



УПРАВЛЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ  
ГУЗОТ «ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ»

## ЛЕКЦИОННЫЙ МАТЕРИАЛ

### «Репродуктивное здоровье женщин. Профилактика аборт»



Липецк 2017

СОГЛАСОВАНО

Главный специалист по  
репродуктивному здоровью  
управления здравоохранения  
Липецкой области

\_\_\_\_\_ О.В. Телегина

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2017 г.

СОГЛАСОВАНО

Главный специалист  
по профилактической медицине  
управления здравоохранения  
Липецкой области

\_\_\_\_\_ В. П. Кострова

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2017 г.

Здоровье каждой женщины находится в ее собственных руках. Конечно же, одной из важнейших составляющих физического состояния женщины является репродуктивность, которой женщина должна уделять необходимое внимание, так как призвание любой женщины, прежде всего, это рождение детей.

Репродуктивное здоровье является возможностью вести безопасную и удовлетворенную сексуальную жизнь, способностью к деторождению, а также самостоятельной возможностью решать, как часто и когда это делать.

Основы репродуктивного здоровья в нас закладывают еще в раннем возрасте, и здоровье будущей мамы формируют почти с пеленок. Именно поэтому необходимо с особой внимательностью следить за здоровьем и физическим состоянием девочек. Именно невнимательность часто становится причиной того, что девочки в детском саду или же подростковым возрасте часто страдают от вроде незначительных болезней мочеполовой системы. Но как раз такие вот неприметные расстройства здоровья могут вызвать серьезные нарушения половой системы в репродуктивном возрасте, стать причиной осложнений во время беременности и родов, поэтому подобные заболевания необходимо и важно определить и заметить вовремя.

По определению ВОЗ, **репродуктивное здоровье** – это состояние полного физического, умственного и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или недугов во всех сферах, касающихся репродуктивной системы, её функций и процессов.

Охрана репродуктивного здоровья охватывает репродуктивные процессы, функции и систему на всех этапах жизни. Поэтому, охрана репродуктивного здоровья направлена на обеспечение того, чтобы люди могли вести ответственную, приносящую удовлетворение и безопасную сексуальную жизнь, а также могли сохранять способность деторождения и иметь возможность выбора в отношении того, иметь ли детей, когда и в каком количестве.

Улучшение репродуктивного здоровья нации – одна из важнейших задач государства в области социальной политики, в связи, с чем в концепции долгосрочного социально-экономического развития РФ на период до 2020 года вопросы охраны репродуктивного здоровья населения занимают значительное место. Сохранение и восстановление репродуктивного здоровья выступает важнейшей экономической задачей государственного значения, благополучное решение которой определяет возможность воспроизводства вида и сохранение генофонда.

## **Факторы, влияющие на репродуктивное здоровье женщин**

**Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье женщины, многочисленны:**

- инфекции, передающиеся половым путем;
- вредные привычки (курение, алкоголь, наркотики);
- хронические заболевания;
- аборты;
- контрацепция.

**Инфекции, передающиеся половым путем.** значимой проблемой являются инфекции, передающиеся половым путем. В настоящее время их насчитывается около

30, и большинство из них отрицательно влияет на репродуктивную функцию: ряд инфекций вызывает развитие воспалительных процессов в половой сфере, образование спаек, затрудняющих нормальное движение половых клеток, нормальное течение и вынашивание беременности. Некоторые инфекции, особенно при заражении во время беременности, способствуют развитию тяжелых пороков и уродств плода. Такие заболевания, как СПИД, гепатиты В, С, также могут передаваться половым путем. Они угрожают не только репродуктивному здоровью человека, но и его жизни. Одним из способов предохранения от этих инфекций является защищенный секс.

При выявлении ИППП, которые могут вызывать жалобы (боль, выделения из половых путей, резь при мочеиспускании и т.д.) или протекать бессимптомно и обнаруживаться случайно, необходимо пройти полный курс терапии, назначенный лечащим врачом. Следует знать, что досрочное прекращение приема прописанных лекарственных средств может способствовать переходу инфекции в хроническую форму, формированию инфекции, устойчивой к воздействию самых сильных препаратов, затруднению выздоровления и предотвращения осложнений болезни.

**Вредные привычки (курение, алкоголь, наркотики).** Курение, алкоголь, наркотики способствуют возникновению стойкой и трудноизлечимой зависимости.

Нанося существенный урон общему состоянию здоровья человека, курение, алкоголь и наркотики наносят сокрушительный удар и по репродуктивной функции. Наличие этих вредных привычек способствует развитию импотенции, несовместимо с нормальным течением беременности, вызывает задержку внутриутробного развития плода, формирование тяжелых пороков развития, наличие наркотической зависимости у новорожденного, умственную отсталость, серьезные нарушения психического и физического развития у ребенка. Лечить любую из сформированных зависимостей (от никотина, алкоголя, наркотических средств) чрезвычайно сложно.

**Хронические заболевания.** К сожалению, здоровье современного человека подвергается серьезным испытаниям на прочность:

- неблагоприятная экологическая обстановка;
- малоподвижный образ жизни;
- широкое распространение вредных привычек;
- хронические стрессы;
- депрессии, часто приводят к развитию различных хронических заболеваний.

Общее состояние здоровья человека, дисбаланс, вызываемый хронической патологией, в работе основных регулирующих систем организма - нервной, эндокринной - разумеется, сказывается и на репродуктивной функции. Поэтому при наличии хронических заболеваний необходимо постоянное наблюдение у специалиста, выполнение его рекомендаций, регулярное прохождение курсов лечения или профилактики обострений, компенсация основного заболевания.

**Хирургические операции.** Наличие в прошлом хирургических вмешательств, особенно на органах брюшной полости и малого таза, также может оказать отрицательное влияние на репродуктивную функцию. Наиболее частой в молодом возрасте является операция по поводу острого аппендицита. Воспаление - самое распространенное осложнение хирургических операций, как последствия воспалительных процессов образуются спайки, являющиеся одной из причин бесплодия.

## Аборты: вред и профилактика

Вред от прерывания беременности поистине всеокрушающий! Организм женщины испытывает шок, так как все органы и системы, настроившиеся на развитие эмбриона, после его удаления испытывают "растерянность".

Всем известно, что при наступлении беременности, одновременно начинается и полная перестройка организма, особенно это касается нервной и гормональной систем. При резком прерывании беременности в этих системах наблюдается сбой нервного и гормонального плана, что не может пройти незаметно для всего организма в целом. В первую очередь, это сказывается на менструальном цикле и на работе яичников. Но, помимо самих яичников, происходят нарушения в работе всего организма:

- нарушение работы щитовидной железы;
- нарушение работы надпочечников;
- нарушение работы гипофиза;
- дисбаланс гормональной системы;
- дисбаланс иммунной системы;
- нарушение почечно-печеночной функций;
- нарушение регуляции артериального давления;
- появляется раздражительность;
- ухудшается сон;
- повышается утомляемость.

То есть возникает "идеальное состояние" для проникновения любой инфекции, провоцирующей развитие инфекционных и воспалительных заболеваний. Результатом воспаления придатков матки чаще всего становится непроходимость маточных труб. В такой ситуации женщина не застрахована от внематочной беременности или бесплодия. Нарушение функции яичников вследствие аборта может стать хроническим и так же привести к бесплодию.

Помимо этого, слепое выскабливание слизистой матки при медицинском аборте часто приводит к микротравмам (возникают истонченные участки, недостаточно насыщаемые кровью, образуются рубцы). Все эти изменения нарушают нормальное питание зародыша во время последующей беременности. Отсюда пороки развития, выкидыши или преждевременные роды.

В израненных стенках матки очень быстро могут распространиться микробы, тем более, что кровь является для них отличной питательной средой. Именно по этой причине, после перенесенного аборта, можно ожидать появления инфекционных заболеваний, в частности эндометрита. А, в случаях, когда аборт производился в домашних условиях, можно ожидать и сепсис, который представляет реальную угрозу жизни женщины.

Но если заражение крови наступает в редких случаях, то эндометритом заканчивается практически сто процентов абортов. Усугубляет воспалительный процесс в матке ее плохая сокращаемость и ранний спазм ее шейки, что приводит к застою крови в полости матки. Так что, не стоит успокаиваться при отсутствии кровянистых выделений после аборта, так же как и при том, когда эти выделения слишком обильны. Поспешите на прием к врачу. В противном случае, запоздалой расплатой за аборт может стать бесплодие, которое является одним из последствий хронического эндометрита. А хронические болезни, как правило, не поддаются

лечению. На общем фоне могут развиваться серьезные заболевания, а также можно ожидать обострения тех «болячек», которые уже имели место быть.

## Противоабортное консультирование

*Противоабортное консультирование* - это предоставление кризисной беременной полной информации об аборте, его последствиях, оказание психологической и иной помощи. Цель консультирования – помочь сохранить беременность, выбрать жизнь. Проводится в медицинских учреждениях, по телефонам доверия, в социальных сетях, центрах помощи.

Подобное консультирование очень важно, так как до сих пор большое количество абортов делается по незнанию, непониманию женщиной всех его негативных последствий, а также из-за тяжелых материальных условий. Чтобы женщина изменила свое решение и сохранила малыша, бывает достаточно грамотной консультации специалиста, искреннего желания помочь ей разрешить внутренние и/или семейные проблемы, оказания женщине реальной поддержки продуктами, вещами, предметами первой необходимости.

## Разновидности профилактических мероприятий

Основой для зачатия и рождения здорового малыша является нормальное здоровье его будущих папы и мамы. Данное утверждение приобретает особое значение в условиях повсеместного распространения гинекологических, соматических и других нарушений у лиц репродуктивного возраста. Профилактика этих состояний должна начинаться с раннего возраста, чтобы в дальнейшем иметь возможность без проблем завести желанного ребенка.

Профилактика нарушений и сохранение здоровья у граждан репродуктивного возраста должна начинаться как можно раньше. Выделяют три вида таких профилактических мероприятий:

**1. Социальная (первичная).** В современном мире сохранение репродуктивного здоровья и профилактику его нарушений в первую очередь следует проводить у молодежи. Тенденция такова, что при высокой сексуальности и вседозволенности, молодые люди зачастую обладают крайне низким багажом знаний о том, как защититься от нежелательной беременности и инфекций, передающихся половым путем.

Исходом незапланированной беременности в юном возрасте нередко становится аборт, реже – ранее неосознанное материнство. И тот и другой вариант может повлечь за собой крайне негативные последствия для будущего. В результате аборта у юной женщины могут появиться проблемы со здоровьем, которые помешают ей в будущем забеременеть желанным ребенком.

Раннее неосознанное материнство приводит к росту числа матерей-одиночек, которые в дальнейшем страдают от различных психологических проблем. Конечно бывают счастливые исключения, которые лишь подтверждают общую статистику, поэтому всему должно быть свое время;

**2. Медико-социальная (вторичная).** Это направление занимается консультированием супружеских пар по вопросам планирования беременности. Эта

область направлена на грамотное планирование семьи, которое позволяет паре иметь запланированное количество детей, через выбранные интервалы времени.

Создаются и работают специальные центры планирования семьи и репродукции на базе женских консультаций, больниц или в качестве отдельных учреждений. Их задача состоит в следующем:

- профилактика нарушений репродуктивной системы мужчины и женщины;
- лечение и консультации по бесплодию;
- уменьшение количества абортотв;
- внедрение современных способов контрацепции;
- раннее выявление пороков плода;
- проведение абортотв по медицинским показаниям и профилактика их осложнений;
- работа с психологом;
- в некоторых специализированных крупных центрах проводят ЭКО.

Планирование беременности и знание современных мер контрацепции является профилактикой нарушений репродуктивного здоровья женщины.

В случаях, когда женщина больше не хочет иметь детей, можно избежать нежелательной беременности и последующего аборта.

Планирование зачатия у женщин с сопутствующей патологией позволяет снизить вероятность обострения хронической патологии и материнской смертности. Профилактика нарушений репродуктивного здоровья позволяет супружеским парам с ВИЧ при желании завести здорового ребенка. С помощью предупредительных медицинских мероприятий можно в какой-то степени предотвратить осложнения при беременности и родах, а также детскую смертность.

**3. Медицинская.** Это направление подразумевает выявление и лечение женщин с проблемами репродуктивной функции.

Для этой цели женщины должны ежегодно посещать профилактические осмотры гинеколога, на которых доктор определяет наличие инфекционной и воспалительной патологии, уточняет наличие регулярного менструального цикла и другие аспекты гинекологического здоровья.

При необходимости проводят дополнительные обследования и анализы, а также подбирают тактику лечения. Все эти меры направлены на предупреждение нарушений репродуктивного здоровья и обеспечение возможности зачать желанного ребенка.

На территории нашего города располагается «Кризисный центр помощи матерям и детям». Специалисты центра ведут активную профилактическую работу в районах области: проводятся лекции для старшеклассников, заседания "круглых столов" по проблемам семейных взаимоотношений и вопросам воспитания детей.

Программой таких выездов предусмотрены и индивидуальные консультации юристов, психологов и социальных работников. Специалисты готовы тщательно разобраться и бесплатно помочь при каждом обращении, в любой трудной жизненной ситуации. В рамках общенациональной кампании по противодействию жестокому обращению с детьми в центре начал действовать детский круглосуточный телефон доверия.

**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

**Ссылка на интернет сайты:**

<http://womanadvice.ru/reproduktivnoe-zdorove-zhenshchiny>

<http://womanadvice.ru/profilaktika-abortov>

<http://socialwoman.ru/pregnancy/reproduktivnoe-zdorove-zhenshchiny/>

<https://womenfirst.ru/stati/jenskii-cikl/endometrioz/>

**Подготовила:**

Кострова А.А. – инструктор по гигиеническому воспитанию ГУЗОТ «Центр медицинской профилактики».

ГУЗОТ «Центр медицинской профилактики».

398042, г. Липецк,

9 микрорайон, д.17

тел./факс: 31-06-79, 31-07-11.

e-mail: [orgmetod@inbox.ru](mailto:orgmetod@inbox.ru)

сайт: [www.yazdorov-48.ru](http://www.yazdorov-48.ru)