

# Основы репродуктивного здоровья подростка

Урок по основам безопасности  
жизнедеятельности



# Учебные вопросы:

- Признаки беременности.
- Рождение ребенка и уход за новорожденным





Всегда существуют три аспекта ответственности, возникающей при сексуальных отношениях:

- ответственность перед самим собой;
- ответственность перед своим сексуальным партнером;
- ответственность перед возможным ПОТОМСТВОМ.



- Желанный ребенок — это психологический настрой, это ожидание появления ребенка как события счастливого, радостного, это внутренняя готовность преодолеть все неудобства, связанные с беременностью и с появлением младенца, без раздражения, с терпением и симпатией.



- Беременность начинается с момента зачатия, т. е. с момента оплодотворения зрелой яйцеклетки сперматозоидом в маточной трубе.
- С этого времени весь организм начинает перестраиваться на поддержание беременности и обеспечение благоприятных условий для ее течения.



# ПРИЗНАКИ БЕРЕМЕННОСТИ.

- предположительные,
- вероятные
- несомненные



# К предположительным признакам беременности относятся:

- тошнота и рвота по утрам; тяга к острым блюдам, к необычным веществам (глине, мелу), т. е. изменение вкуса;
- отвращение к табачному дыму, к ранее любимым духам;
- сонливость;
- учащенное мочеиспускание.





# К вероятным признакам беременности относятся:

- прекращение менструаций
- увеличение молочных желез
- признаки, которые устанавливают только при гинекологическом обследовании.



# К несомненным признакам беременности относятся:

- прослушиваемое сердцебиение плода и его шевеление, а также положительные результаты лабораторных исследований на беременность. Сердцебиение плода прослушивается с 14—16-й недели беременности при специальном электрокардиографическом обследовании, а шевеление плода при первой беременности определяется с 20-й недели.



- **СРОК БЕРЕМЕННОСТИ** можно определить по задержке менструации: время ее задержки считается сроком беременности. Более точно его определяют в женской консультации при врачебном обследовании.



# Рождение ребенка и уход за новорожденным

- Роды — это физиологический акт, которым заканчивается беременность.
- Течение и исход родов у подростков во многом зависят от их возраста. Если роженице 14 и меньше лет, то процент тяжелых осложнений велик. Главные из них: несоответствие между головкой плода и узким тазом матери; слабость родовой деятельности; травмы родовых путей; сильное кровотечение после родов. При несоответствии между размерами головки плода и таза матери акушеры делают кесарево сечение: вскрывают брюшную полость, затем тело матки и извлекают ребенка из ее полости. Делают это для спасения жизни матери и ребенка.



# ПОВСЕДНЕВНЫЙ УХОД ЗА ГРУДНЫМ РЕБЕНКОМ.

- До 6 месяцев врачи рекомендуют придерживаться ритма: сон — кормление — бодрствование, т. е. кормить ребенка надо сразу же после сна, не перепеленывая его. При таком ритме дети вырастают более спокойными.



# Затем надо приступить к утреннему туалету:

- промыть глазки стерильными тампонами; прочистить нос; вымыть лицо и ручки теплой водой. Перед ночным сном ребенка обычно купают. Гулять с ним нужно зимой хотя бы один раз в день, а в теплое время так часто, как это возможно. Воздух и солнце — лучшая профилактика рахита.
- Таким образом, мама целый год тесно связана с ребенком, она нужна ему ежеминутно.



- . Итак, несмотря на то что ребенок рождается желанным, первые месяцы его жизни — это большая физическая и психологическая нагрузка для обоих родителей, особенно для мамы. Недосып, усталость, беспокойство за ребенка, волнения — все это иногда может вызвать состояние, которое называют послеродовой депрессией.







- Молодому папе тоже приходится нелегко: все внимание любимой поглощено новым членом семьи. Многие отцы попросту боятся младенцев и, чтобы скрыть этот страх, не находят ничего лучше, как устранившись от общения с ребенком, тем самым взваливая весь груз забот на молодую маму.
- Родителям новорожденного необходимо уяснить и всегда помнить, что малышу необходимы еда, тепло, чистота, а главное — любовь как со стороны матери, так и со стороны отца.



# *Ответить на вопросы*

- **1. Объясните, как вы понимаете ответственность в сексуальных отношениях. Какую роль при этом играют характер человека, его поступки, чувства, а также интересы партнера?**
- **2. Назовите признаки беременности. Какие факторы помогают преодолеть недомогания во время беременности?**
- **3. Объясните, почему в подростковом возрасте беременность и роды не являются естественными потребностями организма. Какие могут быть осложнения в этом возрасте?**
- **4. Расскажите о правилах ухода за новорожденным.**



