# ***Неделя ответственного отношения к репродуктивному здоровью и здоровой беременности***

***Проводится с 20-26 февраля 2023 года***



**Информация адресована старшеклассникам и их родителям**

Забота о репродуктивном здоровье девочки начинается с рождения. Очень важный возрастной период - подростковый (11-12 лет), когда необходимо особо беречь девочку от инфекционных, в первую очередь вирусных заболеваний. Важно ликвидировать все очаги инфекции в организме, в первую очередь кариес и хронические воспаления миндалин - тонзиллит. Своевременное выявление и лечение хронических заболеваний внутренних органов - непременное условие оптимального развития организма, в том числе и репродуктивной функции.

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

  Курение и беременность - понятия не совместимые, однако статистика ужасает: около 22% женщин продолжают курить во время беременности, а 8,4% из них выкуривают больше 10 сигарет в день. И это при том, что всем давно известно о вреде курения во время беременности и его губительном влиянии на здоровье будущего ребенка.

Курящие матери подвергаются повышенному риску возникновения осложнений:
  отслойки плаценты, самопроизвольных абортов,
  мертворождения,
  преждевременных родов
  врожденных аномалий и др.

Никотин, угарный газ, бензапирен и другие продукты горения сигарет, попадая в организм беременной женщины проникают сквозь плаценту к ребенку. Причем концентрация всех этих веществ в организме плода гораздо выше, чем в крови матери! От никотина происходит спазм сосудов плаценты, и у ребенка возникает кислородное голодание. После рождения дети женщин, куривших во время или после беременности, чаще подвергаются риску синдрома внезапной детской смерти.

**Советы подросткам:**

* Очень важно с самого раннего возраста привыкать соблюдать необходимые гигиенические навыки. 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 человека, так как они являются гонадотоксичными факторами, т.е. факторами, повреждающими половые органы, в первую очередь - половые клетки.
* Поскольку гормоны, необходимые для правильной регуляции полового созревания вырабатываются в период ночного сна, для подростков важно достаточное количество сна, особенно в период психо-эмоциональных нагрузок, например во время экзаменов.
* Раннее начало половой жизни, конечно, нежелательно, но если это уже случилось, важно, чтобы не возникло последствий. Девушка, начавшая половую жизнь, должна отчетливо 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 её ребёнка, 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.

**Дорогие девушки! Берегите себя, своё здоровье.**

**Помните, от женского здоровья во многом зависит будущее потомство.**

