

репродуктивные процессы, функции и систему на всех этапах жизни.

7. Трое детей в семье.

Ежемесячное созревание яйцеклетки, выброс

в кровь половых гормонов, то есть, полная

богатство к зачатию - держит женский

организм в напряжении. Во время

беременности, родов и кормления грудью,

репродуктивная система «отдыхает»

благодаря подавлению половых гормонов

(эстрогенов и прогестерона) гормоном

пролактином. Биологически организм

женщины запрограммирован как минимум

на рождение троих-четверых детей. Если

придерживаться рекомендаций Всемирной

Организации Здравоохранения, то на грудное

вскармливание ребенка стоит отвести не

менее 1,5 лет. Итого 27-36 месяцев

беременности и 54-72 месяца кормления в

сумме дают 7-9 лет жизни

в спокойном гормональном режиме,

что позволяет долго сохранять молодость

и красоту.



РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ



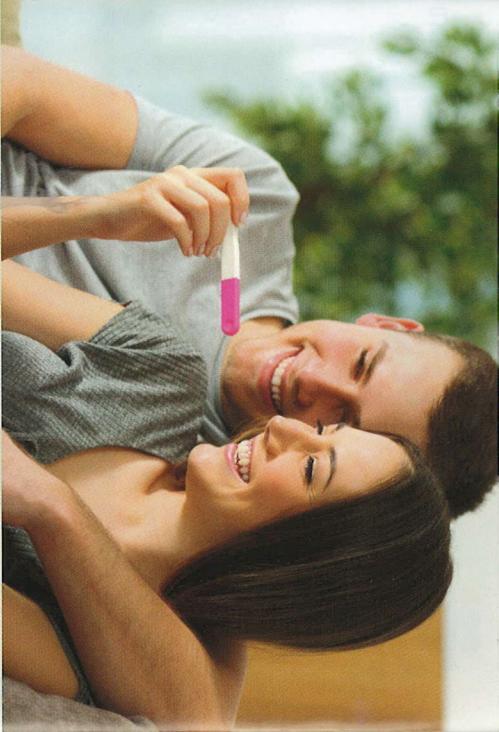
Адрес: Красноярск, б60049, Проспект Мира, 7а
Телефон главного врача +7 (391) 223-11-12
www.krasomp.ru



Министерство здравоохранения
Красноярского края

ПРОЕКТЫ РОССИИ
Укрепление общественного
здравоохранения

2. Выполнить репродуктивную функцию до 35 лет.



Репродуктивное здоровье - это состояние полного физического и социального благополучия, а не только отсутствие заболеваний органов репродуктивной системы или нарушения ее функций.

Идеальная репродуктивная схема

«Сколько иметь детей?», «когда рожать первого ребенка?», «какая разница между детьми оптимальна?» - эти и многие другие вопросы задают молодые женщины, обращаясь к врачу.

Существует разработанная акушерами - гинекологами идеальная репродуктивная схема для женщин. Основные рекомендации, призванные оберегать женское здоровье, примерно выглядят так:

1. Первый ребенок в первые 2 года брака.

Если пара не предохраняется, а беременность не наступает, то пора пройти обследование у гинеколога и уролога и выявить или исключить возможные проблемы со здоровьем. В случае, если пара не планирует иметь ребенка, необходима консультация врача с подбором оптимального способа контрацепции. Нерожавшим женщинам не рекомендуется вводить внутриматочные средства. АбORTы же могут вообще поставить крест не только на будущем материнстве, но и на здоровье женщины.

рекомендуют рожать раз в пятилетку.

старшие дети уже достаточно самостоятельно и не требуют столько внимания, как младенцы, к тому же они уже могут справиться с ревностью к младшим. Однако разница в возрасте еще не настолько большая, чтобы не иметь общих интересов.

3. Выполнить репродуктивную функцию до 35 лет.



4. Первый ребенок в 20-25 лет.
Именно к этому возрасту организм девушки готов к материинству. По статистике, беременность и роды проходят легче, а дети таких матерей более здоровые и крепкие, чем первенцы женщин постарше.

5. Роди двоих до 30: второй ребенок в 25-30 лет.
Доказано, что роды в этом возрасте и грудное вскармливание существенно снижают риск рака молочной железы.

6. Третий ребенок в 30-35 лет.

Третьего ребенка целесообразно родить до 35 лет. Беременность и роды в более позднем возрасте протекают сложнее и требуют пристального наблюдения специалистов. Да и вставать к младенцу по ночам в 40 лет тяжелее, чем в 20.

3. Интервал между родами минимум 3-4 года, идеально 5-6 лет.

В этом случае вероятность рождения недоношенных детей намного ниже. К тому же беременность переносится легче: организм матери успевает восстановиться между вынашиванием, родами и кормлением предыдущего ребенка. Нужно накопить сил, избавиться от стресса, ликвидировать дефицит витаминов и кальция. Детские психологи также

