vaginálního kroužku



Obr. 10 a 11 - Model mužského pohlaví pro nácvik aplikace kondomu

Příloha č. 5 - Pracovní listy

Titulní strana pracovních listů

Pracovní listy

**Plánované rodičovství
pohledem středoškoláka**

vybraná témata

Znám své i partnerovo pohlaví

Antikoncepce není jen pilulka

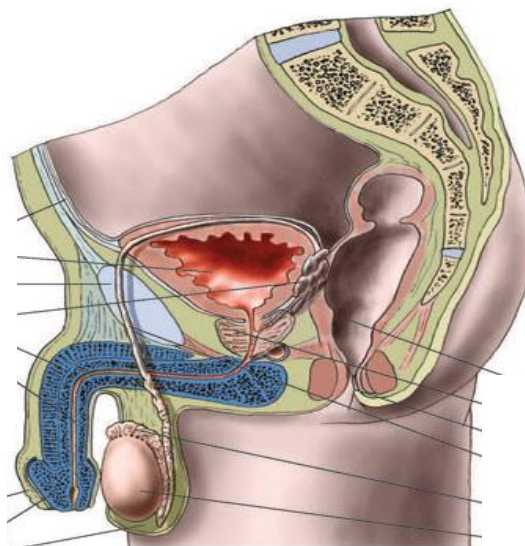
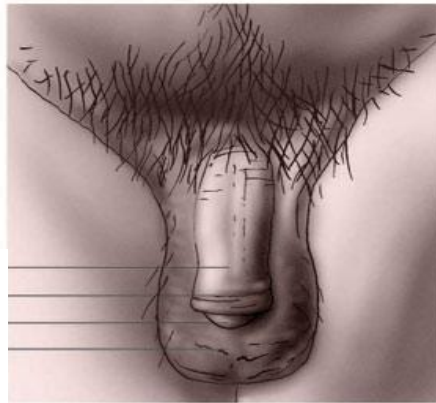
Bez obav na „gyndu“

Pracovní list č. 1

Téma: Znáám své i partnerovo pohlaví

Vyber z následujících pojmů a přiřaď je k obrázkům:

- Varlata
- Pochva
- Stydké pysky
- Šourek
- Vaječník
- Močový měchýř
- Poševní otvor
- Nadvarle
- Chámovod
- Vejcovod
- Močová trubice
- Prostata
- Pyj (penis)
- Žalud
- Klitoris
- Děloha
- Předkožka
- Ústí moč. trubice
- Řitní otvor

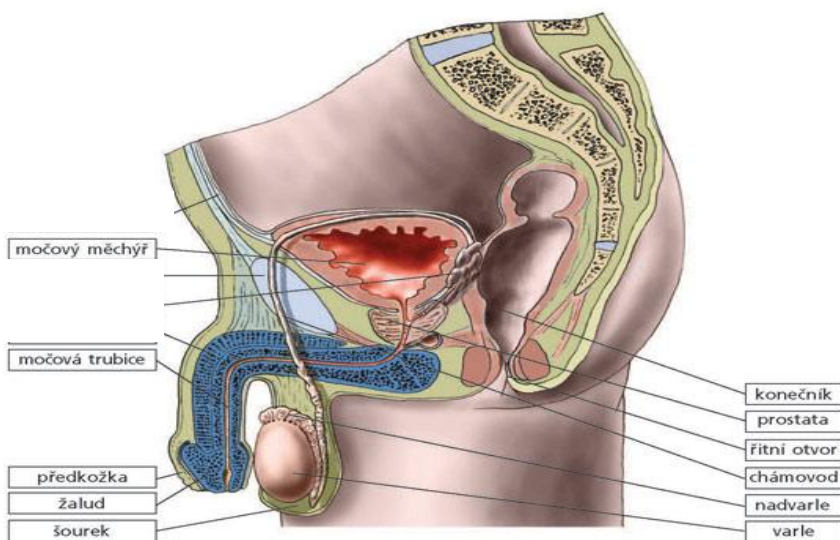
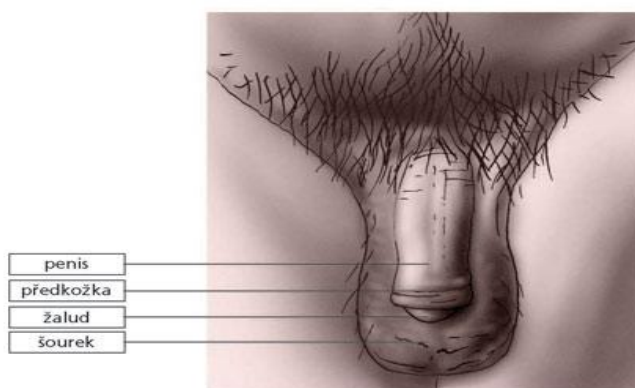


Pracovní list č. 1 řešení

Téma: Znáám své i partnerovo pohlaví

Vyber z následujících pojmů a přiřaď je k obrázkům:

- Varlata
- Pochva
- Stydké pysky
- Šourek
- Vaječník
- Močový měchýř
- Poševní otvor
- Nadvarle
- Chámovod
- Vejcovod
- Močová trubice
- Prostata
- Pyj (penis)
- Žalud
- Klitoris
- Děloha
- Předkožka
- Ústí moč. trubice
- Řitní otvor

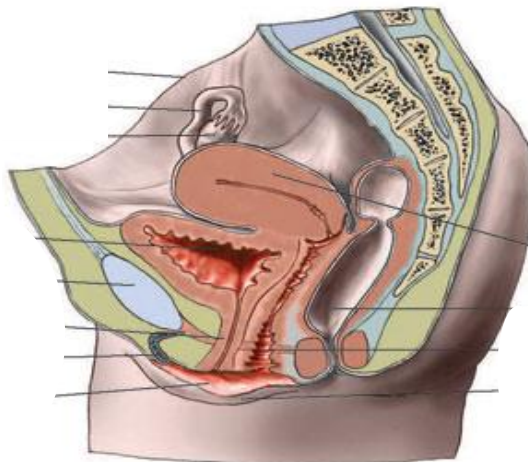
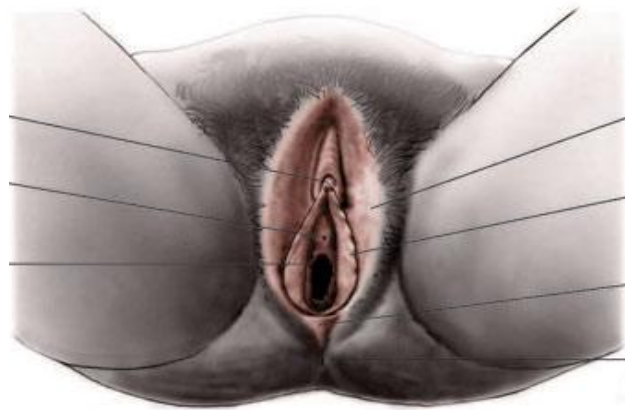


Pracovní list č. 2

Téma: Znáám své i partnerovo pohlaví

Vyber z následujících pojmů a přiřaď je k obrázkům:

- Varlata
- Pochva
- Stydké pysky
- Šourek
- Vaječník
- Močový měchýř
- Poševní otvor
- Nadvarle
- Chámovod
- Vejcovod
- Močová trubice
- Prostata
- Pyj (penis)
- Žalud
- Klitoris
- Děloha
- Předkožka
- Ústí moč. trubice
- Řitní otvor

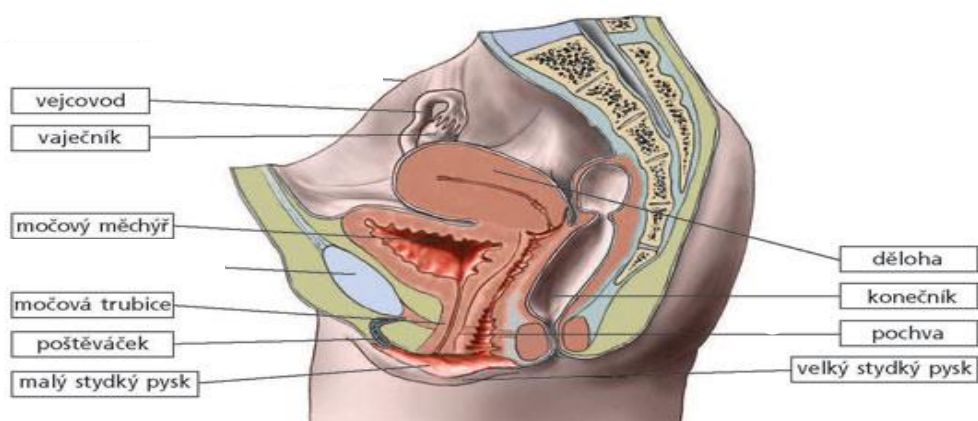
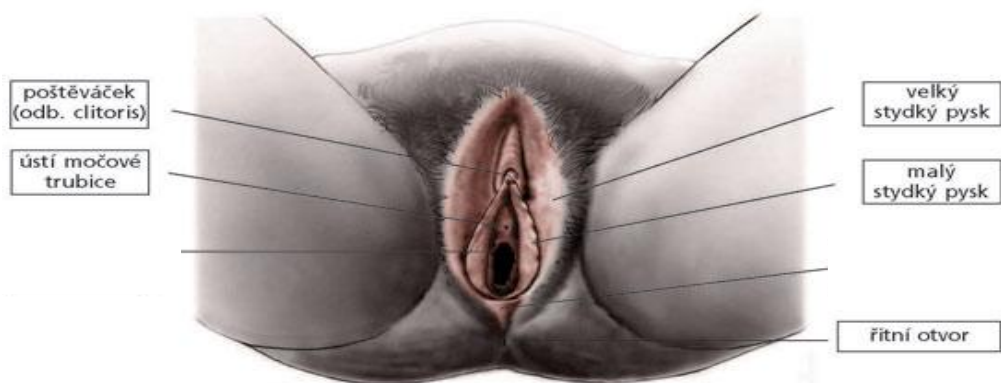


Pracovní list č. 2 řešení

Téma: Znáám své i partnerovo pohlaví

Vyber z následujících pojmů a přiřaď je k obrázkům:

- Varlata
- Pochva
- Stydké pysky
- Šourek
- Vaječník
- Močový měchýř
- Poševní otvor
- Nadvarle
- Chámovod
- Vejcovod
- Močová trubice
- Prostata
- Pyj (penis)
- Žalud
- Klitoris
- Děloha
- Předkožka
- Ústí moč. trubice
- Řitní otvor



Pracovní list č. 3

Téma: Zním své i partnerovo pohlaví

Doplň následující text:

Menstruační cyklus trvá dní. V prvních 5-7 dnech nastává, která se opakuje každý měsíc. Začíná působit hormon V děloze se začíná tvořit nová výstelka, kterou nazýváme Jedná se o začátek přípravy na přijetí oplodněného vajíčka. Vajíčko ve mezitím postupně zraje. Zrající vajíčko obklopené tekutinou se nazývá Obsah tekutiny se postupným zráním vajíčka zvyšuje, až dojde k jeho prasknutí. Tento děj se nazývá Zralé oplození schopné vajíčko je zachyceno a putuje jím do K oplodnění vajíčka spermií obvykle dochází ve V této fázi působí druhý ženský pohlavní hormon Připravuje sliznici dělohy na oplodněného vajíčka. Sliznice je kyprá, prosáklá. Nedojde-li k oplození, vajíčko, sliznice dělohy se začne a dochází opět k počátku cyklu, k

Varlata obsahují četné semenotvorné kanálky. V nich se tvoří mužské pohlavní buňky Ty se shromažďují v, kde se mísí s hlenovitým sekretem zajišťujícím jejich životaschopnost a pohyb. Odtud jsou vedeny, 40 cm kanálky do dutiny břišní. Prostupují, která nasedá těsně pod močovým měchýřem na začátek močové trubice. Zde se mísí již výše vzniklý hlenovitý sekret s mléčně zakaleným sekretem, produktem této části mužských pohlavních orgánů a vzniká tekutina nazývající se Při vyvrcholení dochází k výronu této tekutiny. Mužským kopulačním orgánem je Díky obsahujícím vazivo se sítí žilních prostorů dochází při vzrušení ke penisu. Nejcitlivějším místem na penisu je , je krytý

Pracovní list č. 3 řešení

Téma: Zním své i partnerovo pohlaví

Doplň následující text:

Menstruační cyklus trvá 28 dní. V prvních 5-7 dnech nastává *menstruace*, která se opakuje každý měsíc. Začíná působit hormon *estrogen*. V děloze se začíná tvořit nová výstelka, kterou nazýváme *děložní sliznice*. Jedná se o začátek přípravy na přijetí oplodněného vajíčka. Vajíčko ve *vaječniku* mezitím postupně zraje. Zrající vajíčko obklopené tekutinou se nazývá *folikul*. Obsah tekutiny se postupným zráním vajíčka zvyšuje, až dojde k jeho prasknutí. Tento děj se nazývá *ovulace*. Zralé oplození schopné vajíčko je zachyceno *vejcovodem* a putuje jím do *dělohy*. K oplodnění vajíčka spermií obvykle dochází ve *vejcovodu*. V této fázi působí druhý ženský pohlavní hormon *progesteron*. Připravuje sliznici dělohy na *uhníždění* oplodněného vajíčka. Sliznice je kyprá, prosáklá. Nedojde-li k oplození, vajíčko *zaniká*, sliznice dělohy se začne *odlupovat* a dochází opět k počátku cyklu, k *menstruaci*.

Varlata obsahují četné semenotvorné kanálky. V nich se tvoří mužské pohlavní buňky *spermie*. Ty se shromažďují v *nadvarlatech*, kde se mísí s hlenovitým sekretem zajišťujícím jejich životaschopnost a pohyb. Odtud jsou vedeny *chánovody*, 40 cm kanálky do dutiny břišní. Prostupují *prostatou*, která nasedá těsně pod močovým měchýřem na začátek močové trubice. Zde se mísí již výše vzniklý hlenovitý sekret s mléčně zakaleným sekretem, produktem této části mužských pohlavních orgánů a vzniká tekutina nazývaná se *ejakulát*. Při vyvrcholení dochází k výronu této tekutiny. Mužským kopulačním orgánem je *penis*. Díky *topořivým tělesům* obsahujícím vazivo se síti žilních prostorů dochází při vzrušení ke *ztopoření* penisu. Nejcitlivějším místem na penisu je *žalud*, je krytý *předkožkou*.

Pracovní list č. 4 řešení

Téma: Zním své i partnerovo pohlaví

Po vyplnění doplňovačky vyjde v zeleném sloupci tajenka. Pojmy z tajenky nebo pojmy ve spojení s vyznačenými slovy rozříd' do sloupečků na další straně podle toho, zda se jedná o změny na ženském či mužském těle v období puberty. Některé mohou být charakteristické pro obě pohlaví, proto je lze uvést do obou sloupců. Tajenka doplňovačky označuje pojmenování těchto změn.

Změny v období puberty

ochlupení vyrůstající na tváři

V O U S Y

pravidelně se opakující cyklus u žen

M E N S T R U A C E

zanícené póry charakteristické pro „pubertáky“

A K N É

muži mají ochlupení na

H R U D N Í K U

při dospívání narůstá pubické

O C H L U P E N Í

chování způsobené rozkolísanými hormony

N Á L A D O V O S T

dívčím se rozšiřuje

P Á N E V

na krku vystupuje hrtanová chrupavka nazývaná

O H R Y Z E K

chlapcům se rozšiřují

R A M E N A

místo, kde zpotené ochlupení zapáchá

P O D P A Ž Í

nejviditelnější změna u dívek - rostou

P R S A

noční samovolný výron semene

P O L U C E

látky ovlivňující pohlavní dozrávání

H O R M O N Y

u chlapců se objevuje ochlupení na více místech

T Ě L A

zhrubění hlasu

M U T A C E

dozrávání vajíčka ve vaječniku

O V U L A C E

růst a topoření

P E N I S U

ve varlatech dochází k dozrávání

S P E R M I Í

u dívek změna rysů v obličeji

Z J E M N Ě N Í

u chlapců opačná změna rysů

Z H R U B Ě N Í

varle je rostoucí pohlavní

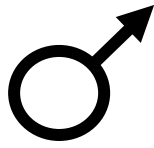
Ž L Á Z A

ve vaječnících dozrávají

V A J Í Č K A

celková změna

P O S T A V Y

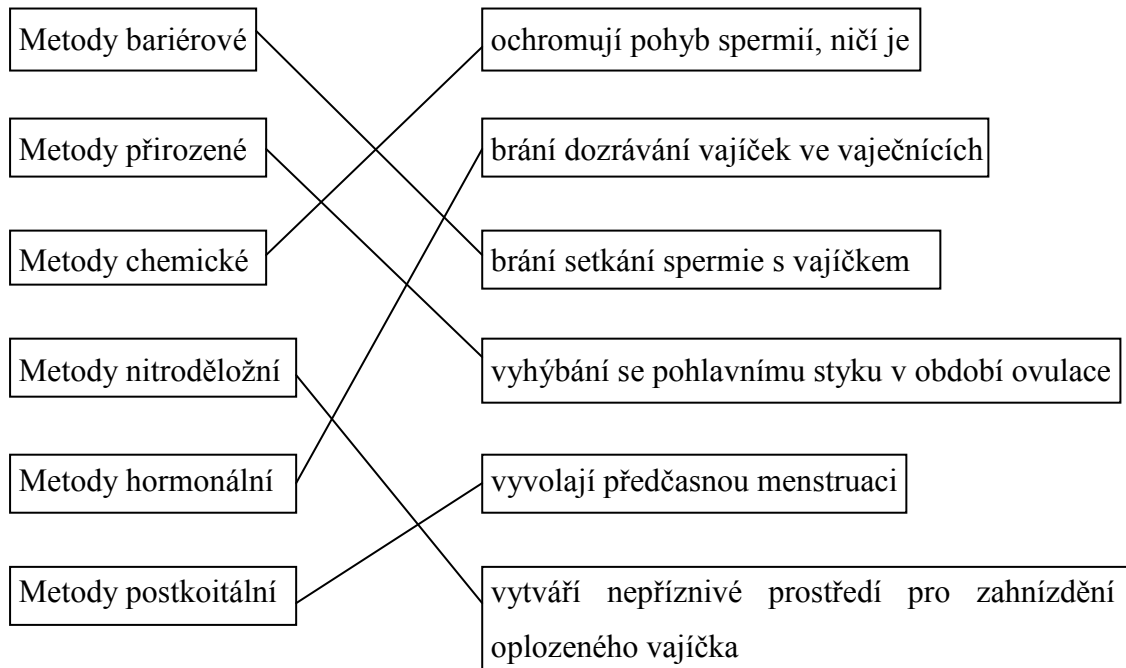


vousy	menstruace
akné	akné
ochlupení hrudníku	rozšířená pánev
ochlupení pubické	ochlupení pubické
náladovost	náladovost
vystupující ohryzek	ovulace
rozšířená ramena	růst prsou
ochlupení podpaží	ochlupení podpaží
poluce	zjemnění rysů v obličeji
produkce hormonů	produkce hormonů
ochlupení těla	růst pohlavních žláz
mutace	dozrávání vajíček
růst penisu	celková změna postavy
dozrávání spermií	
zhrubění rysů v obličeji	
růst pohlavních žláz	
celková změna postavy	

Pracovní list č. 5 řešení

Téma: Antikoncepce není jen pilulka

Každá antikoncepční metoda funguje na jiném principu, jejich účinnost lze zvyšovat jejich kombinací. **Spoj antikoncepční metody s jejich podstatou:**



Roztříd' následující antikoncepční prostředky do tabulky podle jejich druhu:

přerušovaný pohlavní styk, spermicidní krém, sterilizace, pilulky, měření bazální teploty, nitroděložní tělísko, vasktomie, kondom, pilulka „po“, pesar, plodné a neplodné dny, podkožní implantát (tyčinka), injekce, kontrola děložního hlenu, sexuální abstinence, laktace, spermicidní gel, náplast, diafragma, spermicidní pěna

hormonální	chemické	bariérové	přirozené	operační	nitroděložní
pilulky	spermicidní krém	kondom	přeruš. pohl. styk	sterilizace	nitroděl. tělísko
pilulka „po“	spermicidní gel	pesar	měření baz.teploty	vasktomie	
podkožní implantát	spermicidní pěna	diafragma	pl. a neplodné dny		
injekce			kontrola děl. hlenu		
náplast			sex. abstinence		
			laktace		

Pracovní list č. 6

Téma: Antikoncepce není jen pilulka

Doplň křížovku:

The crossword puzzle grid consists of 12 numbered starting points for words related to contraception:

- 1: Down, 10 letters
- 2: Right, 4 letters
- 3: Right, 4 letters
- 4: Left, 10 letters
- 5: Down, 3 letters
- 6: Left, 10 letters
- 8: Right, 10 letters
- 10: Right, 7 letters
- 11: Down, 3 letters
- 12: Left, 10 letters

Illustrations include: a condom, a pill pack, a pill, a diaphragm, a female reproductive system, a tampon, a cervical cap, a syringe, a calendar, and a coin.

Zdroj obrázků:

<http://www.planovanirodiny.cz/clanky/nejvhodnejši-antikoncepce>

<http://www.profimedia.cz/>

Pracovní list č. 7

Téma: Bez obav na „gyndu“

Zamysli se a napiš do prvního sloupečku to, co je na návštěvě gynekologické ordinace pozitivní a do druhého to, čeho se obáváš, co se ti nelíbí, proč k této ordinaci přistupuješ negativně.

Pozitiva	Negativa

Najdi v osmisměrce 8 druhů vyšetření, která probíhají v gynekologické ordinaci a vypiš je:

A T N D U L T R A Z V U K
K M L O F P Z V E N V O P
A T R V N R O J H N L P A
Z L P E C A P L A P O D H
É R H A J Y T R O R S D F
N P D F N V T S E S I Y E
M L I A C Z K O I N R T Z
A L M D R O P T L Í R C Č
N D E V P Z V C S O S Š N
A N F I O D N Ž X P G O P
S D E C K E P S A U E I L
L H F J K R T U Z Y T E E

Pracovní list č. 7 řešení

Téma: Bez obav na „gyndu“

Zamysli se a napiš do prvního sloupečku to, co je na návštěvě gynekologické ordinace pozitivní a do druhého to, čeho se obáváš, co se ti nelíbí, proč k této ordinaci přistupuješ negativně.

Pozitiva	Negativa
včasné odhalení onemocnění	stud při vyšetření
cílená léčba	nepříjemná poloha při vyšetření
poradenství s antikoncepcíatd.
poradenství se sexuálními problémy	
..... atd.	

Najdi v osmisměrce 8 druhů vyšetření, která probíhají v gynekologické ordinaci a vypiš je:

A T N D U L T R A Z V U K
 K M L O F P Z V E N V O P
 A T R V N R O J H N L P A
 Z L P E C A P L A P O D H
 Ě R H A J Y T R O R S D F
 N P D F N V T S E S I Y E
 M L I A C Z K Q I N R T Z
 A L M D R O P T L Í R C Č
 N D E V P Z V C S O S Š N
 A N F I O D N Ž X P G O P
 S D Ě C K E P S A U E I L
 L H F J K R T U Z Y T E Ě

- Ultrazvuk
- Zrcadla
- Palpace
- Kolposkopie
- Prsní
- Cytologie
- Anamnéza
- Aspekce

Příloha č. 6 - Originální předměty

(Zdroj: vlastní foto pomůcek)

Originální předměty - Antikoncepční prostředky



Obr. 12 - Kufřík antikoncepce

Originální předměty - Tištěné pomůcky



Obr. 13 a 14 - Menstruační kalendář



Obr. 15 - Brožurky o antikoncepčních prostředcích

Originální předměty - Nástroje

Obr. 16 - Gynekologická zrcadla (jednorázová)





DĚLENÍ ANTIKONCEPCE

- Ženská
- Mužská

- Nehormonální
- Hormonální

NEHORMONÁLNÍ ANTIKONCEPCE

- Přírodní metody
- Bariérové metody
- Chemické metody
- Nitroděložní metody
- Operační metody

PŘIROZENÉ METODY ANTIKONCEPCE

Princip

- zjišťování neplodných a plodných dnů v cyklu
- přerušení styku těsně před ejakulací

- Metoda plodných a neplodných dnů
- Metoda kontroly děložního hlenu
- Metoda sexuální abstinence
- Přerušovaný pohlavní styk
- Metoda měření bazální teploty
- Laktace



<http://www.vitalia.cz/specialy/antikoncepce/prirozenepolanovani-rodicovstvi/>



<http://www.planovanirodiny.cz/clanky/nevhodnejsi-antikoncepce>

BARIÉROVÉ METODY ANTIKONCEPCE

Princip

- vytvoření bariéry pro vstup spermií k vajíčku

- ◉ Poševní pesar



<http://www.naseinfo.cz/clanky/zdravi-a-pece/sexuologie-urologie/antikoncepce/mechanicke-metody-antikoncepce/mechanicke-barierove-antikoncepcni-metody>



- ◉ Kondom



<http://jenprokrasu.jenprozeny.cz/zdravi/6910-zname-novinky-na-poli-antikoncepce-i-pro-muze>



<http://www.planovanirodiny.cz/clanky/nevhodnejsi-antikoncepce>

CHEMICKÉ METODY ANTIKONCEPCE

Princip

- znehybňují nebo zabíjí spermie

- ◉ Spermicidní čípky



<http://www.planovanirodiny.cz/clanky/nevhodnejsi-antikoncepce>

- ◉ Spermicidní krémy



- ◉ Spermicidní pěny

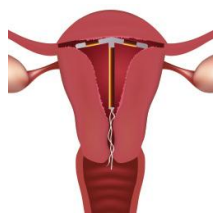
<http://www.naseinfo.cz/clanky/zdravi-a-pece/sexuologie-urologie/antikoncepce/chemicke-metody-antikoncepce/spermicity>

NITRODĚLOŽNÍ METODY

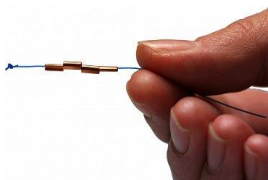
Princip

- narušení pohybu spermií i přesun vajíčka
- vytvoření nepříznivého prostředí pro uhníždění vajíčka v děloze

◉ Nitroděložní tělísko



<http://www.ihealthandbeauty.cz/zdravi/42-nitrodellozni-tetiska>



<http://www.vitalia.cz/specialy/antikoncepce/nehormonalni-nitrodellozni-tetisko-gynefix/>



<http://www.planovanirodiny.cz/clanky/nevhodnejsi-antikoncepce>

OPERAČNÍ METODY

Princip

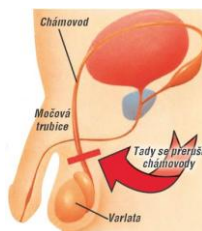
- chirurgické přerušování vejcovodů u žen nebo chámovodů u mužů

◉ Sterilizace



<http://www.planovanirodiny.cz/clanky/nevhodnejsi-antikoncepce>

◉ Vasektomie



<http://prozeny.blesk.cz/galerie/pro-zeny-zdravi-zdravi/49771/?foto=0>

HORMONÁLNÍ ANTIKONCEPCE

- ◉ Hormonální tabletky, pilulky
- ◉ Postkoitální antikoncepce
- ◉ Hormonální náplast
- ◉ Podkožní implantát
- ◉ Injekce
- ◉ Nitroděložní tělíčko s hormonem
- ◉ Vaginální kroužek

HORMONÁLNÍ TABLETKY, PILULKY

Princip

- hormony blokují ovulaci, tedy vajíčko se ani neuvolňuje z vaječníku
- hormony zahušťují hlen děložního hrdla a značně komplikují spermiím cestu za vajíčkem narušení pohybu spermií i přesun vajíčka

- ◉ Jednofázové
- ◉ Dvoufázové
- ◉ Třífázové



<http://www.fatym.com/view.php?cislociianku=2013010081>



<http://www.planovanirodiny.cz/clanky/neivhodnejisi-antikoncepce>

POSTKOITÁLNÍ ANTIKONCEPCE

Princip

- hormonální náraz způsobí odloučení děložní sliznice, tím je narušeno optimální prostředí pro uhníždění oplozeného vajíčka



<http://www.planovanirodiny.cz/clanky/nevhodnejsi-antikoncepce>

HORMONÁLNÍ NÁPLAST

Princip

-po aplikaci na kůži (1xtýdně) se uvolňují hormony ovlivňující hlen v děložním hrdle - znemožnění průniku spermií



<http://www.vitalia.cz/specialy/antikoncepce/antikoncepcni-naplast/>

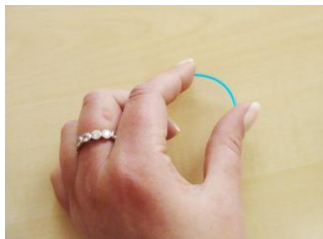


<http://www.prozeny.cz/magazin/zdravi-a-zivotni-styl/nase-zdravi/32777-lecive-naplasti..>

PODKOŽNÍ IMPLANTÁT

Princip

- po aplikaci do podkoží se uvolňují hormony ovlivňující hlen v děložním hrdle - znemožnění průniku spermií



<http://www.naseinfo.cz/clanky/zdravi-a-pece/sexuologie-urologie/antikoncepce/hormonalni-metody-antikoncepce/antikoncepci-tycinka-podkozni-implantat>



<http://www.planovanirodiny.cz/clanky/nevhodnejsi-antikoncepce>

INJEKCE

Princip

- po aplikaci (1x za 3 měsíce) se uvolňují hormony ovlivňující hlen v děložním hrdle - znemožnění průniku spermií



<http://www.vitalia.cz/specialy/antikoncepce/hormonalni-injekce-depo-provera/>



<http://www.planovanirodiny.cz/clanky/nevhodnejsi-antikoncepce>

NITRODĚLOŽNÍ TĚLÍSKO S HORMONEM

Princip

- narušení pohybu spermií i přesun vajíčka
- vytvoření nepříznivého prostředí pro uhníždění vajíčka v děloze
- hormon gestagen zahušťuje hlen v děložním hrdle - znemožňuje průnik spermií



<http://www.naseinfo.cz/clanky/zdravi-a-pece/sexuologie-urologie/antikoncepce/hormonalni-metody-antikoncepce/hormonalni-nitrodellozni-system>

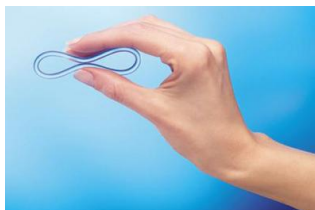


<http://www.planovanirodiny.cz/clanky/nevhodnejsi-antikoncepce>

VAGINÁLNÍ KROUŽEK

Princip

- kroužek si žena jednou měsíčně zavádí do pochvy a po třech týdnech jej vyjme, čtvrtý týden menstruuje
- z kroužku se uvolňují hormony, které blokují ovulaci, mění sílu děložní sliznice a hustotu hlenu na děložním hrdle.



<http://www.vitalia.cz/specialy/antikoncepce/hormonalni-antikoncepce-vaginální-kroužek/>



Gynekologická ordinace

vyšetření, přístroje, nástroje

Věra Schneiderová, DiS



Preventivní gynekologické vyšetření

- prevence - předcházení vzniku určitého onemocnění
- cílem preventivní prohlídky je depistáž = vyhledávání gynekologických onemocnění
- preventivní prohlídka **jedenkrát ročně**



Základní gynekologická vyšetření

- anamnéza
- aspekce zevních rodidel
- vyšetření v zrcadlech
- palpační gynekologické vyšetření
- kolposkopie
- cytologie
- ultrazvukové vyšetření
- vyšetření prsů



Základní gynekologická vyšetření

• Anamnéza

- podrobné zjišťování informací v důvěrném rozhovoru
- údaje z pacientčina života, které by jakkoli mohly ovlivnit její zdravotní stav
- informace o zdraví pokrevních příbuzných, o nemocech s dědičnou závislostí
- menstruační kalendář – tabulka, kam žena zaznamenává datum, sílu menstruačního krvácení, ev. pohl.styk, obtíže

Základní gynekologická vyšetření

• Aspekce

- prohlédnutí zevních rodidel



<http://www.medtechnik.cz/katalog/borcad.html>



<http://www.vitalia.cz/clanky/gynekologie-pro-holcicky/>

Základní gynekologická vyšetření

• Vyšetření v zrcadlech

- pomocí vyšetřovacích gynekologických zrcadel, která se zavádí do pochvy
- umožňuje lékaři prohlédnout vnitřní genitál - poševní stěny a děložní čípek
- diagnostika poševní a cervikální záněty, nádory, poranění, jizvy, hodnotit vzhled sekretu, intenzitu krvácení
- odebírat vzorky pro cytologické, bakteriologické či histologické vyšetření



<http://www.top-zdravi.cz/vaginalni-zrcadlo-cusco-80x22mm>

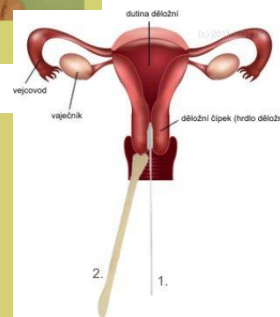
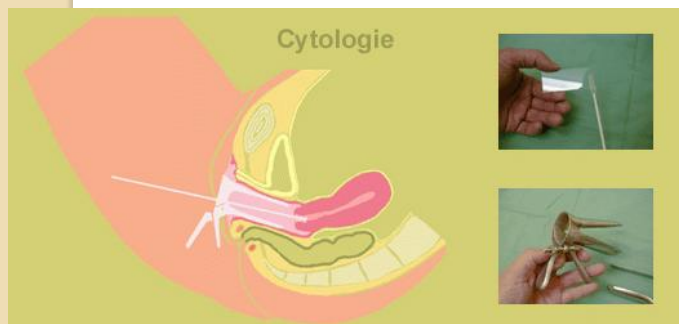


<http://ita.eu.com/e-shop/jednorazova-gynekologicka-zrcadla/gynekologicke-zrcadlo-s-aretacnim-kolikemvel-1100ks/>

Základní gynekologická vyšetření

• Cytologie

- gynekolog provádí odběr vzorků buněk setřených z povrchu děložního čípku, event. z pochvy, zevních rodidel
- setřené buňky přenese na sklíčko a odesílá do laboratoře
- patolog pod mikroskopem provádí jejich vyšetření a hodnocení
- cílem cytologického vyšetření je odhalení nádorových a přednádorových změn

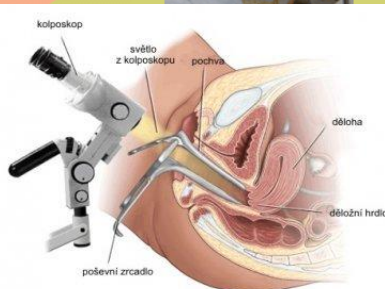


<http://www.gynekologietrebic.cz/2-onkologicka-cytologie.html>

Základní gynekologická vyšetření

• Kolposkopie

- prohlížení povrchu děložního čípku speciálním mikroskopem a pomocí gynekologických zrcadel
- slouží k časnému zachytu přednádorových a nádorových změn na děložním čípku



<http://www.gynekologietrebic.cz/2-kolposkopie.html>

Základní gynekologická vyšetření

• Palpační vyšetření

- lékař prohmatává orgány malé pánve (děloha, vejcovody, vaječníky) prsty jedné ruky zavedenými do pochvy pacientky
- bimanuální - prováděné oběma rukama – vaginálně + přes stěnu břišní prohmatáván podbříšek
- vyšetření per rektum (přes konečník) – vyšetření u panen



http://www.gynekologiept.cz/pages/gynekologicke_vysetreni/custom_page.htm?sessionId=DFBI A06ED5D2EAF D40FF2D444A6B6610?execution=elsl

Základní gynekologická vyšetření

• Ultrazvukové vyšetření

- využívá zvukových vln o vysoké frekvenci , které odrážejí struktury v těle, na monitoru se zobrazují jako obraz dvourozměrný nebo trojrozměrný
- slouží k přehlednutí vnitřních pohlavních orgánů a ev. dalších struktur v malé pánvi, zhodnotit jejich tvar, určit velikost, vzájemné vztahy
- diagnostikuje se tak počínající těhotenství či různé druhy gynekologických onemocnění

Ultrazvukové vyšetření

- **vyšetření transabdominální** - přes stěnu břišní
- **vyšetření transvaginální** - přes pochvu



Základní gynekologická vyšetření

- **Vyšetření prsů**
 - nedílná součást vyšetření
 - cílem je záchyt a dispenzarizace – doporučení na ultrazvukové vyšetření prsů, popř. mamografické vyšetření
 - součástí je i poučení o samovyšetřování prsů



<http://www.kamoska.cz/zdravi-a-sport/kdy-poprve-navstivit-gynekologa.html>



http://mammacentrumhaje.cz/mam_problem.html

Použité zdroje

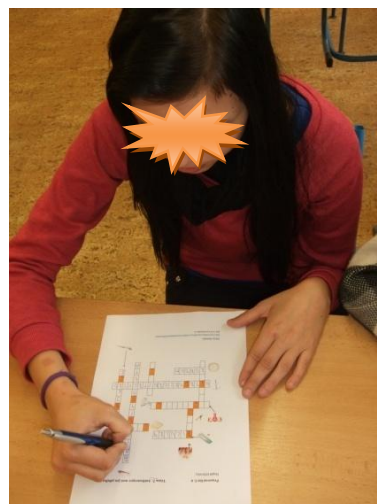
- Pokud není uvedeno jinak - <http://gyn.cz/tree.php>

Příloha č. 9 - Foto z realizace projektu

(Zdroj: vlastní foto)



Obr. 1 - 3 - Práce na projektových úkolech



Obr. 4 a 5 - Práce s pracovními listy