



Здоровые родители – здоровый ребенок

Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка взаимосвязаны. К появлению ребенка в семье готовиться надо не на девятом месяце беременности, а задолго до того момента, когда тест покажет две заветные полоски. К сожалению, большинство молодых пар мало задумываются об этом. На развитие плода влияют практически любые заболевания будущих родителей, особенно матери. А хронические заболевания будущей матери могут осложнять течение беременности.

Поэтому при планировании беременности консультация врача просто необходима. У ребенка может возникнуть наследственное заболевание, если патологический ген будет передан ему от внешне здоровых родителей, которые являются при этом носителями такого гена. Не только женщинам, но и мужчинам, у которых есть наследственные болезни, порой не рекомендуется иметь своих детей.

Будущим родителям очень важно помнить, что наличие вредных привычек, таких как употребление алкоголя и наркотиков, курение (для будущей матери и пассивное в том числе), неупорядоченные половые связи неблагоприятно влияют на здоровье будущего ребенка.

Попробуем вместе разобраться что влияет на здоровье ребенка. Здоровый образ жизни, гармоничные взаимоотношения в семье - это основа крепкого здоровья ребенка. Конфликты в семейных отношениях, вредные привычки будущих родителей, отсутствие элементов физической культуры - путь к осложнениям при родах и слабому здоровью будущего малыша.

Возраст. Исследователи утверждают, что возраст матери на момент рождения ребенка имеет меньше влияния на здоровье малыша, чем возраст отца. Оказалось, что у молодого мужчины гораздо меньше шансов на рождение полностью здорового ребенка, чем у мужчины среднего возраста. Это связано с избытком в молодом организме половых гормонов, которое негативно отражается на здоровье будущего поколения. Больше всего рискуют здоровьем своих будущих детей мужчины в возрасте до 20 лет. Их малышам может грозить рождение недоношенными, у них выше угроза смертности в

первый год жизни. В то время как более солидный возраст родителя оказывает меньше негативного влияния на здоровье малышей.

Алкоголь считается губительным для развития плода, поскольку при употреблении его беременной женщиной он сразу поступает в плаценту. Употребление алкогольных напитков может привести к выкидышу или преждевременным родам. В тяжелых случаях употребление алкоголя может привести к развитию фетальной алкогольной зависимости (необратимым врожденным дефектам), проявляющейся характерным видом ребенка, умственной отсталостью или пороками развития сердца, почек, дефектами костей, что в дальнейшем приводит к медленному интеллектуальному развитию ребенка. Как правило, в первом поколении алкоголиков рождаются люди со склонностью к алкогольным излишествами. Во втором поколении - пьянство и алкоголизм идет полным ходом, передается по наследству. В третьем поколении рождаются ипохондрики, меланхолики, самоубийцы, убийцы и маньяки. В четвертом поколении род закрывается, проявляясь идиотизмом или бесплодием. То есть природа пытается оградить себя от появления неполноценных детей.

Употребление наркотиков. У женщин, употребляющих наркотические вещества, очень низкий шанс выносить и родить ребенка, в большинстве случаев их беременность заканчивается выкидышем. В редких случаях ребенок может родиться, но недоношенным, имея нарушения всех систем и внутренних органов, что в дальнейшем приведет к серьезным отклонениям в его развитии.

Курение. После выкуренной сигареты возникает спазм кровяных сосудов плаценты, что на несколько минут вызывает у плода кислородное голодание. Токсичные вещества сигарет поступают прямиком в плаценту. Это может привести к задержке внутриутробного развития плода, осложнениям во время родов, преждевременным родам. В редких случаях у курящей беременной женщины может родиться здоровый ребенок. Как правило у курящих мам дети страдают синдромом недостатка внимания и гиперактивности. Наблюдения подтверждают, что такие дети в будущем становятся раздражительными, а их интеллектуальное развитие заметно ниже, чем у сверстников; часто имеется склонность к болезням дыхательных путей, ожирению, диабету. Не менее опасно пассивное курение - в виде дыма, который вдыхают некурящие беременные, когда курят окружающие их люди. Это часто приводит к преждевременным родам, недоношенности ребенка, выкидышу и даже рождению мертвого ребенка. У курящих матерей могут рождаться дети с врожденной астмой и с различными проблемами в развитии, они более подвержены инфекциям. Курение отца награждает ребёнка слабыми легкими и бронхами. Курение матери – задержкой развития плода, малым весом, низким иммунитетом и высокой склонностью к аллергическим реакциям.

Чтобы будущий малыш был здоров, родителям, и в первую очередь матери, необходимо избавиться от вредных привычек, если они имеются. А готовясь к беременности пройти плановую вакцинопрофилактику против краснухи и кори, так как эти заболевания являются опасными для плода в случае, если мать заболеет ими во время беременности. Беременной женщине необходимо изменить свой образ жизни: придерживаться правильного питания, режима сна и отдыха, часто бывать на свежем воздухе и исключить вредные привычки. И все это того стоит, ведь вы отвечаете за жизнь и здоровье еще совсем маленького человечка. Будьте внимательны к своему здоровью, а также к здоровью вашего будущего малыша.

Все в ваших руках. Ведь это - огромное счастье – родить здорового ребенка! Трудно поспорить с утверждением о том, что «Здоровые родители - здоровый ребенок».