

Неделя ответственного отношения к репродуктивному здоровью и здоровой беременности



Репродуктивное здоровье - это способность к зачатию и рождению детей, гарантия безопасной беременности, уверенность в появлении на свет здорового малыша. По определению Всемирной организации здравоохранения репродуктивное здоровье - это состояние полного физического, умственного и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней во всех сферах, касающихся репродуктивной системы, ее функций и процессов.

Репродуктивное здоровье человека является показателем национальной безопасности государства, но во многом определяется образом жизни человека.

Факторы, негативно влияющие на репродуктивное здоровье:

- вредные привычки;
- инфекции, передающиеся половым путем;
- раннее начало половой жизни;
- аборты;
- профессиональные вредности;
- нерациональное питание;
- стрессы;
- хронические заболевания;
- нарушения в гормональной сфере;
- генетические заболевания;
- психоэмоциональное состояние;
- гиподинамия;
- возраст;
- экологическая обстановка и др.

Чтобы сохранить репродуктивное здоровье, необходимо придерживаться комплекса профилактических мероприятий. Учитывая, что основы репродуктивного здоровья закладываются в детском и юношеском возрасте, работа с подростками и молодежью в области полового образования на сегодняшний день является одним из актуальных направлений. Половое воспитание следует расценивать как часть процесса формирования личности, оно включает в себя не только проблемы здоровья, но и моральные, правовые, культурные и этические аспекты. Поэтому ошибочно ассоциировать половое воспитание лишь с освещением вопросов контрацепции и защиты от болезней, передаваемых половым путем.

Чтобы сформировать адекватное репродуктивное поведение подростков необходимо акцентировать внимание на том, что эксперты Всемирной организации

здравоохранения считают подростковым возраст от 10 до 19 лет. В старшем подростковом возрасте есть все физиологические предпосылки для осуществления репродуктивной функции. Современным молодым людям свойственна выраженная сексуальная гиперактивность со всеми последствиями: инфекции, передаваемые половым путем, незапланированная беременность и др. Они имеют полное право на свою интимную жизнь, однако, должны быть информированы как о последствиях своего поведения, так и об ответственности в случае беременности или заражения партнера инфекционными заболеваниями.

Большое значение уделяется планированию рождения ребенка в семье. В стране работают центры планирования семьи и репродукции, в которых можно получить рекомендации семьям, желающим иметь детей.

Основные условия, необходимые для зачатия:

- оптимальный возраст для беременности и родов от 20 до 35 лет;
- желательный интервал между родами около двух с половиной лет;
- воздержание от беременности после инфекционных заболеваний минимум два месяца;
- исключение работы с вредными химическими веществами за два месяца до планируемого зачатия;
- исключение приема спиртного и курения;
- устойчивая ремиссия заболевания, в течение пяти лет, при наличии хронической патологии.

Чтобы сохранить репродуктивное здоровье нации, на уровне государства задекларировано право человека на продолжение своего рода. В данной сфере предприняты следующие меры:

- бесплатная медицинская помощь;
- профилактика патологий репродуктивной системы;
- регулярные профилактические осмотры у гинеколога для женщин и уролога для мужчин;
- обязательные медицинские профилактические осмотры и диспансеризация;
- улучшение благосостояния населения;
- улучшение информированности людей.

Таким образом, здоровый образ жизни, правильное питание, достаточная физическая активность, правила ведения половой жизни и личной гигиены, отказ от вредных привычек, регулярное посещение врачей - залог сохранения репродуктивного здоровья на долгие годы.

Забота о репродуктивном здоровье - самый лучший вклад в наше будущее и будущее наших детей!

Заведующий отделом разработки,
реализации и мониторинга
муниципальных программ
общественного здоровья,
врач методист
Н.И.

Гомерова

При подготовке использованы материалы сайтов:

<https://oblroddomtv.ru/?p=1178#:~:text=%E2%80%A2%20%D0%BD%D0%B5%D1%82%20%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B0%D1%80%D0%B8%D0%B5%D0%B2%20%D2%26%20%D1%84%D0%B5%D0%B2%D1%80%D0%B0%D0%BB%D1%8F%20%E2%80%94%20%D0%9D%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%B%D1%8F%20%D0%BE%D1%82%D0%B2%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%BE%D1%82%D0%BD%D0%BE%D1%88%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F%20%D0%BA,%D1%80%D0%B5%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B4%D1%83%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D1%83%20%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8C%D1%8E%20%D0%B8%20%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D0%B9%20%D0%B1%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8&text=%D0%A0%D0%B5%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B4%D1%83%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%BE%D0%B5%20%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8C%D0%B5%20%E2%80%93%20%D1%8D%D1%82%D0%BE%20%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B1%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C%20%D0%BA,%D0%BF%D0%BE%D1%8F%D0%B2%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B8%20%D0%BD%D0%B0%20%D1%81%D0%B2%D0%B5%D1%82%20%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%BC%D0%B0%D0%BB%D1%8B%D1%88%D0%B0.>

<https://rdp1.medgis.ru/materials/view/nedelya-otvetstvennogo-otnosheniya-k-reproduktivnomu-zdorovyu-9006>

<http://gkcovp.ru/2023/02/21/s-20-26-fevralya-nedelya-otvetstvennogo-otnosheniya-k-reproduktivnomu-zdorovyu-i-zdorovoi-bere>

<https://www.centereko.ru/ecopedia/useful/6452-reproduktivnoe-zdorove-cheloveka-vzglyad-na-problemu>