

- **Забота о репродуктивном здоровье начинается с рождения**, с первого дня появления на свет. Уже тогда от родителей требуется максимум внимания. Строение наружных половых органов может сразу показать признаки аномалий, которые требуют исправления или коррекции. Все время нужно самым внимательным образом следить за состоянием детородных органов. Выделения, различные высыпания и иные поражения кожи и слизистых оболочек могут сигнализировать о воспалительном процессе, причиной которому может быть не только инфекция, но и развивающийся диабет. Родители должны помнить, что отступление от требований гигиены могут обернуться серьезными неприятностями для ребенка.
- В период, когда организм активно готовится к взрослению, девочек необходимо особо беречь от инфекционных, в первую очередь вирусных, заболеваний. Важно также ликвидировать все очаги инфекции в организме, в первую очередь кариес и хроническое воспаление миндалин - тонзиллит. **Своевременное выявление и лечение хронических заболеваний внутренних органов – непереносимое условие оптимального развития организма, в том числе и репродуктивной функции.**
- **Маме заранее** нужно рассказать девочке о предстоящих менструациях и научить ее правилам гигиены в этот период. Маме также нужно знать, когда у дочери начинается каждая менструация, сколько дней длится, не сопровождается ли болями.

- **При появлении симптомов воспаления** половых органов, нарушения полового развития и менструальной функции необходимо своевременно **обращаться к детскому гинекологу**. Во всех случаях самое главное - не нужно ждать, что болезнь пройдет со временем, сама собой. Не бойтесь оказаться для врача лишним, потому что нарушения в состоянии репродуктивной системы могут проявлять себя совершенно неожиданно, и часто случается, что родители приводят к врачу ребенка с запущенной формой болезни.
- **При отсутствии жалоб в первый раз к детскому гинекологу девочку следует вести в возрасте 5-6 лет.** Родители должны убедиться, что ребенок здоров и развивается нормально. **Второе посещение гинеколога - в 8-м классе**, когда с доктором обсуждают характер менструального цикла, начало сексуальной жизни, противозачаточные средства.
- Ведущим фактором в программе борьбы с **незапланированной беременностью** у подростков служит воспитание у них более серьезного отношения к использованию **противозачаточных средств**. Такую работу среди подростков следует начинать заранее, т.к. проведенные исследования показывают, что это повышает ее эффективность в профилактике ранней беременности у несовершеннолетних. Поэтому важно, чтобы родители учились разговаривать со своими детьми на тему секса и

контрацепции. Половое воспитание должно иметь практический уклон, чтобы подростки знали, как и где покупать противозачаточные средства, почему необходимо договариваться с партнерами об их применении, зачем вообще нужно регулярно прибегать к средствам контроля рождаемости. Другой важный аспект полового воспитания состоит в том, чтобы лучше разъяснить подросткам (как мальчикам, так и девочкам), почему применение противозачаточных средств может самым непосредственным образом влиять на их жизнь. **Они должны быть информированы и о том, что применение контрацептивов снижает риск заражения болезнями, передаваемыми половым путем (венерическими заболеваниями, ВИЧ)**

- **Взрослые должны помочь подросткам осознать предстоящие родительские функции и выработать у наших детей ответственность за собственное здоровье.** Подростки должны понять **необратимый характер многих патологических изменений в организме, особенно в половой системе, которые в дальнейшем могут помешать их будущему материнству и отцовству.**

Здоровье, столь малоуважаемое в юных годах, делается в годах зрелости истинным благом; самое чувство жизни бывает гораздо милее тогда, когда уже пролетела ее быстрая половина.

Карамзин Н. М.

Потери наших сил гораздо чаще являются последствием порывов юности, чем разрушительного действия лет. Невоздержная и сластолюбивая молодость передает старости изношенное тело.

Цицерон

Действовать, создавать, сражаться с обстоятельствами, побеждать или быть побежденным - вот в чем вся радость, вся жизнь здорового человека.

Эмиль Золя

Единственная красота, которую я знаю, - это здоровье.

Генрих Гейне

Здоровья не купишь, хотя лекарства продаются.

Юрий Зарожный

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

Сохранение репродуктивного здоровья у подростков

