



ПЛАНИРОВАНИЕ БЕРЕМЕННОСТИ



Каждый ребенок должен быть желанным, а каждая беременность — запланированной. Планирование семьи — это один из самых действенных способов сохранения здоровья женщин и детей. Оно позволяет:

- избежать нежелательной беременности;
- регулировать интервалы между беременностями;
- планировать число детей в семье;
- иметь только желанных детей.

Здоровье — это не просто отсутствие заболевания и/или порока развития, а состояние полного физического, умственного и социального благополучия. Здоровье женщины — залог рождения здорового ребенка.

Важной составляющей здоровья женщины является ее репродуктивное здоровье, непоправимый вред которому может нанести искусственное прерывание беременности (аборт), особенно первой. Перенесенный аборт увеличивает риск осложнений во время беременности, родов и в раннем послеродовом периоде. Спектр пагубных последствий аборта для организма женщины широк и включает как ближайшие (воспалительные заболевания матки и придатков, кровотечения, травматические осложнения), так и отдаленные осложнения (бесплодие, внематочная беременность, нарушения менструального цикла). Кроме этого, аборт в 8–10 раз повышает частоту невынашивания беременности, в 2–3 раза — частоту перинатальной заболеваемости и смертности детей в возрасте до 1 года.

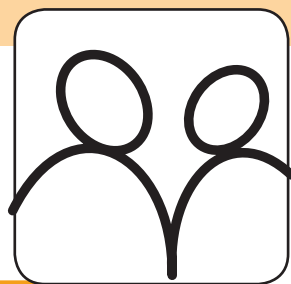
Немаловажная роль в планировании беременности принадлежит методам контрацепции, применение которых позволяет регулировать рождаемость главным образом путем предупреждения нежелательной беременности, что снижает материнскую смертность от абортов на 25–50%. Рационально применяя методы контрацепции, супружеская пара получает возможность родить желанного ребенка и/или регулировать интервалы между родами (известно, что интервал менее двух лет повышает риск акушерской и перинатальной патологии). Следует отметить, что гормональные контрацептивные средства оказывают положительное влияние на репродуктивную систему женщины, предотвращают развитие опухолевых процессов, а презервативы предохраняют от инфекций, передаваемых половым путем (в том числе и от ВИЧ-инфекции).



ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

- 1.** Беременность в возрасте до 18 лет и после 35 лет повышает риск для здоровья матери и ребенка.
- 2.** В интересах здоровья матери и ребенка интервал между родами должен составлять не менее двух лет.
- 3.** Служба планирования семьи предоставляет информацию о средствах контрацепции, применяемых для предупреждения незапланированной беременности.

Планирование беременности



1.

Беременность в возрасте до 18 лет и после 35 лет повышает риск для здоровья матери и ребенка.

Ежегодно из-за проблем, связанных с беременностью и родами, в мире умирает более полумиллиона женщин. При этом на каждую умершую женщину приходится примерно 30 женщин, у которых во время беременности и в родах возникают различные осложнения, приводящие к инвалидности.

Девушка в возрасте до 18 лет физически еще не готова иметь ребенка. Для девушки-подростка роды чаще, чем для взрослой женщины, сопряжены с осложнениями. Отложив первую беременность до того, как ей исполнится по меньшей мере 18 лет, девушка обеспечит себе более безопасную беременность и роды, уменьшит риск рождения маловесного ребенка.

Для принятия решения о рождении ребенка молодым женщинам необходима помощь врачей, родителей и других близких родственников. Они должны знать о возможных осложнениях, связанных с ранней беременностью, о способах ее предупреждения и о том, как правильно подготовиться к беременности и родам.

Если у женщины старше 35 лет уже было четыре или более беременностей, то новая беременность может быть связана как с риском для ее собственного здоровья, так и для здоровья плода и поэтому требует особого внимания и заботы со стороны медицинских работников.

2.

В интересах здоровья матери и ребенка интервал между родами должен составлять не менее двух лет.

Риск гибели новорожденного значительно возрастает, если интервал между родами у женщин составляет менее двух лет.

Одним из факторов, способных оказать неблагоприятное воздействие на здоровье и нормальное развитие ребенка в возрасте до двух лет, является рождение еще одного ребенка в семье. Как правило, в этом случае кормление грудью старшего ребенка прекращается слишком рано, и мать не в состоянии уделять ему необходимого внимания и заботы, что особенно важно, если ребенок болен. В результате дети в таких семьях развиваются хуже по сравнению с детьми, рожденными от женщин, планирующих свою беременность и соблюдающих интервал между родами два года и более.

Женскому организму требуется два года, чтобы полностью восстановиться после беременности и родов. Поэтому риск для здоровья матери возрастает, если интервал между родами невелик. Если интервал между родами не соблюдается, то велика вероятность рождения недоношенного или маловесного ребенка (последние в большинстве случаев растут медленнее и чаще болеют). Об этом должны также помнить и мужчины.

Ответственность за семью в равной мере несут мужчина и женщина, поэтому они оба должны знать о преимуществах планирования семьи. После четырех беременностей, особенно если промежуток между родами был менее двух лет, повышается опасность таких тяжелых осложнений, как кровотечение и анемия, что требует особого внимания врачей.

3.

Служба планирования семьи предоставляет информацию о средствах контрацепции, применяемых для предупреждения незапланированной беременности.

Врачи могут рекомендовать каждой паре наиболее приемлемый, безопасный, удобный и эффективный метод планирования семьи.

Из всего разнообразия противозачаточных средств только презервативы защищают одновременно от беременности и инфекций, передаваемых половым путем, включая ВИЧ-инфекцию.

Исключительно грудное вскармливание может отложить восстановление детородной функции матери после родов примерно на шесть месяцев. Однако этот метод обеспечивает женщине 98 %-ную защиту от новой беременности только в том случае, если ее ребенку менее шести месяцев, менструальный цикл не восстановился, а ребенок находится исключительно на грудном вскармливании и не получает при этом прикорма или жидкости.