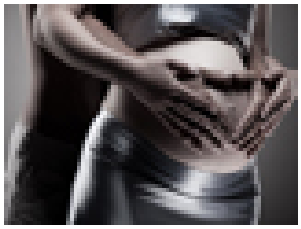
Автор: врач-акушер-гинеколог женской консультации Ж.Голоцевич



Какой смысл можно вложить в слово «планировать»? **Планировать** – значит, собираться, хотеть, надеяться, стремиться к чему-либо и, возможно, заботиться. Когда речь идет о **планировании семьи**, то подразумевают как заботу о здоровье будущих детей, так и супругов.

На сегодняшний день рост сексуальной активности молодежи довольно высок, возраст начала половой жизни снизился в среднем до 15 лет как для девушек, так и для юношей. Как следствие этому катастрофически увеличивается число болезней, передаваемых половым путем (ИППП).

Именно поэтому огромная роль в планировании семьи отводится **профилактике ИППП**. И самый надежный способ их предупреждения – это верность. Раннее начало половой жизни, частая смена половых партнеров, случайные половые контакты без использования средств индивидуальной профилактики являются факторами повышенного риска заражения ИППП. В связи с этим на этапе планирования семьи супружеским парам рекомендуется пройти обследование на наличие ИППП и в случае их выявления пролечить до наступления беременности.

Также большое значение для рождения ребенка имеет определение возрастного периода женщины. Самый оптимальный возраст для рождения детей 20-35 лет. Доказано, что если беременность возникает раньше или позже, то протекает с большим числом осложнений и вероятность нарушений здоровья у матери и ребенка выше. Кроме того, тем, кто уже является родителями, необходимо помнить, что интервалы между родами должны быть не менее 2-2,5 лет: у женщины за это время происходит полное восстановление здоровья и сил. Прерывание незапланированных беременностей путем искусственных абортов порой наносит непоправимый вред репродуктивному здоровью женщины. Исследования показали, что, если у женщины первая беременность

закончилась абортом, в последующем может быть высокий процент неудачных повторных беременностей (самопроизвольные выкидыши, преждевременные роды).

А начинается планирование семьи не с момента вступления в брак, а с заботы о здоровье еще с детского и подросткового возраста. Задумайтесь об этом.