

**02 - 08 марта**  
**Неделя**  
**ответственного**  
**отношения**  
**к беременности**



ПЛАНИРУЙТЕ  
БЕРЕМЕННОСТЬ



СОХРАНЯЙТЕ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ  
ЗДОРОВЬЕ



ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ  
ПОЛОВЫХ  
ИНФЕКЦИЙ



ПРОХОДИТЕ  
ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ  
ОСМОТРЫ



ПРАВИЛЬНО  
ПИТАЙТЕСЬ



ОТКАЖИТЕСЬ  
ОТ ВРЕДНЫХ  
ПРИВЫЧЕК

ИЗБЕГАЙТЕ  
ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЯ



СОБЛЮДАЙТЕ  
ГИГИЕНУ



**ПОМНИТЕ, ЧТО РОЖДЕНИЕ РЕБЕНКА НЕ ДОЛЖНО БЫТЬ СЛУЧАЙНОСТЬЮ!**

## ПЛАНИРОВАНИЕ

- Необходимо проходить профилактические осмотры у медицинских специалистов (гинекологов для женщин и урологов для мужчин) регулярно, что позволит предотвратить появление и развитие многих заболеваний на ранней стадии, даже при отсутствии жалоб.
- Еще до планирования беременности женщине необходимо восполнить все дефициты в организме и придерживаться принципов здорового питания до и уже во время беременности, чтобы она проходила комфортно и родился здоровый малыш.



Репродуктивное здоровье – отсутствие заболеваний, которые влияют на деторождение.

## ОСОБЕННОСТИ РЕПРОДУКТИВНОЙ СИСТЕМЫ

- ◆ ЕДИНСТВЕННАЯ СИСТЕМА, КОТОРАЯ НАЧИНАЕТ ФУНКЦИОНИРОВАТЬ НЕ С ВНУТРИУТРОБНОГО ПЕРИОДА
- ◆ ОСНОВНАЯ ФУНКЦИЯ СИСТЕМЫ - ЗАЧАТИЕ, ВЫНАШИВАНИЕ, РОЖДЕНИЕ И ВСКАРМЛИВАНИЕ РЕБЕНКА
- ◆ ОПТИМАЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ ЦЕЛИ ПРОМЕЖУТОК ОТ 20 ДО 40 ЛЕТ



## ФАКТОРЫ РИСКА ВОЗНИКНОВЕНИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ РЕПРОДУКТИВНОЙ СИСТЕМЫ



**РАННЕЕ НАЧАЛО  
ПОЛОВОЙ ЖИЗНИ**



**ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ  
(ОЖИРЕНИЕ, САХАРНЫЙ ДИАБЕТ,  
СЕРДЧЕНО-СОСУДИСТЫЕ  
ЗАБОЛЕВАНИЯ И ДР.)**



**БОЛЬШОЕ КОЛИЧЕСТВО  
ПОЛОВЫХ ПАРТНЕРОВ**



**ВРЕДНЫЕ  
ПРИВЫЧКИ**



**ЗАБОЛЕВАНИЯ, ПЕРЕДАЮЩИЕСЯ  
ПОЛОВОМ ПУТЕМ/ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ  
ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЛОВОЙ СФЕРЫ**



**АБОРТЫ**