

Неделя ответственного отношения к репродуктивному здоровью и здоровой беременности

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

Здоровье репродуктивной системы — это не только отсутствие заболеваний в половой системе, нарушение функций, но и душевное состояние, и общественное благополучие. На репродуктивное здоровье влияет всё, что есть в вашей жизни: стрессы, гормоны, неправильное питание, половая жизнь и также вредные привычки.

Для сохранения репродуктивного здоровья необходимо соблюдать:

- Ежегодный профилактический осмотр у врача акушера-гинеколога (даже при отсутствии жалоб!).
- Безопасное и эффективное предохранение от нежелательной беременности.
- Профилактика, своевременная диагностика и лечение заболеваний, передаваемых половым путём.
- Предупреждение абортотв.
- Своевременное и правильное лечение хронических заболеваний органов малого таза у специалиста.
- Тщательное планирование беременности обоими партнерами.
- Здоровый образ жизни будущих родителей.
- Соблюдение правил личной гигиены.
- Профилактические мероприятия по укреплению иммунитета будущих родителей.
- Сбалансированное питание.