

**На сайте «здоровыйхабаровск.рф»** создана интернет-школа **«Школа молодой семьи»**, направленная на сохранение репродуктивного здоровья и на мотивацию населения к повышению рождаемости. В разделе **«Библиотека ЗОЖ»** размещены статьи по сохранению репродуктивного здоровья.

Совместно с Хабаровской студией телевидения управлением здравоохранения еженедельно выходят передачи в рамках **телепроекта «Здоровый Хабаровск»** с участием специалистов акушеров, гинекологов, урологов, неонатологов. Очередные передачи по вопросам сохранения репродуктивного здоровья и профилактики абортов с участием ведущих специалистов по профилю акушерство и гинекология выйдут в эфир 08.07.2017 и 15.07.2017.

### **Подумайте сердцем. Отказ от абORTA - билет в будущее.**

Когда мужчина и женщина желают вступить в брак, им, как правило, даются месяц–два на раздумья. Когда мужчина и женщина разводятся, им тоже часто дают время подумать и помириться. Но есть ещё один повод для раздумий: нежелательная беременность. Мысль о прерывании нежелательной беременности может возникнуть у любой женщины, вне зависимости от возраста. Нежданная беременность у девочек-подростков, которые боятся, что «мама будет ругаться». Взрослые дамы более изобретательны в причинах, по которым им нужно сделать аборт: муж – пьет, рожать от такого невозможно; сейчас никогда заниматься ребенком – надо делать карьеру; не хватает денег на воспитание ребенка... Причин для прерывания беременности можно придумать миллион. Только мало кто из женщин задумывается, что аборт – это убийство, пусть даже и не подлежащее статьям Уголовного кодекса.

Врачи-гинекологи против абортов, так как прекрасно знают о многочисленных осложнениях после искусственного прерывания беременности. Но абORTы не запрещены в нашей стране, и их проводят как в государственных, так и в частных медицинских учреждениях. При этом женщина должна ещё и ещё раз обдумать свой поступок, понять, что своим необдуманным решением она может искалечить жизнь себе и своим близким.

Да! В медицинских центрах аборт могут сделать в день обращения. Но часто женщина действует под влиянием минутных эмоций и порывов, о которых потом жалеет. Но уже поздно: беременность прервана, ребенок убит. Попыткой оградить женщину от необдуманных действий по прерыванию беременности является «время тишины» - от 48 часов до 7 дней. В 2011 году был принят закон «Об основах охраны здоровья граждан РФ», который, в том числе, регламентирует порядок проведения абортов. Для женщин, которые решились на аборт, была введена «неделя тишины». В это время с пациенткой должны работать социальные работники и специалисты-психологи, а она, в свою очередь, может ещё раз всё обдумать и посоветоваться с семьёй.

Так ли необходимо это время тишины? Да по-разному. С одной стороны даже за 48 часов жизненные обстоятельства могут повернуться в совершенно неожиданном направлении, и необходимость абORTа исчезнет сама собой. Как? Да просто. Например, мужчина, который настаивал на абОРTE, вдруг передумал

ет и возжелает семью и детей. Сказки? Да нет, всякое бывает. Или, к примеру, резко изменится материальное положение: наконец-то поступит предложение на работу с хорошей зарплатой. Да мало ли что!

Статистика по абортам в России показывает, что почти половина беременных женщин решается на опасный шаг.

Все способы прерывания беременности имеют свои недостатки и чреваты последствиями, так как эта процедура противоестественна для женского организма. Вероятность развития осложнений после любого типа аборта весьма велика и зависит от технологии его выполнения, качества проведения процедуры и срока беременности. Так, например: самым щадящим методом считается медикаментозный способ прерывания беременности, однако последствия от этой процедуры все же оставят свой негативный отпечаток на здоровье женщины. Хотя при этом матка не травмируется, организм женщины подвергается сильнейшему гормональному воздействию. Не стоит забывать, что если используется медикаментозный способ прерывания беременности, последствия неизбежны, т.к. может способствовать гормональному сбою в организме. Также существует угроза неполного выхода плодного яйца, что впоследствии повлечет за собой хирургический аборт.

Проблема аборта в современных социально-демографических условиях в России занимает особое место. Нежелательная беременность – это серьезная социальная и демографическая проблема. Общеизвестно, что аборт является причиной материнской смертности, существенно влияет на показатели перинатальной заболеваемости и смертности, оказывает отрицательное влияние на рождаемость, является причиной гинекологической заболеваемости женщин, в ряде случаев приводит к осложнениям в родах. Аборт рассматривается не только как физическая и психологическая "травма", но и как значительный гормональный стресс.

**Профилактика аборта** – это ответ на вопрос о том, как избежать нежелательной беременности. Эта проблема благополучно решается при помощи современной контрацепции. Важно только правильно подобрать подходящий для своего организма метод, учесть все положительные и отрицательные стороны каждого из них. В России только 25% женщин детородного возраста используют современные методы контрацепции. Следовательно, 75% женщин подвергают себя риску нежелательной беременности.

В настоящее время выбор контрацептивов, которые могут применять женщины, находящиеся в браке, вне брака, с различными экстрагенитальными и хроническими заболеваниями, такими, как заболевания печени, почек, сердечнососудистой системы, желудочно-кишечного тракта и т. д., огромен. Конtraceptivi bываюt механическими, химическими, гормональными, внутриматочными, внутриматочными с гормональным содержимым и т. п.

Каждый метод контроля рождаемости имеет свои плюсы и минусы, но их разнообразие позволяет выбрать наиболее подходящий для каждого человека. Рассмотрим более подробно каждый из видов.

Презерватив – самое известное, популярное и недорогое противозачаточное средство. Преимущества: простота использования и покупки (не требует посещения врача и рецепта), доступная цена; в значительной степени защищает

от инфекций, передающихся половым путем. Недостатки: повреждение презерватива во время близости.

Методы химической контрацепции. Важным преимуществом химических противозачаточных средств является их ценовая доступность. Но есть и существенный минус – часто дает аллергическую реакцию, низкая эффективность.

Внутриматочные устройства различной формы и конструкции. Преимущества: долгосрочный эффект (5 лет), высокая эффективность. Недостатки: осложнения во время введения, хроническое воспаление матки, нельзя применять нерожавшим.

Оральные контрацептивы. Самый распространенный вариант для предохранения от нежелательной беременности. Преимуществом гормональной контрацепции является его высокая эффективность. Недостатком оральной контрацепции является необходимость принимать таблетки каждый день. Альтернативой являются вагинальное кольцо и кожный пластырь.

Гормональная контрацепция имеет высокую эффективность, рассчитана на длительное применение. Оральные контрацептивы могут использоваться среди женщин любого репродуктивного возраста, после абортов, с нерегулярным менструальным циклом. В первое время после начала приема гормональных таблеток может наблюдаться тошнота, головокружение. Эти явления уменьшаются, если принимать таблетку на ночь.

В настоящее время комбинированные оральные контрацептивы содержат гестагенный и эстрогенный компоненты и в некоторых случаях их используют не только для предохранения от беременности, но и с лечебной целью. Думаю, всем известны случаи лечения акне, альгодисменореи, эндометриоза и других гинекологических заболеваний с помощью комбинированных оральных контрацептивов.

Перед началом приема гормональных контрацептивов обязателен осмотр врача, иногда не только акушера-гинеколога, но и других специалистов. При подборе гормонального контрацептива врачу следует обратить внимание на наличие у пациентки соматических заболеваний, любой патологии, а также наследственность. Гормональные контрацептивы имеют достаточно большое количество противопоказаний, поэтому принимать по принципу «подружка пьет, и я буду» ни в коем случае нельзя!

Лучшей профилактикой абортов является грамотное планирование беременности.

**Планирование семьи – это дети по желанию, а не по случаю.**

**Желаю здоровья Вам и вашим будущим детям!**

Новикова Н.В. доцент кафедры акушерства и гинекологии КГБОУ ДПО ИПКСЗ, к.м.н.