

Неделя ответственного отношения к репродуктивному здоровью и здоровой беременности.

С 22 по 28 января по всей стране проходит Неделя ответственного отношения к репродуктивному здоровью и здоровой беременности.



Репродуктивное здоровье — это не просто отсутствие болезней во всех сферах, касающихся репродуктивной системы, её функций и процессов, а также состояние полного физического, умственного и социального благополучия. Прежде всего забота о репродуктивном здоровье направлена на возможность родить здорового малыша. Поэтому данный вопрос касается не только женщин, но и мужчин.

Чтобы сохранить репродуктивное здоровье, необходимо придерживаться комплекса профилактических мероприятий, которые призваны обеспечить появление здорового потомства, сохранение здоровья репродуктивных органов. Не стоит упускать из вида и защиту от болезней, передаваемых половым путём, планирование семьи, предупреждение материнской и младенческой смертности, раннее гигиеническое воспитание подростков.

Негативное влияние на репродуктивное здоровье оказывают многие факторы:

- вредные привычки;
- инфекции, передаваемые половым путём;
- профессиональные вредности;
- нерациональное питание;
- стресс;
- хронические заболевания;
- недостаточная физическая активность.

Для мужского организма особую значимость имеют врождённые и перенесённые в детстве заболевания. На женскую репродуктивную систему оказывают влияние даже те факторы, которые воздействовали на её маму в период беременности. Большое негативное влияние имеют перенесённые аборт.

Поэтому зачатие ребёнка должно быть осознанным решением! Необходимо исключить беспорядочные половые связи, большое количество половых партнеров, объяснить необходимость использования контактных средств контрацепции, которые помогут защитить от заболеваний, передаваемых половым путем, и нежелательной беременности.

Существуют различные безопасные средства контрацепции для женщин от нежелательной беременности, но стоит помнить о том, что препараты назначаются врачом, отпускаются строго по рецепту.

Важным шагом сохранения и поддержания репродуктивного здоровья среди молодежи является гигиеническое обучение (воспитание) подростков в возрасте 14-15 лет и старше, ведь именно в этом возрасте большинство подростков начинают вести половую жизнь и сталкиваться с проблемами контрацепции и незапланированной беременности. Взрослые должны помочь подросткам выработать ответственность за собственное здоровье. Подростки должны понять необратимый характер многих патологических изменений в организме, особенно в половой системе, которые в дальнейшем могут помешать их будущему материнству и отцовству. И вложить в сознание ребенка, что с любыми проблемами он всегда может обратиться к родителям.

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.

Регулярные профилактические осмотры у гинеколога для женщин и уролога для мужчин позволяют предотвратить появление и развитие многих заболеваний на ранней стадии, даже при отсутствии жалоб.

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

Врач – методист

Офкин А.О.