

Abstrakt

Tato bakalářská práce se zabývá problematikou prekoncepční přípravy u žen v reprodukčním věku a faktory, které ovlivňují plánované početí. Náš celkový zdravotní stav v prekoncepčním období má vliv na spontánní koncepci, průběh gravidity či vývoj plodu. Jelikož se ženy zaměřují především na zdravý životní styl během těhotenství, je žádoucí o prekonceptci zvýšit povědomí.

Práce je koncipována jako teoreticko-praktická. V teoretické části jsou popsány oblasti, které byly Světovou zdravotnickou organizací (WHO) stanoveny v prekoncepčním období jako prioritní. Mezi tyto oblasti patří zdravá výživa, regulace tělesné hmotnosti, fyzická aktivita, plánované těhotenství a též fyzické, duševní a psychosociální zdraví. Jsou to zároveň stěžejní faktory určující celkové zdraví populace, v tomto případě je zde však kladen důraz na jejich souvislosti s reprodukčními schopnostmi ženy a spontánní koncepcí. Dále je v teoretické části zahrnuta i problematika endokrinních disruptorů a gynekologické fyzioterapie.

V části praktické jsou zpracovány výsledky z anonymního dotazníkového šetření, které proběhlo v online prostředí. Hlavním cílem bylo zjistit, jak se ženy, které plánovaně otěhotněly, připravovaly na početí. Byly též stanoveny následující dílčí cíle: poukázat na oblasti prekoncepční přípravy, kterým se ženy věnují nejvíce, kterým se věnují nejméně a zda existují v této přípravě rozdíly v rámci věkových skupin.

Klíčová slova: příprava na početí, plánované těhotenství, prekoncepční péče, životní styl před početím