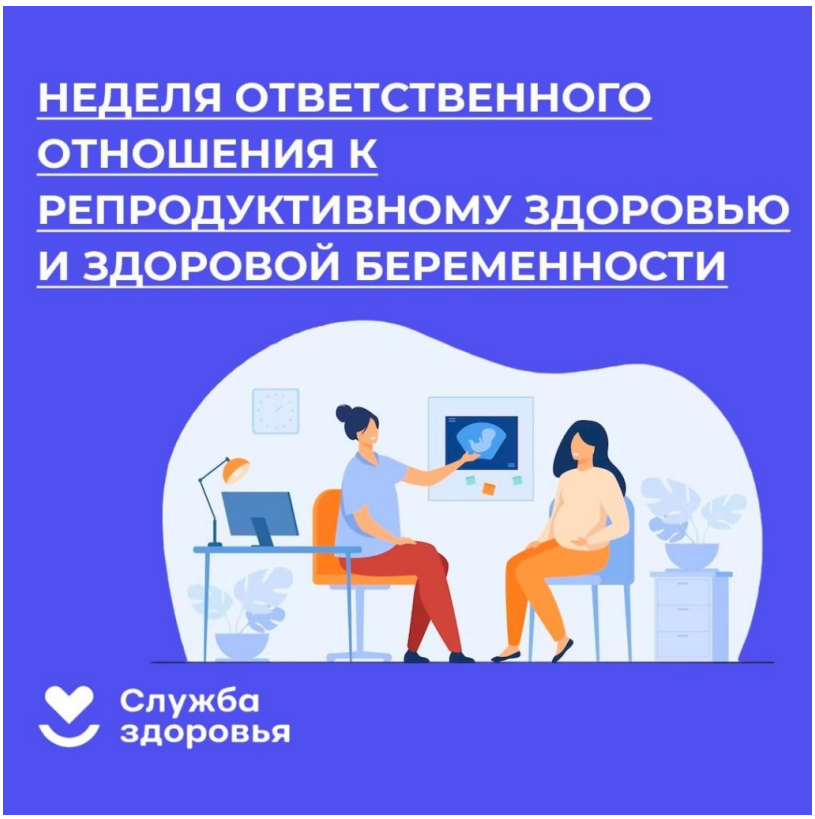
Неделя ответственного отношения к репродуктивному здоровью и здоровой беременности



С 22 по 28 января 2024 года Минздрав России проводит «Неделю ответственного отношения к репродуктивному здоровью и здоровой беременности».

Репродуктивное здоровье – это состояние организма человека, позволяющее воспроизвести здоровое потомство. Репродуктивный период-период жизни мужчины и женщины, когда они способны благополучно зачать, выносить, родить ребенка. Оптимальный возраст для зачатия -25 лет. С возрастом детородная функция угасает: у женщин –после 35 лет; у мужчин- после 45 лет.

Факторы, которые могут повлиять на репродуктивное здоровье женщины:

-аборты;

-вредные привычки (употребление алкоголя, курение, наркомания);

-неправильное питание;

-проблемы со здоровьем (соматические заболевания, заболевания передающиеся половым путем, психоэмоциональное состояние);

-возраст;

-экологическая обстановка.

Правила сохранения репродуктивного здоровья:

-ежегодное прохождение профилактических осмотров или диспансеризации;

-осознанный выбор полового партнера;

-целомудрие и планирование беременности;

-соблюдение интимной гигиены;

-регулярные медицинские осмотры у гинеколога и уролога;

-отказ от употребления алкоголя, курения;

-ведение здорового образа жизни.

ГБУЗ Республики Мордовия «Поликлиника №2»

Центр здоровья