РОЛЬ СЕМЬИ В ФОРМИРОВАНИИ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ ПОДРОСТКОВ

Хорошее репродуктивное здоровье девочек-подростков — это залог здоровья и благополучия будущих поколений. Только здоровый ребенок может впоследствии стать здоровой матерью.

Отношение к своему здоровью закладывается в семье. Родители должны обучать детей правилам личной гигиены, гигиены тела и следить за их соблюдением.

Необходимо, насколько это возможно оградить и предупредить ребенка от воздействия факторов, которые могут вызвать нарушения репродуктивного здоровья (инфекции, переохлаждения, воздействие ядов, травмы и другие).

Следует своевременно проходить профилактические осмотры врача, тщательно и в полном объеме лечить те заболевания, которые способны негативно влиять на репродуктивную систему.

Следует помнить и беседовать с подростками о безопасности сексуальном поведении и нежелательных последствиях раннего начала половой жизни, а также подростковой беременности.

Девочкам-подросткам следует наладить контакт с родителями, в первую очередь с мамой, и в доверительной беседе обсудить интересующие вопросы.

Кроме того, нравственно-половое воспитание должно проводится и родителями мальчиков.

Последствия раннего начала половой жизни — различные инфекционные и воспалительные заболевания, нежелательная беременность, риск бесплодия и гормональных нарушений в будущем.

Помимо перечисленных, существует большое количество внешних факторов, которые влияют на репродуктивную функцию (стрессы, вредные привычки, травмы, экологические, неправильное питание и др.)

Важнейшими факторами, которые положительно влияют на становление и дальнейшее развитие репродуктивной системы подростков, является соблюдение здорового образа жизни: режима дня, своевременный отход ко сну, полноценное питание, отсутствие стрессов и заболеваний, физическая активность, здоровый психологический климат в семье.

Информирование способствует оптимизации вопросов сексуального поведения и полового воспитания, формированию установки у подростков на сознательный и адекватный выбор более позднего начала половой жизни, моногамных отношений, а при наличии сексуальной жизни — барьерная контрацепция по предупреждению аборта и инфекций, передающихся половым путем.

Семья должна оставаться самым надежным помощником ребенка в любом возрасте.