

Врач акушер – гинеколог женской консультации №2 ГБУЗ ТО «Роддом №2» о
важности сохранения репродуктивного здоровья.

Одной из составляющих общественного здоровья является здоровье матери и ребенка, в том числе репродуктивное здоровье и здоровая беременность. Репродуктивное здоровье является важной составляющей частью общего здоровья человека и закладывается в период его полового созревания, которое начинается в подростковом возрасте. Этот период характеризуется уникальными физиологическими изменениями организма, когда интенсивно протекают не только процессы роста и развития, но и происходит психологическое, нравственное и социальное становление личности.

Приоритетной задачей современной медицины в России является сохранение репродуктивного здоровья нации. С этой целью обеспечения ответственного отношения к репродуктивному здоровью Минздравом России разработан одноименный типовый проект. Задачами проекта "Репродуктивное здоровье" является оценка состояния репродуктивного здоровья у граждан, повышение грамотности и информированности населения о факторах риска и факторах, способствующих здоровью, значимости ЗОЖ, повышение эффективности доабортного консультирования.

Основными факторами риска, обуславливающими те или иные нарушения в здоровье современного человека, в частности, его репродуктивного здоровья, являются следующие: неблагоприятная наследственность, аборт, применение контрацептивных средств, воспалительные заболевания женских половых органов, условия труда и быта, медико-социальные, состояние окружающей среды и гормональные нарушения, а также недостаточная информированность молодежи о репродуктивном здоровье и негативных последствиях ранней половой жизни.

Репродуктивное здоровье - это состояние организма человека, позволяющее воспроизвести здоровое потомство.

Состояние репродуктивного здоровья во многом определяется образом жизни человека, а также ответственным отношением к половой жизни.

Одним из ведущих факторов, негативно влияющих на репродуктивное здоровье, приводящих к нарушению репродуктивной функции, бесплодию, возникновению гинекологических заболеваний у женщин и подростков - это аборт. Число абортов в РФ имеет стойкую тенденцию к снижению. Однако доля абортов у девушек в подростковом возрасте составляет 0,8% от общего числа. Раннее сексуальное поведение подростков, заражение инфекциями, передаваемыми половым путем (ИППП), нежелательная беременность и аборт у девушек, неправильное питание, курение и употребление алкоголя являются важными поведенческими факторами, способствующими ухудшению репродуктивного здоровья молодежи. Одним из проявлений которого является бесплодие. В настоящее время по данным главного акушера-гинеколога страны, 10 миллионов граждан России репродуктивного возраста бесплодны, среди них 6 миллионов женщин и 4 миллиона мужчин. Из 100 бездетных пар 40-46% не имеют детей по причине абортов, мужского бесплодия, связанного с инфекциями, передаваемыми половым путем, в том числе ВИЧ, влиянием на репродуктивное здоровье факторов окружающей среды, условий труда и вредных привычек.

Как же укрепить репродуктивное здоровье подростков?

Аминова Елена Викторовна, врач – акушер – гинеколог женской консультации №2 рассказала: «Забота о репродуктивном здоровье девочки начинается с рождения. Уже впервые месяцы жизни девочку нужно показать врачу - детскому гинекологу, чтобы выяснить, правильно ли развиты наружные половые органы, нет ли воспалительных заболеваний наружных половых органов, сращения малых половых губ. В подростковом периоде необходимо особо беречь девочку от инфекционных, в первую очередь вирусных заболеваний. Важно ликвидировать очаги инфекции в организме, в первую очередь кариес и хроническое воспаление миндалин -тонзиллит. Своевременное выявление и лечение хронических заболеваний внутренних органов - неперенное условие оптимального развития организма, в том числе репродуктивной функции. Маме заранее нужно рассказать девочке о предстоящих менструациях и научить ее правилам гигиены в этот период, соблюдение режима дня. Очень важно наладить с ней доверительные отношения, вложить в сознание ребенка, что с любыми проблемами всегда может обратиться к родителям».

Осмотр у гинеколога в 14-15 лет и старше необходимо проходить ежегодно, ведь именно в этом возрасте большинство подростков начинает вести половую жизнь, и сталкиваются с проблемой незапланированной беременности. Мальчикам также нужно объяснять, что происходит в их организме в период полового созревания. Ведущим фактором в программе борьбы с незапланированной беременностью у подростков служит воспитание у них более серьезного отношения к использованию противозачаточных средств.

Взрослые должны помочь подросткам осознать предстоящие родительские функции и выработать у детей ответственность за собственное здоровье.

Планирование семьи помогает людям осознанно выбирать количество детей в семье и сроки их рождения, планировать свою жизнь, и избежать ненужных тревог и волнений.

Для чего нужно планирование семьи:

- для рождения желанных и здоровых детей;
- для сохранения здоровья женщины;
- для осуществления жизненных планов.

«Оптимальный возраст для рождения детей 20-35 лет. Доказано, что если беременность наступает раньше или позже, то она протекает с большим числом осложнений. Интервалы между родами рекомендуются не менее 2-2,5 лет, что позволяет женщине восстановить силы для будущих родов, сохранить свое здоровье и здоровье будущих детей. Если вы планируете в скором времени стать родителями, то стоит обратиться к специалистам и пройти обследование, исключить заболевания в половой системе, восполнить дефицит витаминов и микроэлементов, если он выявится. Обратите внимание на свой образ жизни, откажитесь вредных привычек, пересмотрите рацион питания, режим дня. Лучше на ранних сроках беременности встать на учет в женскую консультацию, выполнять рекомендации своего доктора, а самое главное наслаждаться этим прекрасным периодом. Помните от вашего образа жизни зависит здоровье ваших детей и внуков!» - пояснила Елена Викторовна

Врач – акушер – гинеколог женской консультации №2 ГБУЗ ТО «Роддом №2»
Аминова Елена Викторовна.