

«Роль семьи в формировании репродуктивного здоровья юношей и девушек»

(для законных представителей 10 класса)

Период юношества - период между половым созреванием и принятием молодыми людьми обязанностей и ответственности взрослых, является одним из последних социально-культурных новшеств. Ранняя половая зрелость и более позднее вступление в брак способствовали тому, что юность стала считаться отдельным этапом жизни.

Взрослая жизнь - это не только возрастной период, но и участие в труде и выполнении семейных обязанностей. Однако без надлежащей подготовки к взрослой жизни, в том числе семейной, или же в том случае, если сформировавшиеся позиции или модели поведения молодежи не могут быть адаптированы к изменяющимся социальным условиям, период юности может стать временем утраченных возможностей и повышенного, с медицинской точки зрения, риска.

Репродуктивное здоровье сводится к способности человека продолжать род. При его нарушении возникает бесплодие, являющееся серьезной проблемой в современном обществе. Удельный вес бесплодных браков в мире достигает 15%. Если родители знают возможные его причины и своевременно принимают меры к их устранению, неприятностей можно избежать.

Необходимо, насколько это возможно, оградить ребенка от действия болезнетворных факторов, которые могут вызвать нарушения репродуктивного здоровья (травмы, инфекции, яды, переохлаждение т.д). Следует своевременно, тщательно и в полном объеме лечить те заболевания, которые способны негативно повлиять на детородную функцию организма.

Родители должны обучать детей правилам гигиены тела и следить за их соблюдением.

Чем старше становится ребенок, тем больше внимания требуется уделять его сексуальному просвещению. Наряду с гигиеническими знаниями и знанием причин нарушения репродуктивного здоровья особое значение начинает приобретать информация о заболеваниях, передающихся половым путем, наркомании и токсикомании, контрацепции и вреде абортов.

Браки и половая жизнь до вступления в брак

В большинстве регионов мира средний возраст вступления в брак повышается, и в настоящее время в подростковом возрасте в мире заключается браков меньше, чем 10 лет назад. В течение последних

десятилетий резко активизировалась половая жизнь до вступления в брак, особенно в промышленно развитых странах (хотя в некоторых странах эта тенденция уже достигла своего пика и начала снижаться).

В настоящее время в семейных отношениях происходят значительные изменения. В моделях семьи отмечаются значительные различия, и отсутствует какое-либо свидетельство того, что формируется единая форма семейных отношений. Во многих странах все более широкое распространение получает новый тип отношений - незарегистрированный брак. Однако идеальным считается зарегистрированный брак, при заключении которого супруги совместно решают вопрос о числе детей.

Рискованное поведение подростков

В период взросления подростки часто оказываются в ситуациях риска. Эти ситуации помогают им определить, способны ли они решать проблемы, с которыми соприкасаются. Подростки могут ошибочно считать свое поведение, особенно если оно аналогично поведению взрослых людей, как лишенное какого бы то ни было риска. Иногда подростки полагают, что самым простым способом достижения статуса взрослых для них являются сексуальные отношения, беременность и рождение детей. Однако раннее начало половой жизни и связанный с этим риск нежелательной беременности зачастую сочетается с другими рисками, такими как курение, потребление алкоголя и наркотиков, которые снижают способность людей принимать обоснованные решения, в результате чего их поведение становится еще более рискованным. В тех случаях, когда в результате раздоров в семье, социальных изменений, гражданских беспорядков или войн нарушены семейные связи или системы социального обеспечения, положение подростков становится еще хуже.

Нищета, разлад в семье и неудовлетворенность родителей личной жизнью, различные чрезвычайные ситуации, влияющие на положение семьи, могут повысить риск того, что дети станут объектом сексуальной эксплуатации. Боязнь заражения ВИЧ/СПИДом привела к тому, что некоторые взрослые предпочитают иметь контакты с молодыми партнерами, надеясь, что они не являются инфицированными. Чаще всего объектами интереса и соблазна являются молодые девушки из бедных семей, которым предлагаются экономические и общественные блага в качестве платы за сексуальную связь.

Модели ухаживания и подготовки к началу половых отношений могут быть нарушены лицами более старшего возраста, которые зачастую руководствуются только плотским чувством.

Многие подростки вступают в первую половую связь со своими ровесниками. Некоторые девушки-подростки после первого полового

контакта испытывают чувство разочарования, особенно если вскоре после этого отношения прерываются. Девушки, как правило, надеются, что связь будет постоянной и беспрерывной; а юноши зачастую испытывают другие чувства. Сформировавшаяся в сознании людей роль мужчин и женщин предусматривает доминирование мужчин.

Мальчики и юноши ведут себя рискованно чаще, чем молодые женщины. Хотя риск, связанный с сексуальным и репродуктивным поведением, представляет опасность для обоих партнеров, женщины в значительно большей мере испытывают на себе его последствия.

Опасность для здоровья подростков, вызванная половой жизнью

Существует серьезная опасность для подростков в связи с ранним началом половой жизни. В последние десятилетия снизился возраст достижения девушками физической половой зрелости. В результате этого увеличился период, когда молодые люди сталкиваются с рисками, связанными с половой жизнью, включая:

- раннюю беременность, которая подвергает матерей-подростков в отличие от женщин более старшего возраста, большему риску материнской заболеваемости и смертности, а также подвергает опасности здоровье их детей;
- заражение инфекциями, передаваемыми половым путем (ИППП), в том числе ВИЧ/СПИДом.

Инфекциям, передаваемым половым путем, чаще всего подвержены молодые люди в возрасте от 15 до 24 лет. На этот возраст приходится также половина всех новых случаев инфицирования ВИЧ. Молодые женщины наиболее уязвимы в отношении ИППП. Опасность, связанная с ИППП и ВИЧ-инфекцией, возрастает из-за низкого статуса молодых женщин в обществе. Это зачастую приводит к тому, что их принуждают к половой жизни, и они не в состоянии убедить старшего по возрасту полового партнера пользоваться презервативами.

Риск, связанный с ИППП, особенно велик:

- для молодых людей, которые начали половую жизнь в раннем возрасте, поскольку в этом случае более вероятно, что они будут менять половых партнеров;
- для миллионов подростков, живущих и работающих на улице, для которых секс стал источником средств к существованию;
- для замужних женщин, мужья которых вступают во внебрачные половые связи.

Подростковая беременность: желанная или нежеланная

Рождение детей у подростков, как в браке, так и вне брака, зачастую является незапланированным.

Высокому уровню не планируемых беременностей способствует целый ряд факторов. К ним относятся:

- нежелательный секс (изнасилования и сексуальные домогательства).
- двойной стандарт. Общество часто сурово осуждает за половое поведение, не соответствующее сложившимся в обществе представлениям, молодых женщин, но не молодых мужчин.
- отсутствие информации и доступа к услугам в области планирования семьи.
- неэффективное использование противозачаточных средств. Это может быть результатом использования ограниченного числа методов контрацепции или неадекватной информации о них.

Хотя в последние годы в программах охраны репродуктивного здоровья все больше внимания уделяется потребностям подростков, по-прежнему остается множество барьеров, которые препятствуют молодым людям иметь доступ к необходимым для них информации и услугам для предупреждения нежелательной беременности и ИППП.

Взрослые должны помочь подросткам осознать предстоящие родительские функции и выработать у наших детей 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.

Как сохранить репродуктивное здоровье

Репродуктивное здоровье

Как сохранить репродуктивное здоровье Репродуктивное здоровье - это способность людей к зачатию и рождению детей, возможность сексуальных отношений без угрозы заражения инфекциями, передающимися половым путем (далее ИППП), гарантия безопасности беременности и родов, благополучие матери и возможность планирования последующих беременностей, в том числе предупреждения нежелательной. Таким образом, репродуктивное здоровье - это важнейшая составляющая здоровья каждого конкретного человека, каждой семьи и общества в целом. На репродуктивное здоровье человека влияет множество факторов. В первую очередь - это образ жизни. ИППП приводят к бесплодию и инфицированию будущего ребенка. Алкоголизм, табакокурение и наркомания приводят к невынашиванию беременности и рождению тяжело больных детей. Раннее начало половой жизни, и как следствие этого - аборт у нерожавших женщин являются причинами бесплодия и развития многих заболеваний, как самой репродуктивной системы, так и всего организма в целом. Воспитание у молодежи целомудренного поведения, т. е. девственного вступления в брак, оказывает прямое влияние на улучшения показателей репродуктивного здоровья. Определим самые важные моменты для сохранения репродуктивного здоровья, о которых должен знать каждый: вести здоровый образ жизни; предохраняться от инфекций, которые передаются половым путём, если была вероятность заражения ИППП не заниматься самолечением, а обратиться за помощью к специалистам; следовать правилам личной гигиены - ежедневно соблюдать интимную гигиену и не менее двух раз в неделю принимать ванну или душ; предохраняться от нежелательной беременности; женщинам необходимо посещать два раза в год гинеколога, обращать внимание на регулярность менструального цикла. Выделим факторы образы жизни, негативно влияющие на репродуктивную систему. Прежде всего, стрессы. Напряженная эмоционально работа, тяжелые условия быта, конфликтные ситуации - все это приводит к выбросу гормонов надпочечников, которые бьют по разным системам, но сильнее всего - по сердечнососудистой, гормонально-эндокринной и особенно женской репродуктивной системе. В стрессовых ситуациях нарушается работа печени, что

способствует дисбалансу репродуктивных гормонов. Вторым фактором – это неправильное питание, которое тоже может привести к разбалансировке гормонального статуса и нарушению репродуктивного здоровья. Курение и алкоголь невероятно вредят организму и категорически противопоказаны при беременности или ее планировании. Крайне негативно сказывается на репродуктивной функции малоподвижный, сидячий образ жизни. Он способствует накоплению избыточной массы тела и нарушению микроциркуляции крови, в том числе в органах малого таза. В результате недостаточного поступления крови к органам малого таза не хватает веществ, необходимых для их нормального функционирования. Поэтому при сидячей работе крайне важно каждый час делать перерыв на разминку. Кроме того, обязательно нужно активизировать свой образ жизни: ходить в бассейн, на фитнес, аквааэробику. Движения в воде способствуют профилактике накопления избыточной массы тела, хорошему функционированию органов малого таза. Отдельно остановимся на вопросе влияния питания на репродуктивную систему. И мужскому, и женскому организму обязательно нужны полноценные животные белки – мясо, рыба, яйца, молочные продукты. В мясе у мужчин потребность выше, чем у женщин, потому что там содержатся вещества, способствующие репродуктивным функциям мужской половой системы. Женщинам полезнее молочные продукты и рыба, чем мясо. Эти продукты поддерживают женскую репродуктивную систему. Хотя мясо женщинам тоже нужно, но в меньшей степени, чем мужчинам. Всем полезны овощи, фрукты, ягоды, зелень, орехи – именно в их составе есть вещества, специфически влияющие на мужской и женский организмы. Для половой системы очень важны антиоксиданты (витамины Е, С), фолиевая кислота, йод, магний, витамины А и Д, омега-3, железо, медь, белки, аминокислота аргинин, лецитин и кальций. Основные полезные продукты для половой системы. Яйца. Содержат лецитин, который участвует в выработке половых гормонов и усвоении витаминов. Входят в список продуктов для повышения настроения, полноценный источник белка. Жирная рыба (скумбрия, сельдь, лосось). Содержит омега-3 жирные кислоты. Обладает противовоспалительным действием. Нормализует гормональный баланс. Вместе с йодсодержащими продуктами, такими как морская капуста и грецкие орехи, является профилактикой женских онкозаболеваний. Оливковое масло, проросшие зерна пшеницы, салат-латук. Содержат витамин Е,

который является одним из самых важных для женского здоровья. Участвует в выработке половых гормонов, влияет на регуляцию гормонального цикла и повышает шансы на оплодотворение яйцеклетки. Предупреждает развитие мастопатии. Шиповник, цитрусовые фрукты, лук. Содержат витамин С, который является хорошим антиоксидантом. Защищает, восстанавливает, укрепляет женское здоровье. Являются хорошей онкопрофилактикой. Зелень и листовые овощи. Богатый источник фолиевой кислоты и магния. Листовые овощи хорошо очищают организм. Также, они необходимы для полноценного функционирования нервной системы матери и плода. Обладает противовоспалительным эффектом. Морепродукты (в т.ч. морская капуста). Благодаря большому содержанию меди, йода и полноценного белка очень необходимы для половой системы. Являются первичной онкопрофилактикой, подавляют симптомы предменструального синдрома, улучшают обменные процессы в организме. Стевия (лекарственное растение). Является натуральным сахарозаменителем. Очищает организм, оздоравливает микрофлору половых органов, активизирует обмен веществ. Применяется в виде экстракта, фиточая и т.п. Чеснок. Успешно борется с женскими воспалительными заболеваниями. Благодаря присутствию соединений серы, повышает иммунитет. Кефир и йогурт на натуральных заквасках. Богаты витаминами группы В, белком и кальцием. Стимулируют иммунную систему. Полезны при склонности к воспалениям. Печень, масло сливочное, морковь с маслом. Содержат витамин А, который необходим для полноценной работы яичников. Цельнозерновой хлеб, неочищенные крупы, хлебцы, отруби. Благодаря содержащимся в них витаминам группы В, являются очень важными для активизации работы пищеварительного тракта. Необходимы для нервной системы. Продукты пчеловодства. Богаты микроэлементами и витаминами В и С. Укрепляют иммунитет, участвуют в синтезе пролактина. Для сохранения репродуктивного здоровья особое внимание необходимо уделять употреблению достаточного количества ряда витаминов: } витамин А — большая роль в выработке гормонов половой сферы; } витамин С — полезен для многих систем организма, повышает тонус и иммунитет; } витамин Е — при недостатке наблюдается риск невынашивания беременности у женщин, снижение выработки семенной жидкости у мужчин; } фолиевая кислота — играет важнейшую роль в предотвращении дефектов развития нервной системы плода в

утробе матери. Вредные продукты для половой системы. Соль. Вызывает отеки. Особенно противопоказана при склонности к предменструальному синдрому. Кофе, чай, шоколад. Негативно влияют на ткань молочных желез. Большое количество вызывает перевозбуждение нервной системы. Сахар. Повышает уровень инсулина в организме, из-за чего могут возникнуть различные воспалительные заболевания половых органов. Вызывает перепады настроения. Алкоголь. Нарушает функционирование яичников. Негативно влияет на формирование яйцеклеток, вызывая их деструкцию. Два вида напитков женщинам абсолютно противопоказаны: алкогольные и энергетические. В состав последних входят вещества, очень вредные не только для репродуктивной системы, но и для всего организма – кофеин, гуарана и т.д. Причем эти вещества содержатся в таких напитках в количествах, в ряде случаев превышающих терапевтические, т.е. лечебные. Эти вещества вызывают в организме стресс, гиперстимуляцию мозга, повышение давления, повышенную возбужденность, неадекватные реакции, приводят к неверной оценке своих физических возможностей и в итоге – к истощению организма. Следует отметить, что к энергетическим напиткам, как и к алкоголю, развивается привыкание. Еще несколько рекомендаций. Организм человека так устроен, что следует определенным биоритмам. Все процессы в нем происходят в определенное время. Так вот, чтобы хорошо усваивался кальций, богатые им продукты нужно употреблять с 8 утра до 12 дня. Мясные продукты лучше есть с 13 до 17 часов, потому что железо и другие кроветворные микроэлементы лучше усваиваются в этот промежуток времени. Рыбу лучше всего употреблять после 18 часов, потому что омега-3-жирные кислоты нужны организму в основном ночью. Сочетать рыбу вечером лучше всего с легким овощным салатом. Необходимо упомянуть о видах спортивных нагрузок, которые противопоказаны женщинам. Это мужские виды спорта, которые высушивают мышцы и убирают жировую ткань, такие как штанга, бодибилдинг и т.п. Они способствуют накоплению в женском организме мужских стероидных гормонов. Также противопоказаны женщинам очень сильные похудения, от них нарушается менструальный цикл. Это очень вредно для женской репродуктивной системы. Если вы будете следовать всем перечисленным рекомендациям, то максимально повысите свои шансы сохранить свою репродуктивную систему в

наилучшем состоянии, выносить и родить крепких здоровых детей.
Врач-гигиенист Алла Ивановна Зинович..

ПРОФИЛАКТИКА АБОРТОВ И НЕЗАПЛАНИРОВАННОЙ БЕРЕМЕННОСТИ. СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ КОНТРАЦЕПЦИИ У ДЕВОЧЕК- ПОДРОСТКОВ.



«Опасный возраст!»- так характеризуют педагоги, врачи, родители подростковый период в жизни человека. Именно в этот период происходит становление личности, постепенно очерчиваются особенности эмоциональной, когнитивной, волевой сфер человека, формируется самосознание и психосексуальная ориентация. Сексуальные отношения среди молодых людей являются важной сферой их жизни. Подростки, независимо от пола, отличаются транзиторной гиперсексуальностью и, если путем воспитания в семье не было создано психологического барьера для раннего сексуального дебюта, половая жизнь может начаться уже в подростковом возрасте

Для молодежи Республики Беларусь характерен первый тип сексуального и репродуктивного поведения, который имеет место, главным образом, в развитых странах:

- начало половой жизни в возрасте около 15-19 лет;
- относительно нечастое применение противозачаточных средств;
- высокая частота нежеланных внебрачных беременностей;
- четко выраженная тенденция к применению аборта
- высокая частота случаев ИППП;
- совершение половых преступлений.

На сегодняшний день ситуация в Беларуси характеризуется низким уровнем информированности подростков о планировании семьи, сексуальности, болезнях, передаваемых половым путем, способах эффективной комплексной контрацепции, безопасного секса и т. д. Подростки предпочитают получать информацию из средств массовой информации, от друзей и сверстников. Вопросы взаимоотношений, интимные проблемы со своими родителями стараются не обсуждать, а родители, в свою очередь, считают, что нет необходимости в сексуальном просвещении. Во многих семьях эти темы считаются запретными. А зря, так как решение проблемы нежелательной беременности на 90 % зависит от обстановки дома и от воспитания родителей. Необходимо формировать у подростков ответственное отношение к раннему началу половой жизни, вопросам предохранения от инфекций, передаваемых половым путем и нежелательной беременности. И чем раньше родители задумаются о важности этой темы и начнут доверительную беседу со своими детьми, тем положительнее для них будет результат от этого разговора.

Раннее начало сексуальных отношений в сочетании с низким уровнем знаний в этой области, плохой осведомленностью о средствах и методах контрацепции и недостаточным их применением приводит к росту числа беременностей у подростков и, как следствие, к увеличению числа аборт, неблагоприятных исходов родов и ухудшению репродуктивного здоровья подростков.

С социальной точки зрения факт рождения ребенка неблагоприятно отражается на его матери, которая зачастую лишается возможности продолжить

обучение и добиться более высокого социального и экономического положения в будущем.

Кроме опасности для репродуктивного здоровья, нежеланная беременность в этом возрасте имеет и психологические последствия, так как искусственное прерывание беременности является психотравмирующим фактором, влекущим за собой изменения психического состояния в виде эмоциональной лабильности, раздражительности и астении.

Изучение контрацептивного поведения девушек в возрасте 15-19 лет показало, что сексуально-активные подростки либо вообще не предохраняются, либо используют неэффективные средства. Сексуальное поведение подростков в большинстве случаев является опасным сексуальным поведением, приводящим во многих случаях к провокации сексуальных посягательств, к возникновению нежеланной беременности и распространению инфекций, передающихся половым путем. Именно поэтому наиболее важным в решении данной проблемы является профилактика нежеланной беременности путем активного внедрения просветительской работы в школах. Этот метод играет важную роль в работе с подростками. Информация о губительных последствиях абортов, методах предохранения и способах избегания нежелательной беременности должна быть полностью доступна всем, независимо от материального положения, возраста и социального статуса человека. Сексуальное просвещение поможет избежать проблем, связанных с подростковой сексуальностью.

Увеличение интервала между возрастом начала половой жизни и рождением первого ребенка, рост сексуальной активности подростков делают актуальной проблему подростковой контрацепции.

Основными задачами контрацепции у подростков являются:

- профилактика первого аборта и непланируемых первых родов;
- профилактика заболеваний, передающихся половым путем, ВИЧ-инфекции.

Для подростков приемлемы любые методы контрацепции, кроме стерилизации, однако каждый из них должен быть тщательно подобран. Подростковая контрацепция должна отвечать следующим требованиям:

- высокая эффективность;
- безопасность для здоровья (хорошая переносимость);
- обратимость;
- удобство в применении;
- доступность для приобретения;
- защита от ИППП и ВИЧ-инфекции.

Выбирая метод контрацепции, следует помнить, что поведение девочек-подростков отличается от поведения девушек более старших возрастных групп и имеет следующие особенности:

- нерегулярная половая жизнь;
- нерегулярные менструации (до 25%);
- недостаточное сексуальное образование;
- страх обнаружения средств контрацепции родителями или близкими;
- выбор контрацептива по «совету» друзей;
- высокий риск ИППП;
- наличие несколько половых партнеров.

Следовательно, психофизиологические и социальные особенности подростков диктуют необходимость особенно тщательного и индивидуального подбора контрацептивного средства.

На сегодняшний день существуют множество методов контрацепции. Исходя из свойств каждого метода, девушкам-подросткам рекомендованы следующие четыре метода контрацепции:

- барьерные (механические);
- спермицидные (химические)
- гормональные;
- методы экстренной контрацепции (ЭК).

Остановимся на каждом методе более подробно.



Барьерные методы контрацепции основаны на использовании средств, создающих механическое препятствие для проникновения сперматозоидов в канал шейки матки. В нашей стране этот метод представлен презервативами. Презерватив предохраняет не только от нежелательной беременности, но и от болезней, передающихся половым путем, а также является наиболее доступным для подростков методом. Основной недостаток — частый разрыв презерватива, что снижает контрацептивную эффективность этого метода контрацепции.

Спермицидные методы контрацепции основаны на использовании средств, губительно действующих на сперматозоиды: в их состав входит активный ингредиент, разрушающий клеточную мембрану сперматозоида в течение нескольких секунд. Спермицидные вещества выпускаются в виде кремов, геля, пены, свечей, таблеток, растворимых пленок. В составе большинства спермицидов активными компонентами являются ноноксинол-9 либо хлорид бензалкония, которые, кроме разрушающего действия на сперматозоиды, обладают бактерицидным, антисептическим и вирусоцидным действием.

При сочетанном применении спермицидов и барьерных методов контрацептивный эффект увеличивается. Преимуществом барьерных и спермицидных методов контрацепции также является возможность их использования при нерегулярной, эпизодической половой жизни, что важно для подростков.

Гормональная контрацепция является наиболее надежным методом обратимого предупреждения беременности практически со 100% эффективностью и поэтому занимает одно из ведущих мест в мире среди методов регулирования рождаемости. Наиболее распространёнными в применении среди подростков являются таблетированные комбинированные оральные контрацептивы (КОК). При этом юным девушкам не стоит делать выбор КОК основываясь только на информации в интернете или по совету подруги, а всегда обращаться к врачу, который будет учитывать состояние здоровья девушки, ее наследственность, интенсивность половой жизни и многое другое. Серьезным недостатком противозачаточных таблеток является то, что они не защищают партнеров от ИППП. Наиболее надежным принято называть «двойной голландский метод предохранения», когда одновременно с презервативом используются оральные контрацептивы, что позволяет наряду с высокой эффективностью обеспечивать защиту от ИППП.

Экстренная (срочная, аварийная) контрацепция (ЭК) необходима для предотвращения развития беременности после незащищенного полового акта (половой контакт без презерватива, спермицидов или гормональных контрацептивов) или при неправильном использовании этих средств (разрыв презерватива, введение спермицидов только после полового акта, в случае, когда девушка забыла принять одну или несколько противозачаточных таблеток). В некоторых ситуациях ЭК является единственным методом контрацепции и используется как чрезвычайная мера защиты не только от нежелательной беременности, но и от психической и физической травмы (изнасилование, принуждение к половому контакту). И безусловно ЭК является адекватной альтернативой аборту. Вместе с тем не стоит забывать, что любые таблетки для ЭК применяются только в экстренных случаях и не могут быть

использованы для регулярной контрацепции. После применения экстренного средства необходимо обратиться к врачу для подбора постоянных, надежных контрацептивов.

Таким образом, на сегодняшний день существует огромный выбор средств и методов контрацепции. При назначении метода контрацепции, необходим индивидуальный его подбор с учетом характера и степени ответственности подростка, интенсивности его половой жизни, поскольку правильно подобранная, своевременная контрацепция значительно увеличивает шансы на сохранение репродуктивного здоровья девушки-подростка, которая в будущем станет мамой.

Врач-акушер-гинеколог кабинета гинекологической помощи подросткам 4 женской консультации Шецкая Е.С.

Врач-акушер-гинеколог (заведующий 4 женской консультацией) Дегилёва И.Н.

ВЛИЯНИЕ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ НА ФОРМИРОВАНИЕ У ПОДРОСТКОВ ЦЕННОСТИ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ Аннотация.

В данной статье проанализированы социально-педагогические факторы и условия, влияющие на формирование ценностного отношения подростков к репродуктивному здоровью. Рассмотрены концепции сохранения и укрепления репродуктивного здоровья подростков в современной семье. Ключевые слова: подростки, ранние половые отношения, ценность, здоровье. E. Serdiuk THE INFLUENCE OF FAMILY EDUCATION ON FORMING OF THE VALUE OF REPRODUCTIVE HEALTH IN TEENAGE PERIOD Abstract. In this article social and pedagogical factors and conditions affecting the formation of the valuable attitude of teenagers towards reproductive health are analyzed. The concepts of preserving and strengthening of reproductive health of teenagers in a modern family are examined. Keywords: teenagers; early sexual relations; value; health. В настоящее время увеличивается возраст вступления молодых людей в брак, многие молодые семьи откладывают рождение детей. В то же время снижается возраст начала сексуальной жизни. В этих условиях крайне важно защитить репродуктивное здоровье молодёжи в период отложенной рождаемости с тем, чтобы сохранить репродуктивный потенциал населения Республики Беларусь в ближайшем и отдалённом будущем. Это означает, прежде всего, проведение работы по формированию ценностного отношения подростков к репродуктивному здоровью в семье [1, с.19]. Поэтому одним из критериев репродуктивного здоровья можно считать устойчивую мотивацию человека на создание прочной семьи и выработку у себя качеств хорошего семьянина. Уровень репродуктивного здоровья семьи и общества характеризует ответственность родителей и государства за воспитание и развитие детей, непосредственно влияет на демографическую обстановку в стране, на обеспечение воспроизводства и демографической безопасности государства и представляет собой обобщающий критерий, итог всего комплекса факторов, характеризующих состояние репродуктивного здоровья человека и общества [1, с. 56]. В современной семье все большее значение приобретает этико-психологический аспект отношений, повышаются требования супругов друг к другу, критерием семейного счастья и благополучия является рождение здорового ребенка. Результат единственной потребности и желания двух любящих друг друга людей – ребенок, он входит в мир, любимый родителями, как

самая большая ценность [2, с. 86]. В нашем исследовании мы придерживаемся мнения о том, что семья выполняет функции, которые во многом определяют сохранение и укрепление здоровья человека и общества. Семья наиболее полно выполняет репродуктивную функцию – рождение и воспитание детей. Родители приобщают своих детей к нравственным ценностям и нормам поведения, окружающему миру, жизни в обществе, взаимодействию с другими людьми, передают трудовые навыки. В семье решается досуговая функция, обеспечивающая гармоничное развитие человека, и сексуальная функция, обеспечивающая удовлетворение половой потребности супругов. Как показывают исследования, выявлена тенденция положительного влияния более высокого уровня образования родителей на обращаемость подростка за медицинской помощью, при отсутствии влияния материального положения и полноты семьи. Указанные особенности необходимо учитывать в организации профилактической работы, формируя группы целевого консультирования. Необходимо отметить, что уровень половой культуры подростков играет важнейшую роль в формировании ценностного отношения к репродуктивному здоровью. Анализ статистических данных и опросов молодежи свидетельствует о том, что образ человека, способного создать благополучную семью и стать хорошим семьянином, теряет свою привлекательность в молодежной среде. Падает значимость самой ценности счастливой семейной жизни и брака. Среди молодежи заметно увеличивается доля тех, кто не считает для себя необходимым при создании будущей семьи юридически оформлять свои отношения. Сообразно с этим, половое воспитание объединяет целый комплекс нравственных ценностей, идеалов, отношений человека к другому человеку, самому себе, окружающему миру. Оно усиливает внимание к понятиям "любовь", "брак", "семья", развивает чувство ответственности в отношениях и является своего рода внутренним регулятором деятельности подрастающего человека и определяет его поведение [3, с. 63]. Необходимо отметить, что половое воспитание в семье не должно ограничиваться только информацией о возможной беременности, противозачаточных средствах и профилактике ИППП. Задача родителей – привить понятия дружба и любовь, сформировать у подростка положительное отношение к браку и семье. И тогда понятие половых отношений будет ассоциироваться с браком и истинным, настоящим влечением, приносящим радость и

удовлетворение в семейной жизни. Исследование мнения подростков г. Минска, показало следующие результаты. Большинство респондентов (60 %) считают, что репродуктивное здоровье – это способность человека зачать и родить здорового ребенка, 30 % опрошенных считают репродуктивным здоровьем 288 здоровье организма и отсутствие болезней, и лишь немногие затруднились ответить. На вопрос об определении важнейших составляющих репродуктивного здоровья, данные распределились следующим образом: 38 % респондентов считают основным условием сохранение репродуктивного здоровья соблюдение здорового образа жизни, 25 % считают важнейшей составляющей отказ от вредных привычек, 16 % отметили занятия спортом, как один из важнейших элементов, 14 % правильное питание и 7 % затруднились ответить. Вызывает тревогу тот факт, что никто из испытуемых не выделил отказ от ранних половых отношений условием сохранения репродуктивного здоровья. Современные подростки считают, что формировать правильное отношение к своему здоровью необходимо начинать: 60 % опрошенных указали возраст 12 лет; 20 % – с 11 лет; 15 % – с 10 лет; 5 % – с 8 лет; Также, 85 % опрошенных подростков ответили «нет» на вопрос: проводятся ли в школе беседы, где можно узнать об особенностях своего организма, взаимоотношений между полами и репродуктивном здоровье и лишь 15 % ответили положительно. Исследование вопроса о том, что, по мнению подростков, играет важнейшую роль в формировании ценностного отношения к репродуктивному здоровью, имеет следующие характеристики: 36 % испытуемых считают важнейшим элементом воспитание (школа, родители), 23 % респондентов отметили ориентацию на здоровый образ жизни, 15 % выделили СМИ и 26 % считают важнейшей группой сверстников (друзья). Полученные данные свидетельствуют о том, что уровень сформированности ценностного отношения подростков к сохранению и укреплению репродуктивного здоровья в большинстве характеризуется как средний и высокий, однако большая группа подростков требует социально-педагогического сопровождения и специально организованной социально-педагогической работы по привлечению внимания подростков к необходимости сохранения и укрепления здоровья. В качестве основных направлений работы в сфере сохранения и укрепления репродуктивного здоровья подростков необходимо выделить следующие: предупреждение ранних половых отношений, предупреждение заболеваний передающихся половым

путем; предупреждение ранней беременности; усиление роли семьи в сохранении репродуктивного здоровья подростков посредством повышения информированности родителей в вопросах здоровья и полового созревания детей; улучшение просветительской работы в учебных учреждениях; использование эффективных методик по формированию ценностного отношения к репродуктивному здоровью. В целях формирования ценностного отношения к репродуктивному здоровью необходимо: направить внимание школьников на ценность репродуктивного здоровья; сформировать необходимые знания и значимость ценности репродуктивного здоровья, то есть обогатить индивидуальное сознание комплексом ценностных представлений, показать роль репродуктивного здоровья в системе ценностей. В заключении необходимо отметить, что формирование ценностного отношения подростков к репродуктивному здоровью как один из аспектов социального воспитания представляет собой процесс планомерного создания педагогических условий для целенаправленного позитивного развития личности с направленностью на сохранение и укрепление репродуктивного здоровья.

Профилактика инфекций, передающихся половым путем

ЧТО ТАКОЕ ИНФЕКЦИИ, ПЕРЕДАВАЕМЫЕ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ?

ИППП – это заболевания, передающиеся преимущественно во время полового акта от одного инфицированного партнера другому.

В настоящее время известно более 30 ИППП. Наиболее часто встречающиеся из них : сифилис, гонорея, трихомониаз, хламидиоз, микоплазмоз, кандидоз, папилломовирусная инфекция, генитальный герпес, гепатит В, СПИД и др.

Как передаются ИППП?

заразиться можно:

- при сексуальном контакте (не только при половом, но и при оральном, анальном)
 - при контакте с зараженной кровью (например, ВИЧ/СПИД, гепатит В и С)
 - редко – бытовым путем.
-

В чем особенность инфекций, передающихся половым путем?

если они не лечатся или лечатся неправильно:

- переходят в хроническую, скрытую форму;
 - вызывают необратимую утрату здоровья, как, например, бесплодие;
 - во время беременности могут передаться еще не родившемуся ребенку или младенец может заразиться во время родов.
-

Кто может заразиться ИППП?

Заразиться ИППП может каждый активный в половом отношении человек.

ИППП заражаются мужчины и женщины независимо от возраста, места жительства, этнической принадлежности и доходов.

Почему подростков называют группой риска заражения ИППП?

- часто рано начинают половую жизнь,
- меняют половых партнеров, вступают в сексуальные контакты с малознакомыми лицами, подвергая себя значительному риску инфицирования
- рано начинают употреблять алкоголь, наркотики и другие одурманивающие и веселящие вещества, что способствует легкой смене половых партнеров
- не знают многих вопросов профилактики ИППП, а иногда – не хотят знать

- не имеют достаточно денег, чтобы купить средства предохранения от нежелательных ИППП
 - существует ряд физиологических особенностей юного поколения, способствующих большей вероятности заражения.
-

Женщины и мужчины... Кто больше рискует?

Анатомия женщины изначально повышает риск получения ИППП по сравнению с мужчиной.

У женщин, менее вероятно, будут выраженные симптомы инфекций.

Женщины имеют больше шансов перепутать симптомы ИППП с чем-то еще.

Женщины часто не могут видеть проявления заболевания так же легко как мужчины.

ИППП могут привести к серьезным осложнениям и затронуть будущие репродуктивные планы женщины.

Беременная женщина может передать ИППП младенцу.

Вирус папилломы человека (ВПЧ) является довольно распространенной передающейся половым путем инфекцией у женщин, и может быть главной причиной рака шейки матки.

хорошие новости

Женщины, как правило, обращаются к гинекологу чаще, чем мужчины к урологу.

Существующая вакцина для профилактики ВПЧ и доступное лечение других ИППП могут предотвратить серьезные медицинские последствия

На сегодняшний день существует много информационных ресурсов, доступных женщинам, чтобы узнать больше о мерах, которые они могут предпринять, чтобы защитить себя от ИППП

КАКИЕ СИМПТОМЫ СОПРОВОЖДАЮТ ИППП?

Как правило, к наиболее часто встречающимся симптомам у мужчин относятся:

- неприятные ощущения (дискомфорт) в мочеиспускательном канале;
 - рези, жжение, боль при мочеиспускании;
 - периодически возникающее учащенное мочеиспускание;
 - появление выделений из мочеиспускательного канала (они могут быть как прозрачными, так и гнойными);
 - язвочки, пузырьки или бородавки на половых органах, коже промежности или на других участках.
 - увеличение лимфоузлов.
-

У женщин:

- могут появиться неприятные ощущения (жжение, рези, болезненность) при мочеиспускании, учащенное мочеиспускание;
 - изменяется характер выделений из влагалища и их количество (они могут приобретать неприятный запах);
 - язвочки или другие высыпания в области наружных половых органов, промежности или на других участках кожных покровов;
 - болезненность во время полового акта;
 - боль в нижней части живота;
 - увеличение лимфоузлов.
-

О чем следует помнить?

после полового контакта может не появиться никаких симптомов

большинство женщин и мужчин, заразившихся ИППП вообще не чувствуют никаких изменений из-за того, что их нет или они могут быть в таком месте, где их нельзя увидеть или почувствовать

Система оказания медицинской помощи больным с ИППП



Излечимы ли ИППП?

Бактериальные инфекции – да

Вирусные – смягчение течения, профилактика рецидивов

Проблемы, связанные с заболеваниями передаваемыми половым путем

ИППП являются причинами серьезных осложнений:

- восходящие воспалительные процессы, вызывающие внематочную беременность,
- неблагоприятные исходы беременности,
- бесплодие,
- онкологические заболевания половых органов у женщин,
- снижение потенции, вплоть до импотенции у мужчин.

Наличие ИППП у человека многократно повышает риск заражения ВИЧ-инфекций.

Самым тяжелым заболеванием считается сифилис – поражение нервной системы, внутренних органов, негативное влияние на генофонд и др.

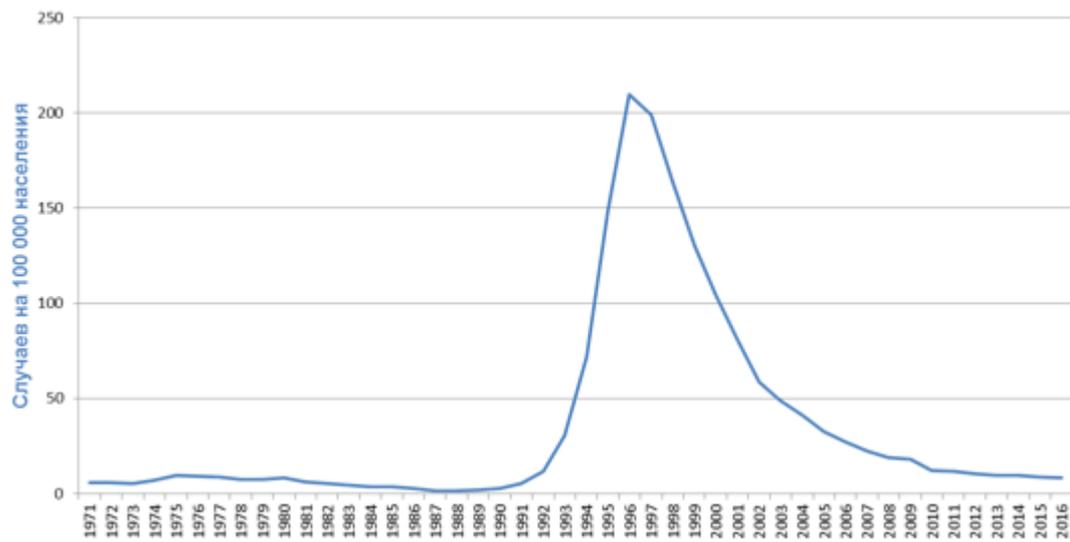
В течение 20 лет (1990-2010 гг.) в Республике Беларусь сифилисом переболели 147 328 человек.

Пик заболеваемости – 1996 г. (21616 новых случаев заболеваний сифилисом).

Несмотря на ежегодное снижение заболеваемости число новых случаев сифилиса остается высоким:

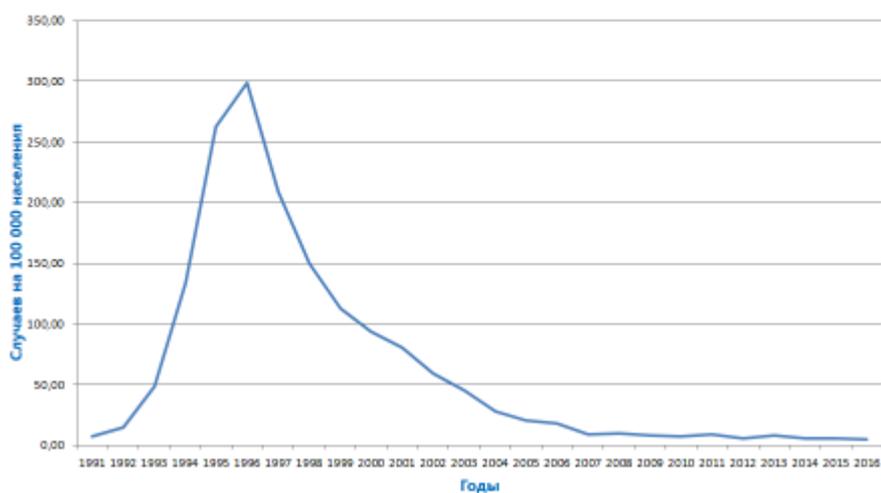
РБ	МИНСК	МИНСК		
в 2006 г. – 2635 (-17,1%),	315	2012	99	
в 2007 г. – 2180 (-17%), 148	158	2013		
в 2008 г. - 1841 (-15,6%), 114	177	2014		
в 2009 г. – 1709 (-5,3%), 105	152	2015		
в 2010 г. – 1136 (-33,3%) 95	132	2016		
В 2011 г. – 1111 88	163	2017		
		2018	65	
		2019	70	

Заболеваемость сифилисом в Республике Беларусь с 1971 по 2016 годы

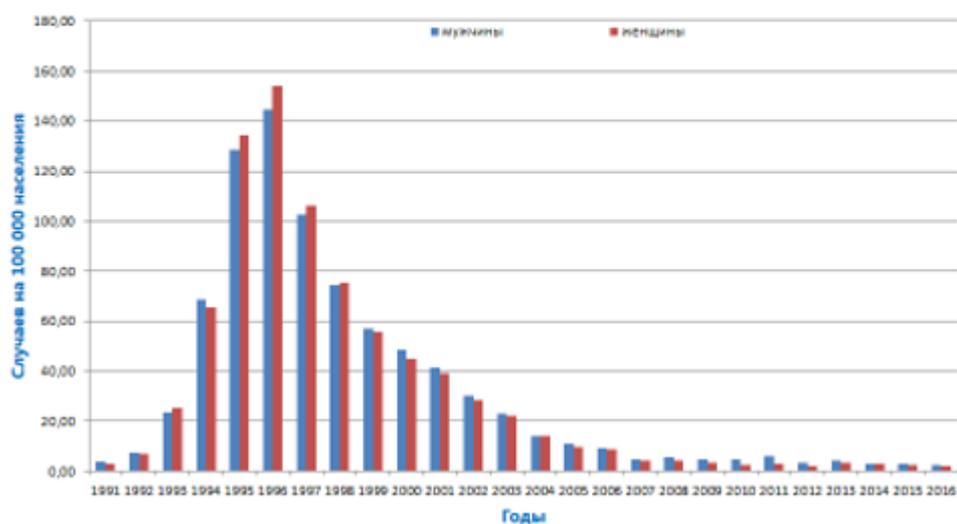


Заболееаемость ранними и поздними формами сифилиса

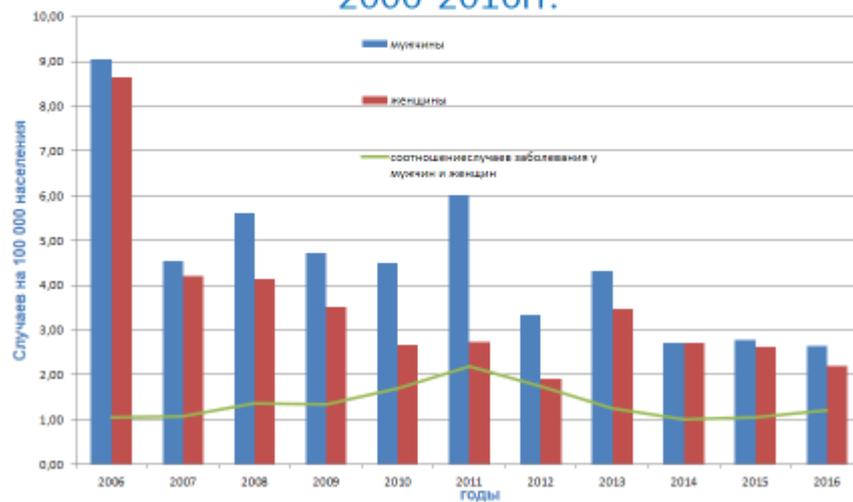
Заболееаемость сифилисом населения г.Минска за период 1991-2016 годы



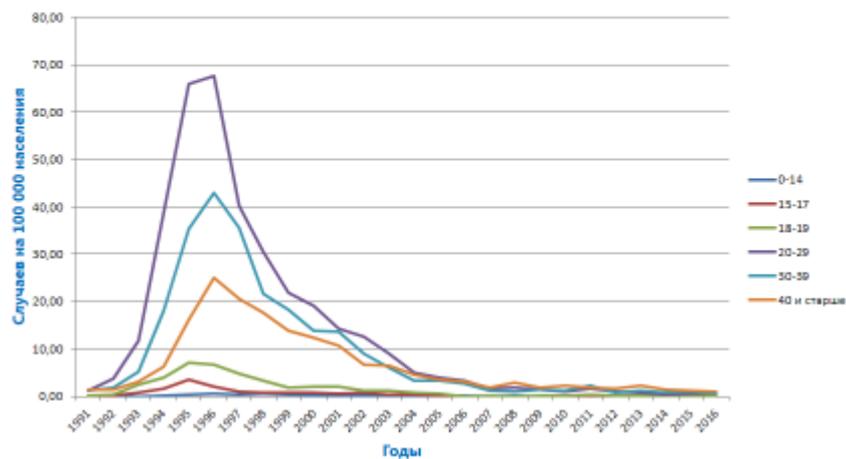
Заболееаемость сифилисом в зависимости от пола в г. Минске в 1991-2016гг.



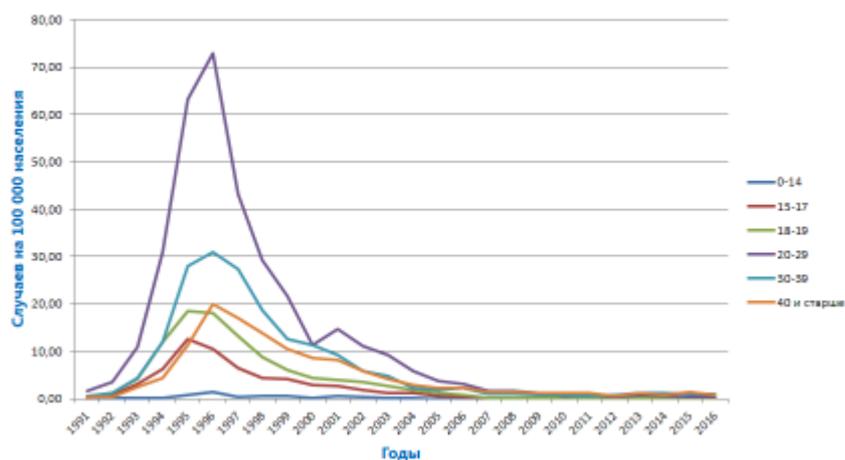
Заблеваемость сифилисом в зависимости от пола и соотношение мужчин и женщин среди зарегистрированных случаев в г. Минске в 2006-2016гг.



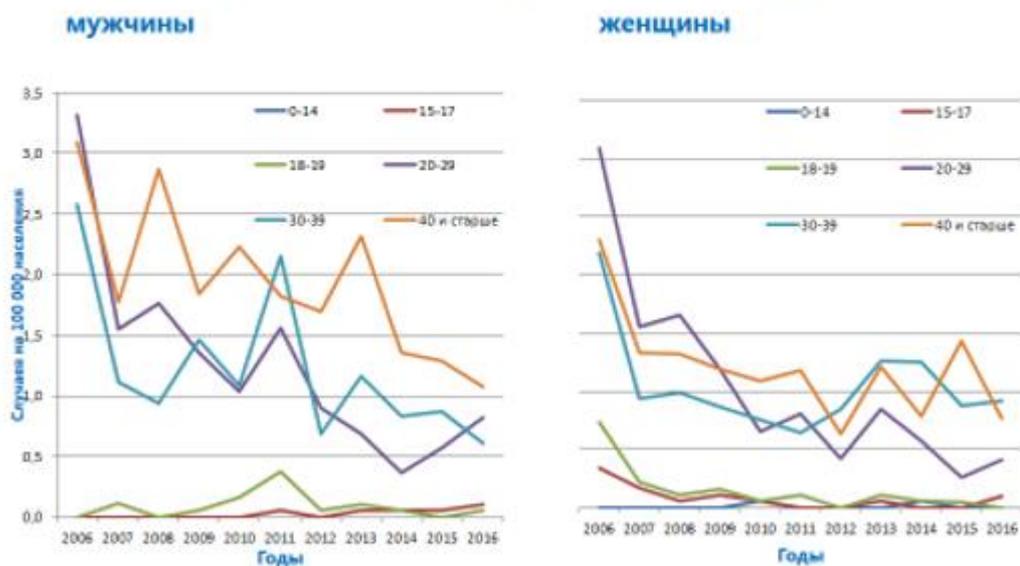
Заблеваемость сифилисом среди мужчин по возрастным группам



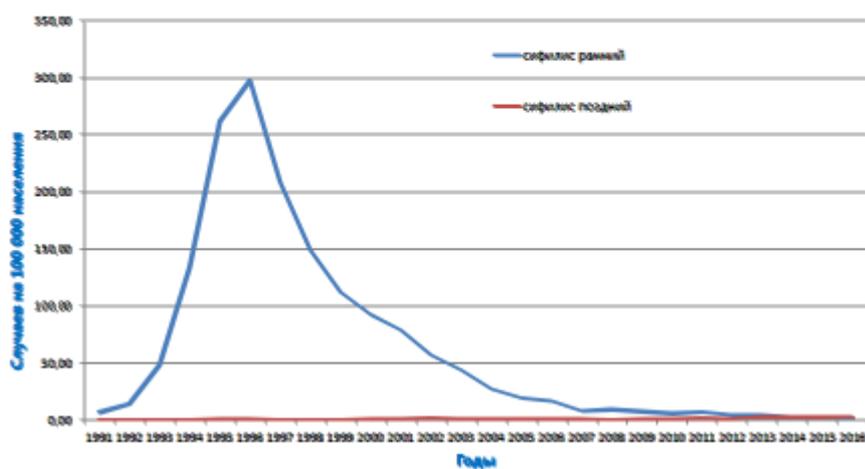
Заблеваемость сифилисом среди женщин по возрастным группам



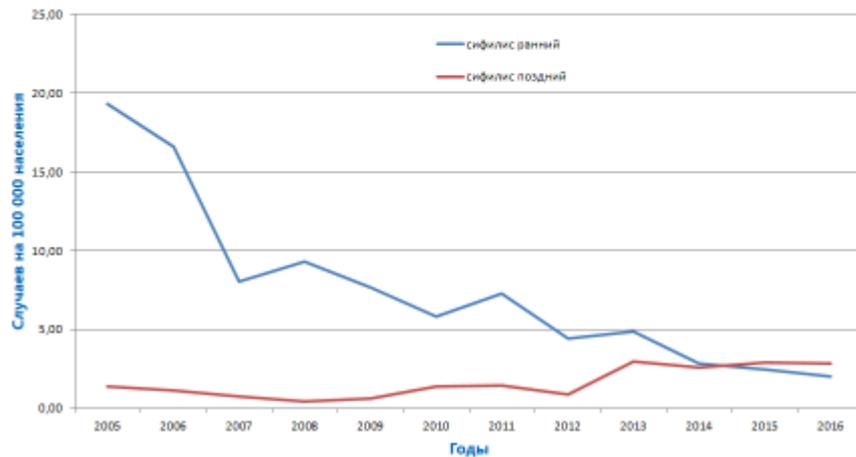
Заболееаемость сифилисом среди женщин и мужчин по возрастным группам



Заболееаемость ранними и поздними формами сифилиса



Заболееваемость ранними и поздними формами сифилиса



Выводы:

заболеваемость сифилисом снижается,- относительное эпидемиологическое благополучие сохраняется

Снижение заболеваемости сифилисом сопровождается изменениями в структуре клинических форм в сторону увеличения числа скрытых форм

- несвоевременное выявление и лечение больных сифилисом может приводить к развитию тяжелых форм заболевания, приводящих в дальнейшем к инвалидизации пациента

Не леченные ИППП могут иметь критические последствия для репродуктивного, материнского здоровья и для здоровья новорожденного. ИППП главная предотвращаемая причина бесплодия, особенно у женщин.

07 июня 2016 года . ВОЗ подтвердила элиминацию передачи ВИЧ-инфекции и сифилиса от матери ребенку в Армении, Беларуси и Республике Молдова

В ходе церемонии, состоявшейся в НьюЙорке, министрам здравоохранения этих трех европейских стран, участвующим в совещании высокого уровня по прекращению эпидемии СПИДа Генеральной Ассамблеи ООН, были вручены подтверждающие элиминацию сертификаты.

Задачи учреждений здравоохранения и санэпидслужбы по профилактике ИППП

Наиболее важными в организации профилактики и борьбы с ИППП являются следующие направления работы:

Первичная профилактика ИППП - это проведение научно обоснованных мероприятий, направленных на изменение моделей поведения и предотвращение заражения ИППП. Эта форма работы является наиболее массовой и в большинстве своем основана на общественной профилактике. В то

же время важным элементом первичной профилактики является индивидуальная (личная) профилактика.

К первичной профилактике ИППП относится, в первую очередь, медицинское просвещение, направленное на информирование населения об ИППП и их последствиях и формирование безопасного сексуального поведения.

Среди других форм необходимо отметить выпуск и распространение среди населения печатной продукции – памяток, буклетов, санитарных бюллетеней, выступления с лекциями, беседами, проведение «круглых столов», викторин, акций, разработка видеороликов, размещение информации на сайтах организаций и локальных компьютерных сетях и др.

Программы первичной профилактики должны включать не только мероприятия, проводимые медицинскими работниками. Наоборот, медработники должны выступать в роли источника достоверной научной информации об ИППП и проводить обучение лиц, которые могут в дальнейшем выступать распространителями достоверных сведений об ИППП. В качестве обучаемых в первую очередь должны выступать преподаватели учебных заведений, представители молодежных организаций и журналисты.

Вторичная профилактика ИППП – это проведение мероприятий среди лиц с диагностированными ИППП в целях снижения вероятности передачи инфекции партнерам во время заразного периода при половом контакте или через общие предметы, а также снижения риска повторного заражения. Вторичная профилактика основана на консультировании этих лиц, проведении разъяснительных бесед, чтении лекций, издании брошюр, памяток, буклетов, санитарных бюллетеней в целях активного информирования пациентов и изменения их поведения на более безопасное.

Информирование и консультирование может улучшать способность людей распознавать симптомы ИППП и повышать вероятность того, что они обратятся за медицинской помощью или будут рекомендовать это своим сексуальным партнерам.

ВЛИЯНИЕ СЕМЬИ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ РЕБЕНКА

Влияние семьи на эмоциональное состояние ребенка казалось бы, очевидным, что семейное и общественное воспитание напрямую влияет на становление и развитие ребенка. Но часто мы не уделяем этому особого внимания, допуская большую ошибку. В жизни каждого человека семья занимает особое место. В ней ребенок растет, и с первых лет своей жизни он усваивает нормы человеческих отношений, впитывая из семьи и добро, и зло, все, чем характерна его семья. Повзрослев, дети повторяют в своей семье все то, что было в семье его родителей. Одним из основных условий является то, что семья обеспечивает чувство защищенности, что обеспечивает ему безопасность при взаимодействии с внешним миром. Дети приобретают уверенность в своих силах, уходят страх и волнение. Также важную роль играют модели родительского поведения. Дети зачастую копируют поведение других людей, особенно тех, кто находится с ними в близком контакте. Отчасти это сознательная попытка вести себя так же, как ведут себя другие, отчасти это неосознанная имитация, являющаяся одним из аспектов идентификации с другим. Семья играет важную роль в приобретении ребенком жизненного опыта. То, насколько родители обеспечивают ребенку возможность заниматься в библиотеках, посещать музеи, отдыхать на природе, зависит запас детских знаний. Также очень важно много беседовать с детьми. Те дети, у которых большой жизненный опыт, будут лучше других детей адаптироваться в новой обстановке и положительно реагировать на происходящие вокруг перемены. Таким образом, можно утверждать, что положительное отношение родителей к познавательному развитию ребенка, поддержка его познавательной и творческой активности, поощрение познавательной деятельности и признание успехов ребенка помогает развивать свои интеллектуальные и творческие способности. Семья выступает важным фактором в формировании дисциплины и поведения у ребенка. Родители влияют на поведение ребенка, поощряя или осуждая определенные типы поведения, а также применяя наказания

или допуская приемлемую для себя степень свободы в поведении. Ребенок учится у родителей тому, что ему следует делать, как вести себя. Общение в семье влияет на формирование мировоззрения ребенка, что позволяет ему вырабатывать собственные нормы, взгляды, идеи. Развитие ребенка будет зависеть от того, насколько хорошие условия для общения предоставлены ему в семье; развитие также зависит от четкости и ясности общения в семье. Для ребенка семья – это оберег, кладовая знаний и трамплин во взрослую жизнь. Именно в семье ребенок получает азы знаний об окружающем мире, а при высоком культурном и образовательном потенциале родителей – продолжает получать не только азы, но и саму культуру всю жизнь. Семья – это определенный моральнопсихологический климат, для ребенка – это первая школа отношений с людьми. Семейное воспитание имеет широкий временной диапазон воздействия: оно продолжается всю жизнь человека, происходит в любое время суток, в любое время года. Также семья может таить в себе определенные сложности, противоречия и недостатки воспитательного воздействия. Наиболее распространенными негативными факторами семейного воспитания, которые приходится учитывать в воспитательном процессе, являются:

- неадекватное воздействие факторов материального порядка, избыток или недостаток вещей, приоритет материального благополучия над духовными потребностями растущего человека, дисгармония материальных потребностей и возможностей их удовлетворения, избалованность и изнеженность, безнравственность и противоположность семейной экономики;
- бездуховность родителей, отсутствие стремления духовного развития детей;
- авторитаризм либо «либерализм», безнаказанность и всепрощенчество;
- безнравственность, наличие аморального стиля и тона отношений в семье;
- отсутствие нормального психологического климата в семье;
- фанатизм в любых его проявлениях;
- безграмотность в педагогическом отношении;
- противоправное поведение взрослых.

Исходя из специфики семьи как персональной среды развития личности ребенка, должна быть выстроена система принципов семейного воспитания:

- дети должны расти и воспитываться в атмосфере доброжелательности, любви и счастья;
- родители должны понять и принять своего ребенка таким, каков он есть, и способствовать развитию в нем лучшего;
- воспитательные воздействия должны строиться с учетом возрастных, половых и индивидуальных особенностей;
- диалектическое единство

искреннего, глубокого уважения к личности и высокой требовательности к ней должно быть положено в основу семейного воспитания; • личность самих родителей — идеальная модель для подражания детей; • воспитание должно строиться с опорой на положительное в растущем человеке; • все виды деятельности, организуемые в семье с целью развития ребенка, должны быть построены на игре; • оптимизм — основа стиля и тона общения с детьми в семье. Эти принципы могут быть расширены и дополнены, но главное, чтобы они обязательно были.