ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЕЖИ КАК ОСНОВА ЗДОРОВЬЯ БУДУЩЕЙ СЕМЬИ

HEALTH-SAVING BEHAVIOR OF ADOLESCENTS AND YOUTH AS A BASIS FOR FUTURE FAMILY HEALTH FORMATION OF PSYCHOLOGICAL READINESS FOR PATHERHOOD

Л. М. Левшук, И. Н. Загарских
L. M. Levshuk, I. N. Zagarskikh

Белорусский государственный университет
Минск, Беларусь
Belarusian State University
Minsk, Republic of Belarus

e-mail: lili.lev@mail.ru,

В современных условиях, характеризующихся высоким уровнем ухудшения здоровья молодежи, проблемы охраны репродуктивного здоровья приобретают особую значимость. Комплекс профилактических мер, направленных на формирование репродуктивного здоровья молодежи является важнейшей задачей здравоохранения.

Ключевые слова: подростки, половое воспитание, репродуктивное здоровье, болезни репродуктивной системы, контрацепция.

Annotation. In modern conditions, characterized by a high level of deterioration in young people's health, the problems of reproductive health care take on particular significance. A set of preventive measures aimed at shaping the reproductive health of young people is the most important task of health care.

Key words: teenagers, sex education, reproductive health, reproductive system diseases, contraception.

Здоровье подрастающего поколения является чувствительным индикатором изменений, происходящих в окружающей среде и в обществе, поэтому в современный сложный период, обострившийбольшинство социально-экономических и экономических проблем, изучению состояния здоровья подростков придается особая значимость. Особенно это касается репродуктивного здоровья девочек-подростков, представляющих собой ближайший репродуктивный, интеллектуальный, экономический, социальный, политический и культурный резерв общества.

Молодежь, представляя собой ключевую группу населения репродуктивного возраста, обладает потенциалом реализация которого может дать возможность современному белорусскому обществу выйти из демографического кризиса. Однако, репродуктивное здоровье современной белорусской молодежи характеризуется рядом негативных тенденций. Высокий уровень патологической пораженности репродуктивной сферы подростков связывают с рядом медико-социальных и стрессогенных факторов: большое число отклонений в физическом, половом и психосексуальном развитии; рост распространенности хронических заболеваний; рост гинекологической и венерической заболеваемости; высокая частота беременности и родов в юном возрасте; низкий уровень репродуктивного образования; высокий уровень рискованного сексуального поведения; медицинская неосведомленность о необходимости использования контрацептивов; бесконтрольное и неадекватное применение лекарственных средств и др.

Одной из серьезных проблем среди подростков и молодежи являются ранние половые отношения, которые приводят к венерическим болезням, воспалительным заболеваниям репродуктивной системы, последующему бесплодию. Ранний сексуальный дебют, высокая сексуальная активность, игнорирование методов контрацепции формируют рост инфекционных заболеваний передающихся половым путем зарегистрированных среди подростков до 18 лет (трихомониаз, хламидиоз, герпетическая вирусная инфекция). Вызывает обеспокоенность рост передачи ВИЧ половым путем. Не следует забывать о том, что у подростков половая близость происходит обычно в неподходящих условиях и при отсутствии элементарных знаний о безопасном сексе. Это может привести у девушек к развитию половой холодности, психоэмоциональной опустошенности и подростковой беременности. [6,7]

Прерывание беременности в подростковом и молодом возрасте остается одной из самых актуальных проблем охраны сексуального и репродуктивного здоровья. В течение последних лет общее число абортов среди подростков снизилось. Но, не смотря на снижение абсолютного числа абортов, искусственное прерывание беременности остается основным методом регулирования рождаемости. Особенностью прерывания беременности у подростков является то, что молодые девушки в своем большинстве не обращаются за помощью в ранние сроки беременности, когда еще возможно произвести прерывание беременности более щадящими методами во избежание тяжелых последствий. Прерывание беременности всегда является серьезной операцией для здоровья женщины. Наиболее серьёзными осложнениями искусственного аборта являются: внематочная беременность, кровотечение, бесплодие, невынашивание беременности,

повреждение тазовых органов и тканей, хронические воспалительные процессы половых органов, дисфункции яичников, доброкачественные и злокачественные заболевания репродуктивной системы. [3]

Большое количество как женщин, так и мужчин употребляют алкогольные напитки и курят. Это оказывает влияние на формирование половых клеток, они уже на этом этапе могут получать различные дефекты. Молодежь и подростки в силу своих возрастных особенностей недостаточно учитывают последствия вредных привычек, влияющих на их репродуктивное здоровье. Пьянство и алкоголизм осложняют социально-демографическую ситуацию в стране, влияют на численность населения и его психические и физические возможности, снижают социально полезную активность. Злоупотребление алкоголем приводит к снижению уровня рождаемости и увеличению числа детей с врождёнными физическими и психическими отклонениями. В наше время однозначно и убедительно доказана несовместимость беременности и приема алкогольных или наркотических стимуляторов: повышается риск прерывания беременности, бесплодия, повышается вероятность рождения больного или неполноценного потомства. В ранние сроки результатом действия никотина, алкоголя и наркотиков является гибель оплодотворенной яйцеклетки и эмбриона, задержка роста и развития плода, нарушение формирования органов и систем плода, спонтанные выкидыши, мертворождения. Курение наносит непоправимый вред репродуктивному здоровью мужчин и женщин. Доказано, что никотин снижает функции половых органов, отрицательно влияет на процесс созревания половых клеток и нарушает внутриутробное развитие плода. Если беременная женщина курит, ядовитые вещества поступают через плаценту к плоду, тем самым отравляя его. Курение может вызвать кислородное голодание, способствующее нарушению формирования нервной системы плода. [8]

Избыток химических веществ в современных продуктах приводит не только к общим проблемам со здоровьем, но и влияет на репродуктивную функцию. Основы правильного питания необходимо закладывать у ребенка с детства.

Большинство юных женщин критически относятся к собственной внешности, неадекватно оценивают свой вес и принимают различные меры по его снижению, увлекаясь косметическими диетами, что угрожает формированием дефицита массы тела, вплоть до развития анорексии. Между тем количество жировой ткани признано одним из главных физиологических факторов, определяющих появление вторичных половых признаков. Низкая масса тела у женщин репродуктивного возраста расценивается как биологический маркер соматического и репродуктивного

неблагополучия и ассоциируется с развитием целого ряда акушерских осложнений и гинекологических заболеваний в том числе нарушений полового развития. Недостаточное и неправильное питание играет серьезную роль в формировании репродуктивной системы. Среди современных девушек- подростков значительно распространен дефицит массы тела, гораздо больше, чем ожирение, которое при изучении влияния массы тела традиционно привлекает внимание исследователей при изучении влияния массы тела на становления функции женской репродуктивной системы. [4, 5]

В настоящее время имеется огромный перечень болезней, которые отрицательно влияют на репродуктивное здоровье семьи. Среди инфекционных заболеваний имеются такие, которые могут приводить к бесплодию, например, ветряная оспа, свинка, особенно у мальчиков. Проблемы с сердечно-сосудистой системой, почками, печенью, сахарный диабет могут не только ухудшать состояние организма, но и нарушать гормональный фон, а это не может не отразиться на репродуктивном здоровье. Особенности развития в раннем возрасте могут приводить в большинстве случаев к бесплодию. Причем это касается как мальчиков, так и девочек. [4]

Возрастающие темпы изменения окружающей среды приводят к нарушению взаимосвязи между средой и человеком, снижению адаптационных возможностей организма. Врожденные пороки развития являются индикатором качества среды обитания и генетического здоровья населения. Причинами развития врожденных аномалий являются техногенные нагрузки на организм (загрязнения окружающей среды, превышение гигиенических нормативов вредных химических веществ в атмосферном воздухе, воде питьевой, продуктах питания, воздействие шума, электромагнитных полей т.д.).

Основы репродуктивного здоровья закладываются в детском и юношеском возрасте. Бытует мнение: все, что связано с зарождением будущей жизни, целиком и полностью зависит только от здоровья будущей матери. На самом деле это не так. Доказано, что из 100 бездетных пар 40–60 % не имеют детей по причине мужского бесплодия, что связано с инфекциями, передаваемыми половым путем, влиянием на репродуктивное здоровье мужчины вредных факторов окружающей среды, условий работы и вредных привычек. Перечисленные факты убедительно доказывают важность бережного отношения к репродуктивному здоровью не только будущей женщины, но и мужчины.

В нашей стране создана трехуровневая система оказания медицинской помощи. На первом уровне оказывается первичная медико-санитарная помощь подростковыми гинекологами детских городских поликлиник,

специалистами молодежных консультаций (районных центров охраны здоровья подростков). Специализированная медицинская помощь второго уровня оказывается в городских консультативно-диагностических центрах, поликлиниках. В каждом областном и районном городе организованы центры поддержки подростков. В городских клиниках по профилям «гинекология» и «урология» оказывается высокотехнологичная медицинская помощь. В нашей республике разрабатывается онлайн-инструмент совместно с экспертами Республиканского центра психологической помощи, который будет доступен и в мобильных телефонах, – это место, куда подростки могут обратиться за информацией по вопросам, которые их волнуют. И что особенно важно, получить профессиональное психологическое сопровождение реальных специалистов. То есть напрямую связаться для консультации и ответа на конкретный вопрос.

В научной литературе достаточно полно освещено данное направление работы с подростками и молодежью. Авторы едины во мнении о несомненной пользе образовательной работы, считая ее реальным путем оптимизации репродуктивного поведения будущих отцов и матерей. Внедрение специальных образовательных программ для старшеклассников и студентов является одним из наиболее перспективных путей формирования у молодежи поведения, направленного на сохранение репродуктивного здоровья.

ЛИТЕРАТУРА.

1. *Бардакова Л. И.* Репродуктивные права и репродуктивное здоровье в свете реализации Программы действий Международной конференции в Каире// Народонаселение. – 2004. – №3. – С. 28 – 36.
2. *Дмитриева Е. В.* От социологии медицины к социологии здоровья// Социологические исследования, – 2003, – №11, – с. 51 – 56.
3. *Леонова Т. А.* Профилактика нарушений репродуктивного здоровья детей и подростков / Т. А. Леонова // Здаровы лад жыцця. – 2004. – N 9. – С. 30–32.
4. *Мартыненко А. В., Валентик Ю. В., Полесский В. А.*; Формирование здорового образа жизни молодёжи. М.: Медицина, 2003. –192 с.
5. *Мельничук И. А.* Педагогический аспект проблемы репродуктивного здоровья молодежи// Социально-педагогическая работа, – 2004, – №2, – с. 89 – 93.
6. *Покровский В. В.* Социально значимые инфекции в XXI веке / В В. Покровский // Народонаселение. – 2004. – N 3. – С. 93–96.
7. *Сергеев А. С.* Болезни, передающиеся половым путем: краткая энциклопедия. – Минск: Юнипресс, 2003. – 128 с.
8. *Таболин В. А., Жданова С. А., Пятницкая И. Н.*; Алкоголь и потомство.– М.: Высшая школа. 2004. – 108 с.