



ПРОФИЛАКТИКА АБОРТОВ И ЗДОРОВЬЕ ЖЕНЩИНЫ

Каждый человек хочет быть счастливым, иметь свою семью и детей. Каждая женщина должна стремиться стать матерью. Беременность должна быть планируемой, а рождённый ребёнок желанным и любимым. Однако, несмотря на современные достижения медицины в области контрацепции, частота незапланированных беременностей остаётся значительной.



Аборт – это преднамеренное преждевременное прерывание беременности в результате внешнего вмешательства, которое является значимым медико-социальным фактором, негативно влияющим на репродуктивное здоровье женщины и приводящим к гибели человеческого зародыша или плода. Всемирная организация здравоохранения определяет аборт как прерывание беременности (самопроизвольное изгнание или извлечение эмбриона или плода) в период до 22 недель беременности.

Статья №36 «Основ законодательства РФ об охране здоровья граждан» разрешает аборт по желанию до 12 недель беременности, по социальным показаниям – до 22 недель, по медицинским показаниям – независимо от срока беременности.

Аборты очень опасны из-за развития осложнений таких, как: кровотечение, нарушение целостности и разрыв матки, воспалительные заболевания половых органов, эндометриоз, осложнение течения последующих беременностей (внематочная беременность, невынашивание), бесплодия, доброкачественные и злокачественные процессы в молочных железах. Именно вред, причинённый здоровью абортом, является основной причиной гибели женщин в связи с беременностью и родами. По статистике 46 искусственных операций по прерыванию беременности приходится на 1000 женщин в возрасте 15-44 лет. После аборта возможно возникновение разрушительных последствий психологического характера:



- *депрессия, чувство вины;*
- *потеря аппетита;*
- *бессонница;*
- *неспособность к последующей нормальной жизни;*
- *низкая самооценка и отсутствие уверенности в себе.*



Профилактика абортов включает в себя несколько аспектов. Это раннее просвещение девочек о беременности (до момента полового созревания), которое возлагается на плечи родителей, педагогов-психологов средних учебных заведений. Также очень важна поддержка женщины, решившей родить ребёнка, разумный подход к планированию семьи, использование средств контрацепции, снижающих процент смертности и тяжёлых последствий после операции.



В целом профилактика абортов сводится к выполнению следующих правил:

- *хорошее сексуальное образование;*
- *разумное планирование семьи;*
- *использование эффективных средств контрацепции;*
- *обеспечение безопасности легального аборта.*

Нормальное функциональное состояние репродуктивной системы – показатель здоровья женщины. Здоровая мать может иметь здорового ребёнка.

Методы контрацепции можно разделить на **эффективные** и **неэффективные**.

К эффективным средствам профилактики нежелательной беременности относятся:

- **Воздержание** (временное или длительное) – на 100% эффективный и не требующий материальных затрат метод.
- **Гормональная контрацепция** позволяет защититься от нежелательной беременности на 99,9%, регулирует менструальный цикл, обладает рядом лечебных эффектов при некоторых гинекологических заболеваниях. Способность к зачатию восстанавливается через 2-3 месяца после отмены препаратов. Надо отметить, что к отрицательным сторонам данного способа можно отнести отсутствие защиты ВИЧ и ИППП, изменение массы тела.
- **Внутриматочная контрацепция** – это метод длительного (от 0-5 до 10 лет) предохранения от беременности с помощью специальных средств, введённых в матку (внутриматочные средства). Из негативных моментов нужно отметить усиление менструальных кровотечений и болей на протяжении первых нескольких месяцев использования ВМС; недостаточное предохранение от внематочной беременности; отсутствие защиты от заболеваний, передающихся половым путём и СПИДа.
- **Хирургическая стерилизация** относится к необратимым методам контрацепции. При её проведении создаются изменения половых органов, исключающие наступление беременности. Эта процедура проводится однократно и даёт 99,9% гарантии ненаступления беременности. К данному методу контрацепции следует прибегать женщинам старше 35 лет, имеющих не менее двоих детей.
- **Презерватив** – на 85-99% позволяет предотвратить нежелательную беременность, ограждает от ИППП и ВИЧ. К тому же, он прост в применении и продаётся без рецепта.

К неэффективным методам контрацепции можно отнести:

- **Прерванный половой акт** (сперматозоиды содержатся в смазке), лактационную аменорею.
- **Календарный метод** с нестабильным месячным циклом неэффективен.

В заключение нужно отметить, что человек рождён для любви, а интимная близость и появление на свет новой жизни чаще всего является её естественным апогеем. Планирование семьи – это дети по желанию, а не по случаю. Желаем Вам испытать все радости этого светлого чувства и насладиться желанным материнством столько раз, сколько вы этого захотите! Здоровья Вам и вашим будущим детям!

