

МБОУ «СОШ № 4»

**ТРЕНИНГ
ПО ПРОФИЛАКТИКЕ
РАННЕЙ БЕРЕМЕННОСТИ**

Кузьмина Ирина Владимировна



Мама, я беременна... Девочка школьница, глотая слёзы, дрожащим голосом сообщает новость родителям. Любимая и ласковая дочка, которая ещё вчера играла в куклы.

Ранняя беременность - что это? Беспечность подростка, или жестокость жизни, которая сыграла с девочкой злую шутку? Даже в страшном сне мать не хотела бы видеть свою дочь в такой ситуации. Но она встречается на каждом шагу. Почему так важно уберечь свою дочь-подростка от такой проблемы, как ранняя беременность?

Как помочь девочке-подростку избежать ранней беременности

Родители должны говорить со своими детьми о сексе и средствах контрацепции.

Необходимо довести до сознания детей, что ранее начало половой жизни нежелательно.

Однако, если такое уже произошло, лучше все же в доверительной форме поговорить *о безопасном сексе*, который защитит не только от ранней беременности, но и от заболеваний, передающихся половым путем.

Ранняя беременность

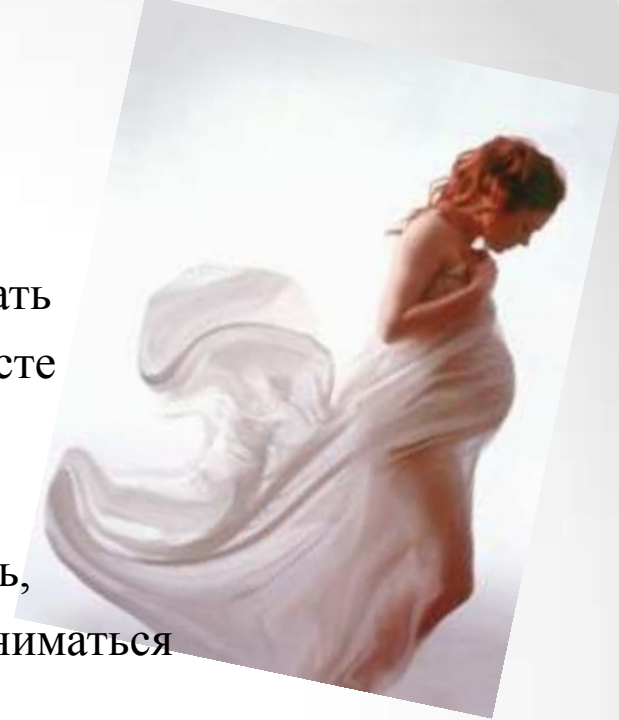
Ранней беременностью (подростковой) принято называть состояние беременности у девочек **13-15 лет**. В этом возрасте в детском организме идет гормональная перестройка, когда она «ещё не женщина, но уже не девочка».

В слаборазвитых странах Африки и Азии беременность, которая по нашим меркам считается ранней, может восприниматься нормально, а то и как божье благословенье.

Но ведь в этих странах никто не придаёт значения детской смертности (и во время родов в том числе), её показатели в этих странах шокирующие.

В Древнем Китае, к примеру, рождение детей пораньше да побольше считалось производственной необходимостью. Кому-то ведь надо было плантации риса возделывать!

На европейских широтах такой необходимости нет, поэтому нашим девушкам нет нужды рожать большое количество помощников, как в китайских или африканских деревнях. Поэтому лучше задумываться о наследниках не ранее, чем организм будет к этому готов.



Когда начинать половую жизнь

Психологи считают оптимальным возрастом для **начала половой жизни 19-20 лет у девушек и 22-24 года у юношей**, то есть между первыми половыми позывами и полным физическим и психическим созреванием разрыв в 5-10 лет. И что же делать все эти годы? Ученые говорят: воздерживаться.

Крупнейшие эндокринологи, физиологи, гинекологи и психиатры сходятся во мнении: *нет болезней, причиной которых стало бы воздержание в этом возрастном периоде.*

Более того, энергия, требующаяся молодым людям для достижения полной физической и социальной зрелости, – сублимированная, то есть преобразована из половой. И при растрате половой энергии человек лишается нравственных и физических резервов для роста и личностных достижений.

Это хорошо известно спортивным тренерам. В большом спорте **половая жизнь допустима только после 22-25 лет**, потому что только в этом возрасте она становится совместима с огромными спортивными нагрузками. И даже взрослым, физически зрелым спортсменам за 1,5-2 недели до соревнований рекомендуется полное воздержание – для аккумуляции и мобилизации сил.



Минус №1

Беременность

На первом месте стоит опасность ранней беременности. Парадокс подросткового и юношеского физического развития состоит в том, что при готовности к половой жизни организм практически не подготовлен к родам. Возникает вопрос: а как же наши бабушки рожали в 14-16 лет?

Ответ простой: при таком ритме к 42 годам женщина становилась прабабушкой, но чаще всего в 40 она была уже глубокой старухой, да и средняя продолжительность жизни была невысокой. Частые роды и тяжелый физический труд вкупе с рано начавшейся взрослой жизнью не позволяли надолго сохранять здоровье.

Однако в сегодняшней ситуации речь о родах в столь юном возрасте идет только у двух из десяти забеременевших. Остальные восемь делают аборт. 60% первых беременностей заканчивается абортом, а у двух третей девушек, сделавших аборт до 18 лет, развивается бесплодие.

Другие осложнения аборта:

- разрыв (перфорация) матки,
- нарушения свертываемости крови,
- кровотечения,
- повреждения шейки матки,
- воспаления яичника и/или придатков и т.д.

Если говорить об **отдаленных последствиях аборта**, то это:

- повышенный риск невынашивания и внематочной беременности,
- заболевания эндокринной и нервной систем,
- психические отклонения,
- рак шейки матки и молочных желез.

Кроме того, у девушек, которые начали жить половой жизнью в 15 лет, впоследствии рак шейки матки встречается в два раза чаще, чем у тех, кто начал ее в 19.

Ранняя беременность – психологическая проблема

Психологическая проблема ранней беременности:

- паника
- гнев,
- нежелание принять ситуацию
- чувство вины.



Это приводит к очень опасным последствиям, особенно, если девочка остается без необходимой медицинской и психологической помощи. Когда беременным девочкам не с кем поделиться своими переживаниями по поводу своего состояния, они оказываются подавленными, переживают страх и чувство вины. Нередко они заканчивают жизнь самоубийством. К сожалению, очень часто резкий переход из детства во взрослую жизнь заканчивается именно так. Особенно, когда девочка остается один на один со своей проблемой, а молодой отец, тут же перестав быть «крутым», уходит в сторону.



Минус №2

Психологические последствия

Сексологи утверждают, что регулярная половая жизнь до 18 лет **тормозит умственное и физическое развитие**. Дело в том, что секс – это огромный стресс для психики и эндокринной и нервной системы, который оказывается не под силу развивающемуся организму.

Чтобы избежать последствий стресса, молодые люди начинают употреблять алкоголь и наркотики, меняют партнеров, но ничто им не дает удовлетворения. Это становится причиной многих подростковых депрессий, ведущих к суициду.

Медики доказали связь между ранним началом половой жизни и наступающими впоследствии **психическими отклонениями**: *неврозами, аффектами, неадекватным восприятием реальности*.

Вступая во взрослую жизнь с целым ворохом внутриличностных конфликтов и проблем, главной из которых является *инфантилизм*, молодые люди не способны построить гармоничные отношения.

Говорить о счастливой семейной жизни в таком случае не приходится. По статистике, более 50% браков у людей, начавших половую жизнь до 18 лет, распадается, а личностная незрелость сегодня является одной из основных социальных проблем, поскольку ее последствия – алкоголизация и наркотизация общества, ранняя смертность, демографический коллапс.

Минус №3

Заболевания, передающиеся половым путем

К этой грозной группе относят не только **венерические болезни**, такие как сифилис и гонорея, но и ВИЧ, СПИД, вирусные гепатиты В и С, генитальный герпес. Таких инфекций более 40 – и каждые 10 лет ученые открывают новые.

УВЕЛИЧИВАЮТ ЛИ ВЕНЕРИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ РИСК ЗАРАЗИТЬСЯ ВИЧ?

Совершенно очевидно, что венерические заболевания подвергают человека сильному риску заразиться ВИЧ. Это может произойти потому, что при венерических заболеваниях на коже и слизистой часто появляются раны и повреждения. Человек, который болен венерической болезнью, должен знать, что если он будет заниматься сексом без презерватива, он подвержен большому риску заражения ВИЧ.

Некоторые болезни достаточно легко лечатся, другие становятся причиной ранней смерти от сопутствующих заболеваний. **Самое страшное: для того, чтобы заразиться, достаточно одного полового контакта.**

Многие из заболеваний, передающихся половым путем, протекают бессимптомно, особенно у девушек.



ЗППП

Основные возбудители инфекций, передаваемых половым путем, и заболевания, которые они вызывают

Бактериальные инфекции

ГОНОРЕЯ

- Мужчины: выделения из мочеиспускательного канала, бесплодие
- Женщины: воспалительные заболевания таза, бесплодие, преждевременное излитие околоплодных вод,
- Оба пола: гонококковая инфекция
- Новорожденные: конъюнктивит, рубцевание роговицы, **слепота**

ХЛАМИДИЙНАЯ ИНФЕКЦИЯ

- Мужчины: выделения из мочеиспускательного канала (уретрит), эпидидимит, орхит, бесплодие
- Женщины: цервицит, эндометрит, сальпингит, воспалительные заболевания таза, бесплодие, преждевременное излитие околоплодных вод, перигепатит; нередко инфекция протекает бессимптомно
- Оба пола: проктит, фарингит, синдром Рейтера
- Новорожденные: конъюнктивит, пневмония

СИФИЛИС

- Оба пола: первичная язва (твёрдый шанкр) с увеличением регионарных лимфоузлов, сыпь, широкие кондиломы, поражение костей, сердечно-сосудистой и нервной систем
- Женщины: осложнения беременности (аборт, мертворождение), преждевременные роды
- Новорождённые: перинатальная смерть, врождённый сифилис

Грибковые инфекции

КАНДИДОЗ

Мужчины: поверхностная инфекция

Женщины: густые творожистые выделения из влагалища, зуд и жжение



Паразитарные заболевания

ЧЕСОТКА

Оба пола: резкий зуд в ночное время, микробная экзема

Вирусные инфекции

ГЕПАТИТ

Оба пола: острый гепатит, цирроз печени, рак печени



СИНДРОМ ПРИОБРЕТЕННОГО ИММУНОДЕФИЦИТА (СПИД)

Оба пола: ВИЧ-опосредованные заболевания, СПИД