

Osvetový projekt: Hormonálna tabletky nie je cukrík!

Jozef a Simona Predáčovci

Od januára 2009 spustila Liga pár páru v spolupráci s majiteľmi lekární v niektorých slovenských mestách osvetový projekt Hormonálna tabletky nie je cukrík! Jeho cieľom je vzbudiť vnímavosť mladých dievčat, ich matiek a všetkých žien, ktoré automaticky prijímajú ponuku svojho gynekológa alebo kožného lekára začať s užívaním hormonálnej antikoncepcie (HA), na zdravotné riziká spojené s užívaním hormonálnej antikoncepcie. Liga pár páru dodáva do lekární informačný letáčik „Čo by nemala prehliadnuť žena....“ (buď samostatne alebo spolu s ďalšími dvoma letákmi – Hormonálna antikoncepcia a vnútromaternicové telieska, Antikoncepcia alebo prirodzené plánovanie rodičovstva?), ktoré pracovník lekární pri vydávaní HA odovzdá žene. Letáčik upozorňuje v piatich bodoch na dôležité skutočnosti, ktoré by nemala prehliadnuť žiadna žena, ktorá začína s užívaním alebo už užíva hormonálnu antikoncepciu. Poskytuje informácie, ktoré môžu viesť ženu k prehodnoteniu rozhodnutia užívať HA, prípadne k zvýšenej obozretnosti umožňujúcej jej včas zaregistrovať nastupujúci zdravotný problém a vyhľadať lekársku pomoc.

V súvislosti s týmto projektom sú na webovej stránke www.lpp.sk zverejnené vybrané príspevky užívateľiek a odborníkov, z ktorých dávame do pozornosti najmä:

- Kontraindikácie hormonálnej liečby – zdroj: *Zdravotnícke noviny*, okt. 2008
- Dievčatá ležia s chorobami starých mám – zdroj: denník *Pravda*, august 2008
- Prečo nepoznať pravdu o nepriaznivých účinkoch hormonálnych antikonceptív a sterilizácie na ženský organizmus

Autor: MUDr. Milan Puchala, CSc. internista-kardiológ

- Hormonálna antikoncepcia sa podpísala pod smrť ďalšej mladej ženy.

Zdroj: Záznam z hlavných správ televízie *Markíza*

Ak aj vám záleží na pomoci ženám, ktoré sa nad hormonálnou antikoncepciou a jej zdravotnými rizikami nezamýšľajú, a máte záujem pomôcť šíriť osvetu, pozývame vás zapojiť sa do vyššie popísaného projektu. Kontaktujte ústredie LPP, prípadne niektorý učiteľský pár. Radi vám zašleme pre lekáreň v mieste vášho bydliska informačné letáčiky.

[Príkladáme vzorek letáčku. Byli bychom radi, kdybyste se osobně zúčastnili projektu, aby měl větší dopad. Můžete ukázat letáček vedoucímu vaší místní lékárny. Pokud bude jeho reakce příznivá, což není samozřejmostí, protože lékárny mají

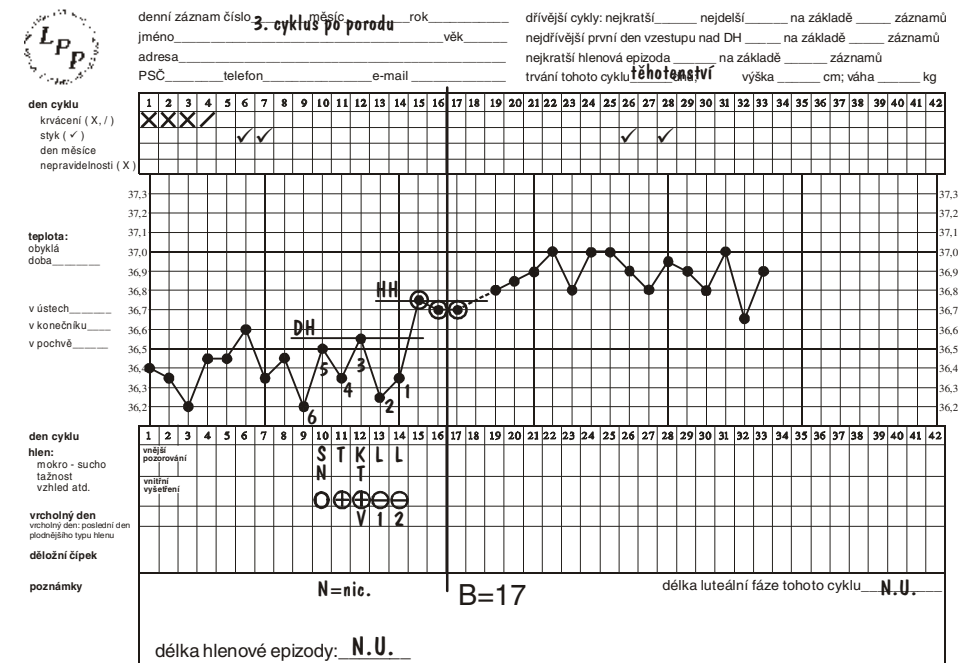
z prodeje HA značný príjem, môžeme vám dodať potrebný počet výtisků. Případně si je můžete sami dotisknout. Můžeme vám poslat poštou list A4 s třemi letáčky jako základ pro kopírování nebo elektronicky ve formátu PDF.]

Některá překvapení nejsou až tak překvapující

Ann Gundlachová

Čas od času se na nás někdo obrátí s žádostí o vysvětlení nečekaného těhotenství, a jen velmi zřídka se setkáváme s případem, který ukazuje na skutečné selhání metody, tj. těhotenství, ke kterému došlo nečekaně při dokonalé aplikaci metody.

Ve většině případů lze najít rozumné vysvětlení, které většinou ukazuje na nedostatečné pochopení metody nebo určitou nedbalost v dodržování pravidel. V příkladu uvedeném v tomto článku se jedná o nedostatečné pozorování a záznamy hlenu a nerespektování pravidel metody.



Žena, která poslala tento záznam nečekaného otěhotnění nám sdělila, že jde o její 3. cyklus po porodu a jejímu dítěti je právě 12 měsíců. Její teplotní záznamy jsou úplně s jasně rozpoznatelným teplotním vzestupem, začínajícím 15. dne. Pohlavní styk 26. a 28. dne je podle všech nám známých pravidel tak daleko ve III. fázi, že víme, že nemohlo dojít k otěhotnění.

Podívejte se ovšem na velmi chatrné záznamy pozorování hlenu. A přes chybné záznamy ve dnech po menstruaci měli manželé styk dva dny po sobě. Všechna pravidla LPP pro I. fázi předpokládají nepřítomnost hlenu při určování neplodných dnů, a styk ve dvou následujících dnech se v I. fázi nedoporučuje, protože přítomnost zbytků spermatu může komplikovat pozorování případně přítomného hlenu. Na

základě zaznamenaných informací o hľenu je možné, že byl 12. den cyklu vrcholným dnem. Protože víme, že k ovulaci téměř vždy dochází během 3 dnů před nebo po vrcholu a v rozmezí 3 dnů před 1. dnem vzestupu až prvních 2 dnů po něm, byl reálný den ovulace asi 12. nebo 13. den cyklu, což je na hranici životnosti spermií. Bez pravidelného pozorování a záznamů hľenu neměli manželé v této době jistotu, že jsou v neplodné době a zpětný pohľad a potvrzení těhotenství nám ukazuje, že byli opravdu plodní.

Nelze dostatečně zdůraznit význam pečlivého pozorování a záznamů v praxi PPR. Učíme začínající páry, aby pozorovaly pravidelně během dne a každý den zaznamenaly výsledek. Naším cílem je pomoci párům utvořit návyk důsledného zaznamenávání. Když se pozorování a zaznamenávání stanou přirozenou součástí Vaší každodenní rutiny, dodržíte je pak spíše i v uspěchanějších obdobích života.

Sama jsem měla potíže s pozorováním a záznamy v době, kdy jsem měla malé děti. Zapomínala jsem měřit; o „pravidelném spánku“ se sotva dalo mluvit, a čas na sebe jsem neměla prakticky ani na toaletě; a tak naše záznamy vypadaly dost žalostně ... Někdy jsem cítila PPR jako zátěž ke všemu, co už beztak viselo na mých ramennou. K tomu se přidala skutečnost, že jsme se v poporodní době museli tak jako tak vyrovnávat s větší mírou zdrženlivosti. Nechtěla jsem to ještě ztěžovat nedbalostí v záznamech. Pak jsem pochopila, že sice známky své plodnosti ovládat nemohu, ale jejich pozorování ano. Pomohlo také, že měl můj manžel velké pochopení. Naučili jsme se, že to je dobrá příležitost cvičit se v týmové spolupráci. Bylo jasné, že buď využijeme tuto dobu k většímu upevnění našeho vztahu, nebo budeme přihlížet, jak mezi námi roste napětí.

Když jste se v modlitbě rozhodli, že máte oddálit další těhotenství, snažte se o pečlivé záznamy. Snažte se najít v čem jsou potíže a hľeďte – pokud možno spolu – řešení. Řešení může být praktické. Jeden manžel namaloval manželce v koupelně její rtěnkou na zrcadlo značku, aby nezapomínala kontrolovat hľen. Jiné řešení může být intelektuální – zkuste se na pravidelné pozorování dívat jako na dárek manželovi z lásky. A manžel ať ukáže pochopení a ochotu spolupracovat – i třeba v tom, že projeví večer zájem o výsledky pozorování a sám je ochotně zaznamená.

Užitečná je otevřená komunikace, připomínky podané s láskou a úsměvem jsou lepší než otrávené stížnosti a pomáhají více zvyšovat sladké očekávání III. fáze. [Family Foundations, Volume 35, Number 3, listopad-prosinec 2008, str. 36n.]

***Dignitas personae* – Důstojnost osoby**

Konstatováním : „Každému člověku od jeho počatia až po prirodzenú smrť prislúcha ľudská dôstojnosť“ – sa začína dokument Kongregácie pre náuku viery *Dignitas personae*, ktorý koncom minulého roka (12.12.2008) predstavila Svätá stolica a ktorý sa zaoberá otázkami bioetiky. Píše sa v ňom:

„Cirkev s dôverou prihľiada na vedecký výskum, ale zároveň vyzýva všetkých zainteresovaných k etickej a sociálnej zodpovednosti. Základným princípom je to, že „ovocie ľudskej generácie od počiatku života, teda od vzniku zygoty – bunky, ktorá vznikne splynutím vajíčka a spermie – je potrebné priznať právo osoby, človeka, spomedzi ktorých tým najdôležitejším je právo na život“.

Pre krátke priblíženie tohto dokumentu prinášame článok Doc. ThDr. MUDr. Jána Ďačoka SJ, PhD., ktorý bol zverejnený TK KBS – dátum: 12. 12. 08:

Inštrukcia reaguje na mimoriadny pokrok biomedicínskych vied, ktorý otvára nové liečebné možnosti, ale vedie aj k vážnym etickým a morálnym otázkam. Je zameraná na formáciu svedomia a je adresovaná nielen veriaciim, ale aj všetkým tým, ktorí hľadajú pravdu. Nadväzuje na postoj Katolíckej cirkvi o dôstojnosti a ochrane ľudského života, ktorý vyjadruje inštrukcia Kongregácie pre náuku viery *Donum vitae* (Dar života, 1987) a encyklika pápeža Jána Pavla II. *Veritatis splendor* (Jas pravdy, 1993) a *Evangelium vitae* (Evanjelium života, 1995).

Inštrukcia má tri časti. Prvá (1) rozoberá niektoré antropologické, teologické a etické hľadiská, ktoré sa týkajú ľudského života a plodenia. Druhá (2) časť sa venuje novým problémom, ktoré súvisia s odovzdávaním ľudského života a tretia (3) časť skúma niektoré nové liečebné návrhy, ktoré súvisia s manipuláciou ľudského zárodka alebo ľudského genetického materiálu.

(1) Inštrukcia jednoznačne prehlasuje, že je nutné rešpektovať každú ľudskú bytosť od okamihu počatia až po prirodzenú smrť. Ľudskú bytosť treba rešpektovať a prijímať ako osobu už od jej počatia. A preto od toho istého okamihu sa jej majú uznať práva osoby, hlavne neodňateľné právo na život. Prirodzeným a dôstojným miestom odovzdávania života je iba manželstvo a rodina, kde sa môže počať nový jedinec na základe vzájomného oddania sa a spojenia manželov.

(2) Pri ťažkostiach s otehotnením možno prijať iba také techniky, ktoré pomáhajú manželské sexuálne spojenie a jeho plodnosť. Inštrukcia odmieta všetky techniky umelého heterológneho oplodnenia (pohlavné bunky sú od inej osoby – darcu) a techniky umelého homológneho oplodnenia (pohlavné bunky sú od manželov), ktoré nahrádzajú manželský pohlavný styk. Inštrukcia povzbudzuje neplodné páry k adopcii detí – sirôt. Odsudzuje všetky techniky oplodnenia v skúmanke, pri ktorých sa zničí až 80% prenesených ľudských zárodokov. Tieto techniky vopred počítajú s „obetovaním“ – zničením mnohých ľudských zárodokov v prospech života iba niektorých, čo je neprijateľné. Dokument odmieta aj techniku prenesenia jednej spermie do vajíčka (ICSI), zmrazovanie a odmrazovanie zárodokov, zmrazovanie vajíčok za účelom umelého oplodnenia, zníženie počtu zárodokov a predimplantačnú diagnostiku ako nedôstojné a manipulačné. Rovnako odmieta aj tie postupy, ktoré zabránia oplodnenému vajíčku zahniezdiť sa v maternici alebo odstraňujú už zahniezdené vajíčko z výstelky maternice a tak spôsobujú potrat.

(3) Inštrukcia považuje ľudské klonovanie za nedôstojné človeka, neprirodzené a nemravné, a preto neprijateľné. Génovú liečbu pripúšťa iba na úrovni telových buniek, ale nie pohlavných buniek. Inštrukcia odmieta získavanie a liečebné používanie kmeňových zárodočných buniek, čo je spojené so zničením ľudského zárodka, ale schvaľuje liečebné používanie dospelých kmeňových buniek, ktoré možno získať z pupočníkovej krvi po pôrode alebo z organizmu dospelého človeka. Inštrukcia rovnako odmieta aj križenie človeka so zvieratom. Používanie „biologického materiálu“, ktorý bol získaný eticky neprijateľným spôsobom (napr. z ľudských zárodokov za cenu ich zabitia), odsudzuje ako ťažký priestupok proti morálke.

Inštrukcia chce brániť hodnotu a dôstojnosť každej ľudskej bytosti, ktorej prameňom je sám Boh Stvoriteľ. Cirkev nechce predkladať ľuďom iba mnohé

zákazy. História ľudstva však dostatočne dosvedčuje, ako človek zneužil a zneužíva svoju moc a schopnosti, ktoré dostal od Boha. Touto Inštrukciou chce Cirkev znovu potvrdiť dôstojnosť, základné a neodňateľné práva každej ľudskej bytosti aj v počiatkových štádiách svojej existencie a chce zdôrazniť nutnosť ochrany a rešpektu od všetkých.

PERSONA – osobný mikropočítač na určovanie plodných a neplodných dní cyklu

Simona Predáčová

Možno ste si už aj vy položili, alebo dostali otázku typu: Neexistuje v dnešnej technicky vyspelej dobe nejaký spoľahlivý prístroj, ktorý by mi určil plodné a neplodné dni? Tým z vás, ktorí úspešne a vcelku bez problémov používate STM pozorovanie a vyhodnocovanie, sa možno hľadanie inej alternatívy zdá úplne zbytočné. Ale čo v prípade, že je objektívna komplikácia s použitím STM metódy, alebo jednoducho manželia chcú mať ďalší prostriedok, ktorý potvrdí ich pozorovanie, alebo i napriek starostlivému vedeniu záznamov k počatiu stále neprichádza (hoci všetko aj po zdravotnej stránke vyzerá v poriadku)?

Už pred niekoľkými rokmi sa v Anglicku a na nemeckom a rakúskom trhu objavil diagnostický prístroj na domáce použitie s názvom PERSONA. Keďže dostávame otázky týkajúce sa tohto prístroja a aj viacerí z účastníkov našich kurzov ho používajú a sú s ním spokojní, rozhodli sme sa urobiť si tiež vlastnú skúsenosť a teraz vám ponúkame niekoľko informácií a postrehov.

Čo je PERSONA a ako pracuje?

PERSONA zaznamenáva hladinu hormónov (luteinizačného hormónu a estrogénov), ktoré presne riadia cyklus ženy. Je to akýsi „malý osobný mikropočítač“ plodnosti, používa ho jedna žena, nedá sa požičiavať. Testovacia tyčinka zachytáva hormóny z vášho ranného moču. Prístroj potom prečíta, zaznamená a používa tieto informácie, aby vám oznámil, či máte plodný deň, keď môžete otehotnieť (červené svetielko – "červený" deň), alebo neplodný deň, keď nemôžete otehotnieť (zelené svetielko – "zelený" deň). V každom cykle určí 8 testovacích dní, žena teda potrebuje 8 testovacích tyčiniek (len v prvom cykle sa robí test 16-krát). Vyzerá to jednoducho, ale žiaľ PERSONU nemôže používať každá žena. Konkrétne ju nemôžu používať ženy:

- ktoré nemôžu prijať možnosť otehotnenia spojenej s používaním PERSONY (spoľahlivosť potvrdená nezávislými štúdiami je 94%)
- s cyklom kratším ako 23 dní
- s cyklom dlhším ako 35 dní
- ktoré majú príznaky menopauzy
- ktoré dojčia
- ktoré používajú hormonálnu liečbu, napr.: hormonálnu antikoncepciu, liečbu neplodnosti, hormonálnu substitučnú liečbu
- ktoré používajú hocijakú inú liečbu, ktorá ovplyvňuje ich cyklus
- ktoré užívajú antibiotiká obsahujúce tetracyklín

Prístroj dokáže identifikovať ovulačné obdobie a zasvieti vám symbol ovulácie. Keďže podľa štúdie nemeckých gynekológov, má 59% žien ovuláciu pred prvou

zvýšenou teplotou, je informácia o ovulácii z PERSONY užitočná pre tých, ktorým sa nedarí dosiahnuť počatie a majú problém, pri ktorom je nevyhnutné mať pohlavný styk čo najbližšie k ovulácii.

Z vlastnej skúsenosti: Používala som PERSONU v siedmich cykloch. Ovulácia išla „ruka v ruke“ s mojím pozorovaním teploty a hlienu. Rozdiel v začiatku III. fázy bol najviac jeden deň. Trošku nás prekvapil veľký počet „zelených-neplodných“ dní podľa prístroja v I. fáze cyklu. Zo 7 cyklov sa to stalo dvakrát. Napríklad: v cykle, v ktorom teplota stúpila na 14. deň a na 14. deň sa objavila aj značka ovulácie, ešte 11. deň cyklu bol prístrojom označený za neplodný (spolahli sme sa na vlastné pozorovanie hlienu a neoverovali sme neplodnosť 11. dňa). Podobnú skúsenosť má aj ďalšia žena, ktorá sa rovnako ako my v I. fáze spolieha na STM pravidlá. Je pravdepodobné, že práve nečakané tehotenstvá z I. fázy znížili spoľahlivosť prístroja na 94%.

Viac konkrétnych informácií o používaní PERSONY nájdete na našej web stránke www.lpp.sk.

Ako každý prístroj, aj PERSONA má svoje výhody i obmedzenia. Ak bude pre niekoho používanie tohto prístroja cestou, ako žiť čisté manželstvo, Bohu vďaka.

Kouření a stres v těhotenství

MUDr. Terence Dowling – výňatky z přednášky, Brno, únor 2007

Chci vám ukázat, jak dítě prožívá stres v děloze. Stres v děloze ovlivňuje zásobování dítěte placentou. Každý z nás má takový orgán, strom života. Tento strom života je součástí našeho těla, nepatří matce. Pupeční šňůra má silnou centrální cévu a tato céva přináší okysličenou krev dítěti a pokračuje nahoru k játrům. Dvě artérie odvádějí odkysličenou krev do placenty, aby se znovu okysličila. A velmi důležité přitom je, že ty dvě artérie jsou spojeny s dolními končetinami. Kolem 60. dne se krevní oběh končetin propojuje s krevním oběhem placenty. Artérie přicházejí zleva a zprava kolem genitálií dítěte, z oblasti třísel a přesně zde je pupeční šňůra propojena s krevním oběhem dolních končetin. Krev přichází z placenty, jde do pupečníku, stoupá nahoru k játrům a až k mozku. A krev, která se vrací do placenty, přichází z třísel. Pupečnickové artérie přecházejí do pupečníku a krev jimi proudí zpět do placenty. Tyto dvě části těla jsou velmi úzce spojeny s krevním oběhem placenty. Pokud dítě nedostává dostatek kyslíku z placenty, musí zvýšit svou srdeční činnost, až na více než 140 úderů za minutu. A zvýšená srdeční činnost umožní, aby dítě v děloze nedostatečnost placenty přežilo. Dítě tedy své matce začne pomáhat. Mnoho dětí v děloze musí pracovat, aby přežily. Pomocí ultrazvuku můžeme pozorovat, že když dítě zvýší svou srdeční činnost, napíná sval psoas, aby obě tyto části těla rozevřelo a co nejvíce usnadnilo průtok krve krevním oběhem k placentě.

Řeknu vám příklad z doby mých studií medicíny. Tenkrát nebyl ultrazvuk a všechny pacientky jsme museli vyšetřovat pohmatem. Můj profesor mi řekl: Dowlingu, vyšetřete tuto paní. A já jsem dole nahmatal hlavu. Vyšetřoval jsem dál a nahmatal nahoře také něco velmi tvrdého. Pomyslel jsem si: dvojčata! Ale profesor řekl: Ne, ne, ještě jednou. Tak jsem vyšetřoval znovu to tvrdé místo nahoře a přišel jsem na to, že je to hodně pevně sevřený zadeček. Ta maminka kouřila. Kouření

znamená okamžitý stres pro dítě. Jakmile si matka v těhotenství zakouří, dítě zvýší svou srdeční činnost, aby přežilo. Přitom napíná psoas, aby usnadnilo průtok krve krevním oběhem k placentě. Dítě, jehož matka kouří, neleží v děloze uvolněné, ale napíná psoas, a na ultrazvuku vidíme prohnutý kříž, vidíme, že kolena jsou roztažena od sebe, zadeček je úplně tvrdý, velký sedací sval je také úplně stažený. Když miminko napne psoas, nemůže dojít k porodu. Aby mohl porod proběhnout, musí mít dítě nohy uvolněné. Když jsem viděl první porody pomocí vakuumextrakce, myslel jsem si, že to dítě bude obrovské, aspoň 4 kila. Ale po půl hodině tahání bylo porozené malé dítě, které mělo sotva dvě kila. Důvod tohoto velmi často pozorovaného jevu je ten, že když má matka stres nebo kouří, dítě zůstává malé, do dvou kilogramů, ale má velmi pevný zadeček, zvýšenou srdeční akci a kvůli napnutým svalům zůstává zaklíněno v matčině těle. To je důvod, proč stres v těhotenství může vést k velmi těžkým porodům i u malých dětí.

Mnoho lidí přišlo na svět s napnutým a zkráceným bederním svalem - musculus psoas, to vede k bolestem v kříži (prohnutý kříž), k potížím s kyčelními klouby a bohužel i k bolestivým porodům. Když chcete utišit bolesti při porodu, musíte co nejvíce uvolnit psoasy.

Zdravé děti v děloze mívají frekvenci srdečního tepu kolem 120/min, pokud se měření provádí doma. U některých dětí stresovaných maminek jsme naměřili více než 140/min., u nich pak byly porodní komplikace, následovaly problémy s kojením, a ještě tři měsíce po porodu měly tyto děti zvýšenou srdeční frekvenci, jsou to děti s typickými poruchami spánku a častým pláčem (tzv. ukřičené děti). To vše je v korelaci se zvýšenou srdeční činností v těhotenství. Výzkum kojenců dokazuje, že bazální srdeční frekvence je v korelaci s temperamentem v raném dětství. Problematičtější děti mívají zvýšenou srdeční činnost. To platí i pro hyperaktivní děti: když dospějí do školního věku, neposedí, vrtí se. Každý člověk, který zažil bušení srdce, ví, že se v takové chvíli nemůže soustředit, zaskočí ho strach. Bušením srdce trpí mnoho dětí.

Existuje mnoho studií o vlivu nikotinu v těhotenství. Pro dítě je jeho účinek velmi nebezpečný. O nikotinu víme tolik, že centralizuje náš krevní oběh. Když kouříme, dostává se (kromě jiného) více krve do mozku, ale končetiny jsou zásobeny krví méně, a také děloze se krve, a tedy i kyslíku, nedostává. Je již také dokázáno, že kouření vlastně působí jako antikoncepce. Pokud žena kouří, daleko obtížněji otěhotní. Podle studií musí až 30x častěji mít pohlavní styk s manželem, než otěhotní – příčinou je právě nedostatečné prokrvení podbřišku. Podobný mechanismus funguje u trávicího traktu – při kouření není dost prokrvena oblast trávicího traktu, takže neprobíhá správně trávení a člověk zůstává štíhlý. Je to stejný mechanismus jako u dělohy.

V Německu dnes kouří až 40% žen ve věku 18-44 let, v Rakousku a ve Švýcarsku je to ještě horší. Tam kouří 50% žen mladších 20 let. V Německu je počato, nošeno po celé těhotenství, rodí se a vyrůstá 60% dětí v domácnosti, kde alespoň jeden její člen kouří. To je veliký problém. Důsledkem jsou předčasné porody, děti se rodí s nižší porodní váhou, nenarozené děti kouřících matek mají menší orgány (např. ledviny, slezinu, játra). U těhotných kuřaček je až 8x větší riziko náhlého úmrtí novorozenců. U dětí s porodní váhou pod 2500 g je až 16x větší riziko, že dítě do 9 měsíců zemře.

Také je velmi důležité, když kouří otec dítěte, protože i pasivní kouření škodí. I když otec kouří jen v práci nebo venku, ale pak si večer lehne vedle své ženy do postele, během spánku se z jeho kůže uvolňuje nikotin pod stejnou pokrývkou a dostane se tak k těhotné ženě a pak pupeční šňůrou až k dítěti, které pak nutně zvýší svou srdeční frekvenci. Pokud otec dítěte kouří, kde má tedy spát? Třeba v koupelně...

Výzkumy navíc ukázaly, že pokud kouřila babička, matka maminky, i když maminka sama nikdy nekouřila, povede to přesto k porodním komplikacím. Negativní vliv babiččina kouření způsobí nejen to, že její dcera bude mít zkrácený psoas, ale komplikace při porodu se přenášejí i na vnučku.

Diplomová práce o PPR

Studentka Katolické Univerzity v Ružomberku píše diplomovou práci o PPR. Roznesla dotazníky po gynekologických ambulancích a zjistila, že skoro všech 110 dotázaných žen používá antikoncepci. Prosí tedy o spolupráci manželů, kteří používají PPR. Zajímá ji hlavně vliv PPR na manželské vztahy. Dotazník najdete na: <http://novot.webconsult.sk/cp/form1.php>. Bude vděčná, když ho vyplníte.

Z homílie

Mária Schindlerová

Chcem sa podeliť s peknou myšlienkou z homílie v našej farnosti počas nedele, keď sa čítal list sv. Pavla a v ňom výzva: Svojím telom oslavujte Boha!

Niekedy sa človek pýta: „Nemôžem si robiť v manželskom sexuálnom živote, čo chcem? Mám predsa slobodnú vôľu, či nie?“

Áno, môžeš – máš slobodu vybrať si dobro, alebo zlo. Tvoja vôľa však ovplyvní len Tvoje rozhodnutie – následky rozhodnutia sa už neriadia Tvojou vôľou.

Môžeš polievať deň čo deň hadicou svoj dom prúdom vody. V prvý deň ešte vlhkosť nepocítiš, možno ani o týždeň. Ale po čase z tvojho domu ostane len rumovisko. Zhnije, splesnovie.

Môžeš si polievať dom – ale nemôžeš ísť proti prírodným zákonom. Ak nechceš mať svoj dom zhnitý a plesnivý – ak ho vôbec chceš zachovať, tak ho nepolievaj.

Nahraďme v tomto obraze slovo *dom* slovom *manželstvo* a polievanie hadicou hriechmi proti manželskej čistote.

„Predložil som vám život i smrť, požehnanie i kliatbu! Vyvoľ si ...“ (Dt 30, 19)

Prosíme o modlitby

- za uzdravení Petry, nemocné maminky dvou malých dětí
- za Josefku, matku čtyř dětí a jejího manžela Martina, který je ve vězení
- za rodinu Dagmar a Mirka a všechny, kterým hrozí ztráta zaměstnání

NOVINY Z RODINY LPP vydává pětkrát ročně jako členský bulletin Ústředí Ligy pár páru České republiky, o.s. David a Michaela Prentisovi, Fügnerova 143/9, 272 01 Kladlo, tel: 312 686 642, e-mail: lpp@lpp.cz, internet: www.lpp.cz, číslo účtu: 215 288 136/0300. Minimální členský příspěvek 150 Kč/Sk ročně. Adresa na Slovensku: LPP, Manželia Jozef a Simona Predáčovci, Slovenskej armády 15, 953 01 Zlaté Moravce, tel.: 037-6421426, e-mail: lpp@lpp.sk, internet: www.lpp.sk, číslo účtu: 207 215 6257/0200. Kurzy PPR pro manžele a snoubence - 4 setkání po 2½ hodinách, většinou v měsíčních intervalech. Kurzovné: v ČR 300 Kč, v SR 400 Sk za pár. Jsme vděční za příspěvky pro práci Ligy.