

Сохранение репродуктивного здоровья у подростков



Охрана репродуктивного здоровья подростков чрезвычайно важна. От их репродуктивного потенциала зависит здоровье нации в целом, улучшение демографической ситуации. Под репродуктивным потенциалом принято понимать возможность человека при вступлении в детородный возраст воспроизвести здоровое потомство.

Подростковый возраст характеризуется уникальными физиологическими изменениями организма, когда интенсивно протекают процессы роста и развития и, что особенно важно, происходит психологическое, нравственное и социальное становление личности.

Патологическое течение этого периода в дальнейшем может оказывать неблагоприятное влияние на репродуктивную функцию женщины, во многом зависящую от состояния её здоровья в детском и подростковом возрасте.

Советы подросткам:

- ! Очень важно с самого раннего возраста привыкать соблюдать необходимые гигиенические навыки, особенно с началом менструаций у девочек (в эти дни половые органы особенно восприимчивы к инфекции в связи с некоторым снижением защитных сил организма). Пренебрежение правилами личной гигиены чревато внедрением инфекции сначала в наружные половые органы, а при длительном течении инфекция может вызывать воспаления внутренних половых органов.
- ! Курение, алкоголь, токсические вещества и наркотики наносят организму подростка существенно больший вред, чем организму взрослого.
- ! Поскольку гормоны, необходимые для правильной регуляции полового созревания и становления менструальной функции вырабатываются в период ночного сна, для подростков важно достаточное количество сна, особенно в период психо-эмоциональных нагрузок, например, во время школьных экзаменов.
- ! Каждая девочка должна знать, что с момента появления у неё первой менструации, она уже способна забеременеть даже при однократном половом контакте. В этой связи она должна чётко контролировать регулярность своего менструального цикла, особенно если решила начать половую жизнь – вести менструальный календарь.

- ! В подростковом возрасте проявляется уже истинное половое любопытство в связи с пониманием детородной функции мужчины и женщины, подразумевающей особые, специфические взаимоотношения между полами. Способность осознать себя носителем определённого пола лежит в основе формирования полового поведения подростка. Выраженность полового влечения у представителей мужского и женского пола одинакова, проявления же его специфичны. У девушки, например, характерными поведенческими реакциями, связанными с половым влечением, являются кокетство, в основе которого лежит побуждение привлечь к себе внимание, застенчивость, стыдливость, ярко выраженная потребность нравиться, хорошо выглядеть. Юноша обычно испытывает желание понравиться конкретной девушке, а не вообще всем, и имеет при этом конкретную цель.
- ! Раннее начало половой жизни, плохая осведомлённость о методах и средствах контрацепции, а так же, крайне недостаточное их использование, увеличивают риск наступления непланируемой беременности, аборт и родов у подростков. Одним из факторов, влияющих на состояние репродуктивной функции, является предупреждение нежелательной беременности.
- ! Раннее начало половой жизни, конечно, нежелательно, но, если это уже случилось, важно, чтобы не возникло последствий. Девушка, начавшая половую жизнь, должна отчётливо представлять, что у неё может наступить беременность. Готова ли она к этому? Хочет ли выносить и родить ребёнка? Эти вопросы следует решить для себя ещё до начала близости. Беременность в подростковом возрасте часто нежелательна. Прежде всего, беременность у подростков создает более высокий риск для здоровья девушки. С одной стороны, это нелегкое испытание для молодой мамы, с другой – для ее ребенка, который может родиться более слабым, чем у взрослой женщины. А прерывание беременности в молодом возрасте может привести к тяжелым последствиям для здоровья с последующим развитием бесплодия. Как правило, девушки, начавшие половую жизнь, не обращаются к врачу за советом, а получают информацию от знакомых, подруг, из случайных разговоров. Только врач может дать правильный совет и подобрать нужный метод контрацепции.
- ! **Инфекции, передаваемые половым путём, часто являются причиной бесплодия у мужчин и женщин.**

Для того, чтобы родительство было ответственным, чтобы на свет появлялись желанные и здоровые дети, каждый современный человек должен знать, как сохранить своё репродуктивное здоровье.



Министерство здравоохранения
Калининградской области
ГБУЗ «Центр медицинской профилактики
и реабилитации Калининградской области»

