

Plánujete miminko?

Teď je správný čas pít nealko a přestat s kouřením.

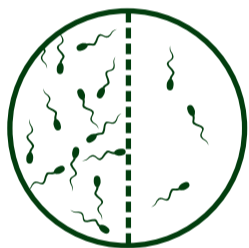
Alkohol a kouření mohou poškodit spermie a přispět k impotenci.

Ženy, které kouří a pijí alkohol, mají větší problém s otěhotněním.

**SNÍŽENÍ
POHYBLIVOSTI
SPERMIÍ**



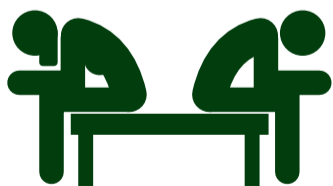
**NÍZKÝ
POČET SPERMIÍ**



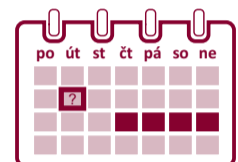
**POŠKOZENÍ
DNA SPERMIÍ**
(může vést k problémům
s vývojem embrya)



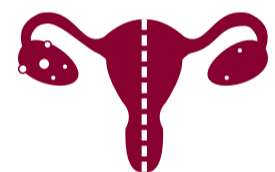
POTÍŽE S EREKCIÍ



**NEPRAVIDELNÝ
MENSTRUAČNÍ
CYKLUS**



**MENŠÍ POČET
FUNKČNÍCH
VAJÍČEK**



**PROBLÉMY
S OVULACÍ**



**VYŠŠÍ RIZIKO
POTRATU**



Pokud kouříte a současně pijete alkohol, rizika se významně zvyšují. Plodnost ohrožuje, i když kouří lidé ve vašem okolí. Pokud se vyhnete alkoholu a kouření, zvýšíte šanci na otěhotnění a narození zdravého dítěte. V případě potřeby se poradte se svým lékařem.

Více zde:  nebo  Centrum podpory veřejného zdraví SZÚ

Vydáno za finanční podpory MZ ČR © Státní zdravotní ústav, 2021