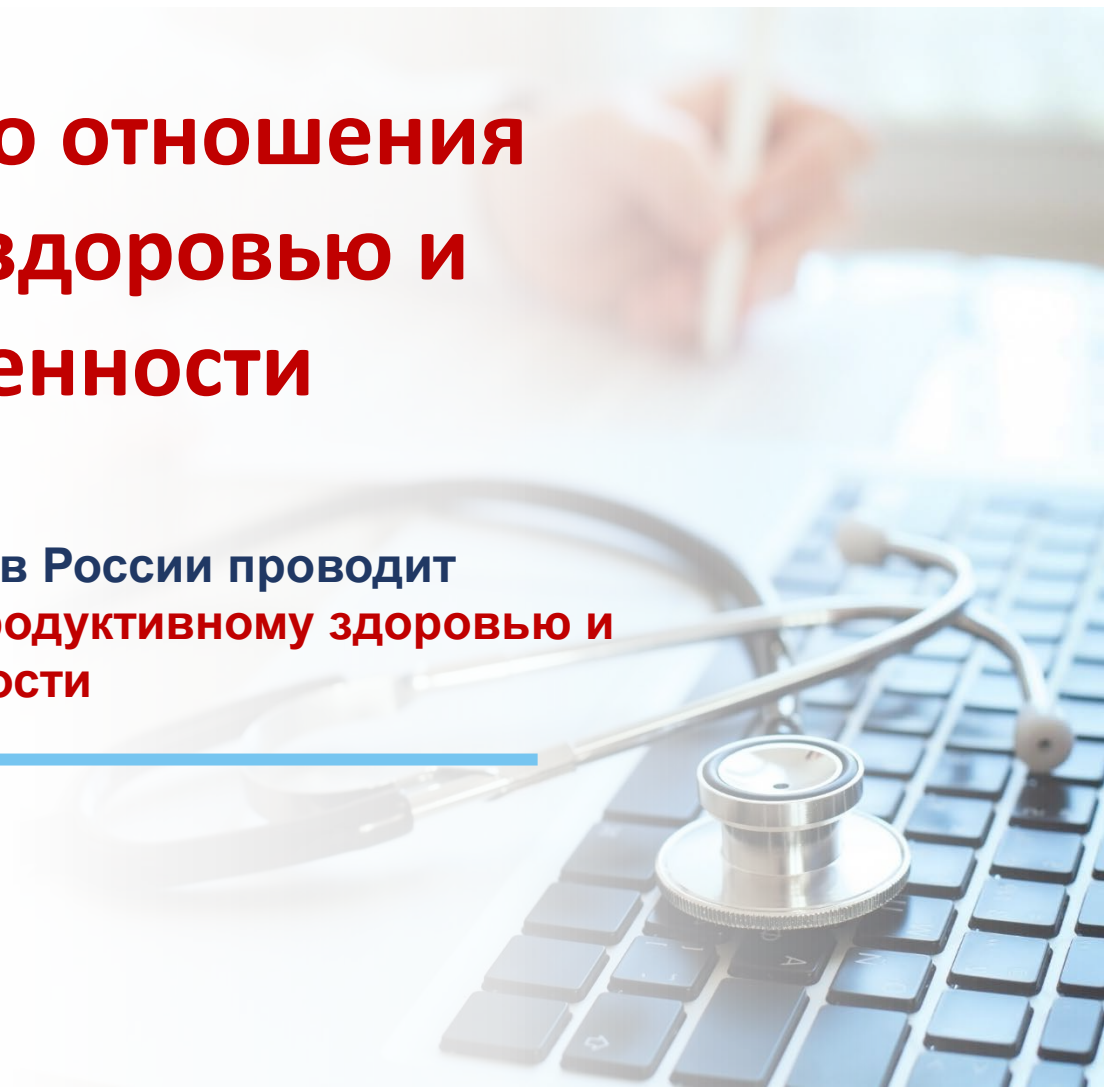


Неделя ответственного отношения к репродуктивному здоровью и здоровой беременности

**С 03 по 09 марта 2025 года Минздрав России проводит
Неделю ответственного отношения к репродуктивному здоровью и
здоровой беременности**



Репродуктивное здоровье

(от лат. reproductio воспроизводство, воспроизведение)

это состояние физического, умственного и социального благополучия, характеризующее способность людей к зачатию, рождению и воспитанию детей



Планирование семьи – это государственная программа по охране репродуктивного здоровья населения



Профилактика
нежелательной
беременности



Борьба с
абортом



Профилактика
ИППП



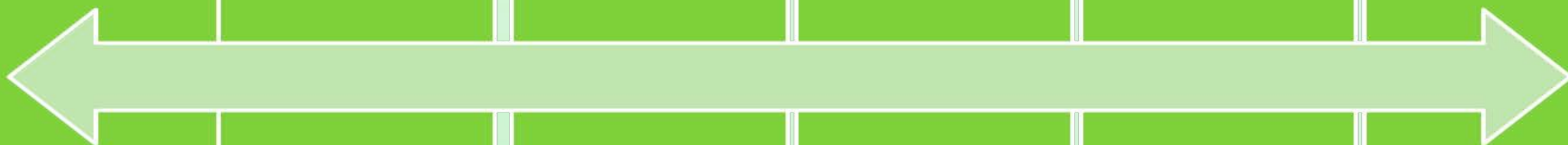
Пропаганда
методов
контрацепции



Половое
воспитание и
просвещение
подростков

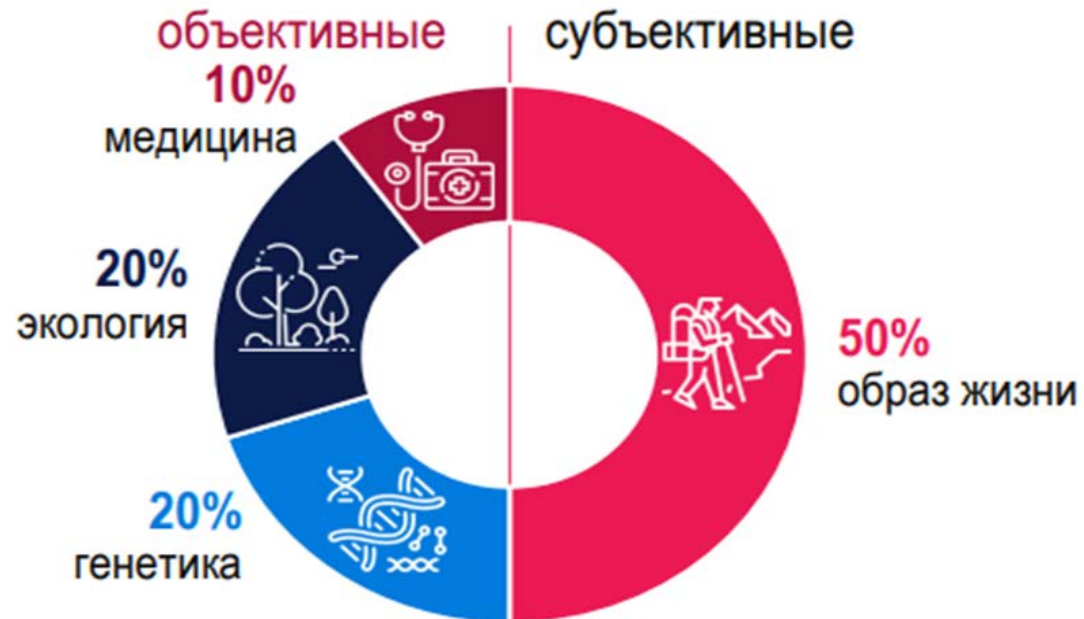


Пропаганда
ЗОЖ



Цели и задачи формирования здорового образа жизни

Группы факторов, влияющих на здоровье (по данным ВОЗ)



Формирование здорового образа жизни - это комплекс мер, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья человека

Основной целью здорового образа жизни является улучшение качества здоровья, его сохранение, обеспечение профилактики **всевозможных заболеваний**

ЗДОРОВЬЕ - ЭТО СОСТОЯНИЕ ПОЛНОГО ПСИХИЧЕСКОГО, ФИЗИЧЕСКОГО И СОЦИАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ (из определения)

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ - ЭТО НАУКА О ТОМ, КАК ЖИТЬ СЕГОДНЯ, ЧТОБЫ ИМЕТЬ ШАНСЫ УВИДЕТЬ ЗАВТРА

- ✓ ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ
- ✓ ДОСТАТОЧНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ И ЗАКАЛИВАНИЕ



- ✓ ОТКАЗ ОТ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК (АЛКОГОЛЯ, КУРЕНИЯ, НАРКОТИКОВ)



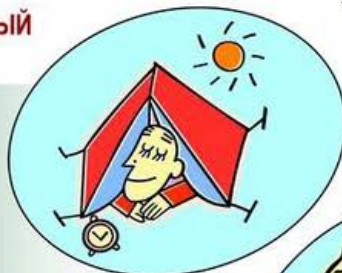
- ✓ БЕЗОПАСНЫЕ УСЛОВИЯ РАБОТЫ И УЧЕБЫ
- ✓ ПОЛНОЦЕННЫЙ ОТДЫХ



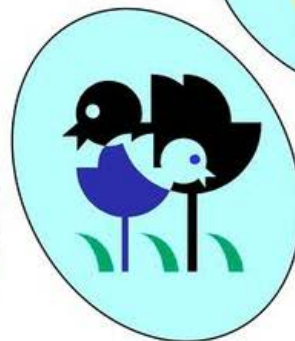
- СЕКСУАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ
- ✓ ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА



- ✓ УМЕНИЕ БЫТЬ РОВНЫМ И СПОКОЙНЫМ
- ✓ ВЗАИМОПОНИМАНИЕ В СЕМЬЕ



- ✓ БЛАГОПРИЯТНЫЕ ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ
- ✓ СВОЕВРЕМЕННОЕ ОБРАЩЕНИЕ К ВРАЧУ



«Молодёжь XXI века - поколение ЗОЖ»

Как сохранить репродуктивное здоровье

- Вести здоровый образ жизни
- Укреплять свой иммунитет
- Своевременно вакцинироваться
- Правильно питаться и не употреблять продукты, которые вредят здоровью
- Следить за состоянием нервной системы и психическим здоровьем
- Отказаться от вредных привычек
- Физическая активность. Физическая активность организма напрямую связана с правильной работой всех его систем. Поддержание обмена веществ на достаточно высоком уровне не только гарантия хорошего самочувствия, но и залог правильной работы эндокринной системы
- Борьба с лишним весом
- Основной мерой защиты является практика безопасного полового поведения - исключение случайных сексуальных контактов, использование презерватива. Важно регулярное соблюдение мер интимной гигиены обеими партнерами
- Использовать современные средства контрацепции для предупреждения нежелательной беременности
- Заранее планировать беременность обоими партнерами
- Своевременно и правильно лечить хронические заболевания органов малого таза
- Регулярно проходить профилактические медицинские осмотры и диспансеризацию, осмотры у врача-гинеколога и врача-уролога



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПИСЬМО
от 8 апреля 2024 г. N 17-6/И/2-6434

Министерство здравоохранения Российской Федерации в целях реализации мероприятий, предусмотренных Программой государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи на 2024 год и на плановый период 2025 и 2026 годов, утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 28.12.2023 N 2353, направляет методические рекомендации по диспансеризации мужчин и женщин репродуктивного возраста с целью оценки репродуктивного здоровья, утвержденные заместителем Министра здравоохранения Российской Федерации Е.Г. Камкиным и заместителем Министра здравоохранения Российской Федерации Е.Г. Котовой 29.03.2024, для организации работы.

Е.Г. КАМКИН

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Утверждаю

Заместитель Министра здравоохранения
Российской Федерации
Е.Г. КАМКИН
29 марта 2024 г.

Заместитель Министра здравоохранения
Российской Федерации
Е.Г. КОТОВА
29 марта 2024 г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН РЕПРОДУКТИВНОГО
ВОЗРАСТА
С ЦЕЛЬЮ ОЦЕНКИ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ

Авторы:
Аполихин О.И., Пушкарь Д.Ю., Гвасалия Б.Р., Корнеев И.А.,
Красняк С.С., Камкин Е.Г., Котова Е.Г., Каракулина Е.В.,
Шешко Е.Л., Введенский Г.Г., Щеголев П.Е., Драпкина О.М.,
Дроздова Л.Ю., Долгушина Н.В.

Настоящие методические рекомендации содержат описание основных методов обследования мужчины и женщины репродуктивного возраста в рамках диспансеризации, описывают последовательность, методику выполнения и интерпретацию методов обследования мужчин и женщин, направленных на инициацию беременности.

Мероприятия диспансеризации по оценке репродуктивного здоровья

(в соответствии с приложением 6 программы госгарантий ОМС)



* врачом-хирургом, прошедшим подготовку по вопросам репродуктивного здоровья у мужчин

Рекомендации по диспансеризации женщин репродуктивного возраста с целью оценки репродуктивного здоровья

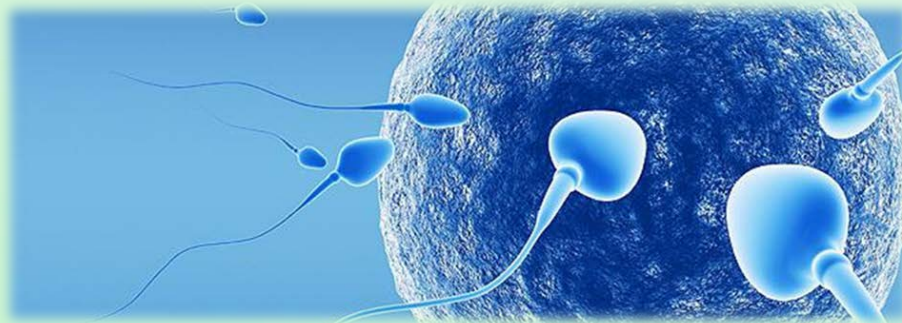
По результатам проведенной диспансеризации формируются 3 группы здоровья:

- **I группа здоровья** - женщины, у которых не установлены хронические гинекологические заболевания, отсутствуют факторы риска их развития
- **II группа здоровья** - женщины, у которых не установлены гинекологические заболевания, но имеются факторы риска их развития (вредные привычки, хронические соматические заболевания, влияющие на репродуктивную систему). Женщины данной группы направляются к профильным врачам-специалистам или к врачу по медицинской профилактике в соответствии с выявленными заболеваниями
- **III группа здоровья** - женщины, имеющие гинекологические заболевания, требующие установления диспансерного наблюдения или оказания специализированной, в том числе высокотехнологичной, медицинской помощи. Женщинам, отнесенным к III группе здоровья, в зависимости от выявленных заболеваний составляется индивидуальная программа лечения в рамках диспансерного наблюдения врачом-акушером-гинекологом



Рекомендации по диспансеризации женщин репродуктивного возраста с целью оценки репродуктивного здоровья

- **Женщинам группы I**, у которых не установлены хронические гинекологические заболевания, отсутствуют факторы риска их развития, должны быть даны рекомендации по ведению здорового образа жизни и планированию семьи. Необходимо информировать женщин, что оптимальное время для беременности и рождения ребенка - возраст женщины от 18 до 35 лет
- **Женщинам группы II**, у которых не установлены гинекологические заболевания, но имеются факторы риска их развития помимо общих рекомендаций по здоровому образу жизни должны быть даны рекомендации по устранению выявленных факторов риска, в том числе в рамках прегравидарной подготовки
- **Женщинам группы III**, у которых выявлены гинекологические заболевания, доброкачественные заболевания молочных желез, бесплодие, невынашивание беременности или риск их развития, должны быть даны общие рекомендации по здоровому образу жизни и устранению выявленных факторов риска. Необходимо направить женщину на консультацию врача-акушера-гинеколога, который определяет группу диспансерного наблюдения, проводит лечение выявленных заболеваний и диспансерное наблюдение. Пациенткам с бесплодием должно быть проведено своевременное обследование на выявление причины бесплодия, терапия выявленных заболеваний, а при ее неэффективности рекомендованы методы вспомогательных репродуктивных технологий для преодоления бесплодия



Осложнения искусственного аборта

Ранние

- Кровотечения
- Перфорации (появление сквозного отверстия)
- Травмы

Поздние

- Патологические изменения в эндометрии
- Гормональный сбой
- Бесплодие



Распространенность отдельных состояний, затрагивающих репродуктивное здоровье мужчин

- Мужское бесплодие. Распространенность мужского бесплодия в 2021 году составила 67,1 на 100 тыс. мужчин
- Эректильная дисфункция. Распространенность эректильной дисфункции в возрасте 18 - 39 лет в 2021 году на 100 тыс. мужского населения составляла 2%
- Крипторхизм. Распространенность крипторхизма в возрасте 1 года по литературным данным составляет около 1 - 1,5%
- Ожирение. Распространенность ожирения среди взрослых 1 251 на 100 тыс. населения
- Эпидемический паротит. Заболеваемость эпидемическим паротитом в 2016 году составила 0,76 на 100 тыс. населения
- Инфекционно-воспалительные заболевания органов мочеполовой системы



К типичным находкам при сборе анамнеза у пациентов с подозрением на нарушение репродуктивного здоровья относятся:

- Крипторхизм (одно- и двусторонний)
- Перекрут и травма яичка
- Инфекции мочеполовой системы
- Воздействие токсинов окружающей среды
- Прием гонадотоксичных лекарственных препаратов (анаболические стероиды, химиотерапевтические препараты)
- Воздействие облучения или цитотоксических препаратов

Типичные изменения для тестикулярной дисфункции, выявляемые при физикальном исследовании пациента:

- Изменение вторичных половых признаков
- Изменение объема и/или консистенции яичек
- Образования яичка (подозрение на злокачественную опухоль)
- Отсутствие яичка (с одно или двух сторон)
- Гинекомастия
- Варикоцеле



В зависимости от результатов осмотра формируется 3 группы репродуктивного здоровья:

- **I группа репродуктивного здоровья** - репродуктивно здоровые мужчины. К первой группе относятся мужчины, у которых не установлены заболевания репродуктивной системы и отсутствуют факторы риска их развития
- **II группа репродуктивного здоровья** - риск развития репродуктивных нарушений. Ко второй группе здоровья относятся мужчины, у которых не установлены заболевания репродуктивной системы, но имеются факторы риска их развития
- **III группа репродуктивного здоровья** - имеются репродуктивные нарушения. К третьей группе здоровья относятся мужчины, имеющие заболевания репродуктивной системы или доказанное снижение фертильности.



ИНФЕКЦИИ, ПЕРЕДАЮЩИЕСЯ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ

Бессимптомное протекание ИППП

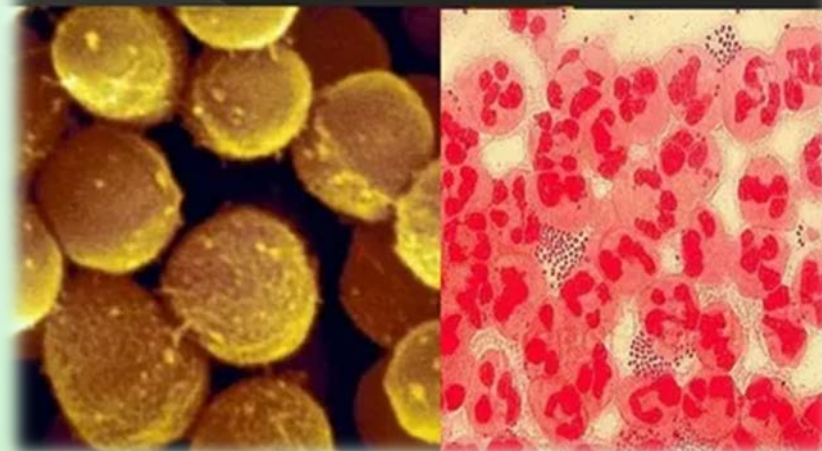
Инфекции

- **Хламидиоз** - является фактором риска бесплодия
- **Гонорея** - вызывает спаечный процесс органов малого таза
- **Сифилис** - повышает риск рождения ребенка с врожденными пороками развития
- **Трихомониаз** - часто сопутствует другим венерическим заболеваниям, осложняет процесс лечения
- **Вирус папилломы человека**- повышает риск развития рака шейки матки
- **Уреаплазмоз**
- **Генитальный герпес**
- **Гепатит В**
- **ВИЧ**

Последствия инфекций:

- Вызывают острое воспаление мочеполовых органов, переходящее в хроническое, результатом которого могут стать бесплодие или внематочная беременность
- Инфицирование ребенка на любом этапе беременности и негативное влияние на течение беременности
- Вызывают онкологические заболевания
- Могут привести к смерти

Гонококк



Планирование беременности

Прегавидарная подготовка

(от лат. *gravida*— беременная, *pre* —предшествующий)

- комплекс диагностических, профилактических и лечебных мероприятий, направленных на оценку состояния здоровья и подготовку половых партнёров к зачатию, последующему вынашиванию беременности и рождению здорового ребёнка
- обеспечение оптимального уровня их физической и психологической готовности к наступлению беременности на основе оценки факторов риска (медицинских, социально-экономических, культурных и др.)
- проведение мероприятий по уменьшению или устранению их воздействия

В планировании беременности должны участвовать оба партнера



Ответственные будущие родители начинают готовиться к появлению ребенка заранее!

Цель консультирования при подготовке к беременности:

- Помощь в формировании чувства желанной и здоровой беременности
- Предоставление информации об изменениях, которые принесет материнство и отцовство
- Информирование об изменениях в организме женщины, которые происходят во время беременности
- Помощь женщине/паре в формировании большей уверенности в себе, устойчивости к возможным стрессовым ситуациям
- Убеждение будущих родителей в необходимости вести здоровый образ жизни

Предгравидарная подготовка снижает:

- вероятность рождения детей преждевременно
- с врожденными пороками развития
- с недостаточным весом



Здоровый образ жизни – залог репродуктивного здоровья!



Репродуктивное здоровье человека



Наш Телеграмм-канал
t.me/crb25



@CRB25



- Подписывайтесь, читайте, задавайте нам вопросы, комментируйте, делитесь информацией о ЗОЖ со своими родными, друзьями и коллегами!

**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!**

