

Сохранение репродуктивного здоровья у подростков

От репродуктивного здоровья в подростковом возрасте во многом зависит дальнейшая полноценная жизнь наших детей. Так, вовремя замеченная и вылеченная проблема лишит его проблем с деторождением во взрослом возрасте.

И охрана репродуктивного здоровья подростков должна начинаться еще с охраны здоровья школьников и даже более младших детей. Прежде всего, забота о репродуктивном здоровье детей и подростков лежит на их родителях.

Не нужно ждать определенного возраста, например, 14 лет, чтобы показать свою дочь гинекологу.

Начинать заботу о здоровье половой системы детей нужно с самого рождения. Маме заранее нужно рассказать девочке о предстоящих менструациях и научить ее правилам гигиены в этот период, соблюдению режима дня. Очень важно еще ДО вступления дочери в подростковый возраст наладить с ней доверительные отношения, вложить в голову ребенка, что с любыми проблемами он всегда может обратиться к родителям.

Советы подросткам и родителям

При появлении симптомов воспаления половых органов, нарушений полового развития и менструальной функции необходимо своевременно обращаться к детскому гинекологу. Во всех случаях самое главное — не нужно ждать, что болезнь пройдет со временем, сама собой.

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.

Очень важно с самого раннего возраста привыкать соблюдать необходимые гигиенические навыки, особенно с началом менструаций у девочек. 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 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.

Раннее начало половой жизни, плохая осведомлённость о методах и средствах контрацепции, а так же, крайне недостаточное их использование увеличивают риск наступления непланируемой беременности, абортов 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 из ненадёжных источников — от знакомых, подруг, из случайных разговоров. Только врач может дать правильный совет и подобрать нужный метод контрацепции.

А в целом, забота о своем здоровье, в том числе его составляющей — репродуктивном здоровье, должна стать нормой и культурой поведения каждого человека и всего общества