



Кафедра: Политики и управления здравоохранением.

СРС

На тему: Укрепления здоровья семьи, планирование семьи.

Форма выполнения: презентация
Проверила: Карибаева И.К.
Выполнила: Муминова Н.
Факультет: Общая Медицина
Курс: 5
Группа: 11-082-1

АЛМАТЫ 2016
г.

Содержание

- ▶ Введение
- ▶ Укрепление здоровья семьи
- ▶ Планирование семьи
- ▶ Заключение
- ▶ Список литературы

Введение

- ▶ **Укрепление здоровья семьи** — одна из самых важных задач для всех людей. Семья это нераздельное сосуществование детей и родителей, любящих друг друга. А для того что бы близкие люди были счастливы в первую очередь они должны быть здоровы. Когда человек здоров, он получает радость от жизни, и готов дарить её своим близким людям.
- ▶ На сегодняшний день достаточно сильно пропагандируется здоровье всей семьи. Ведь если здоровы родители, то скорее всего будут здоровы их дети. Образ жизни, который ведут взрослые, значительно влияет не только на их личное здоровье, но и на всех остальных членов семьи.



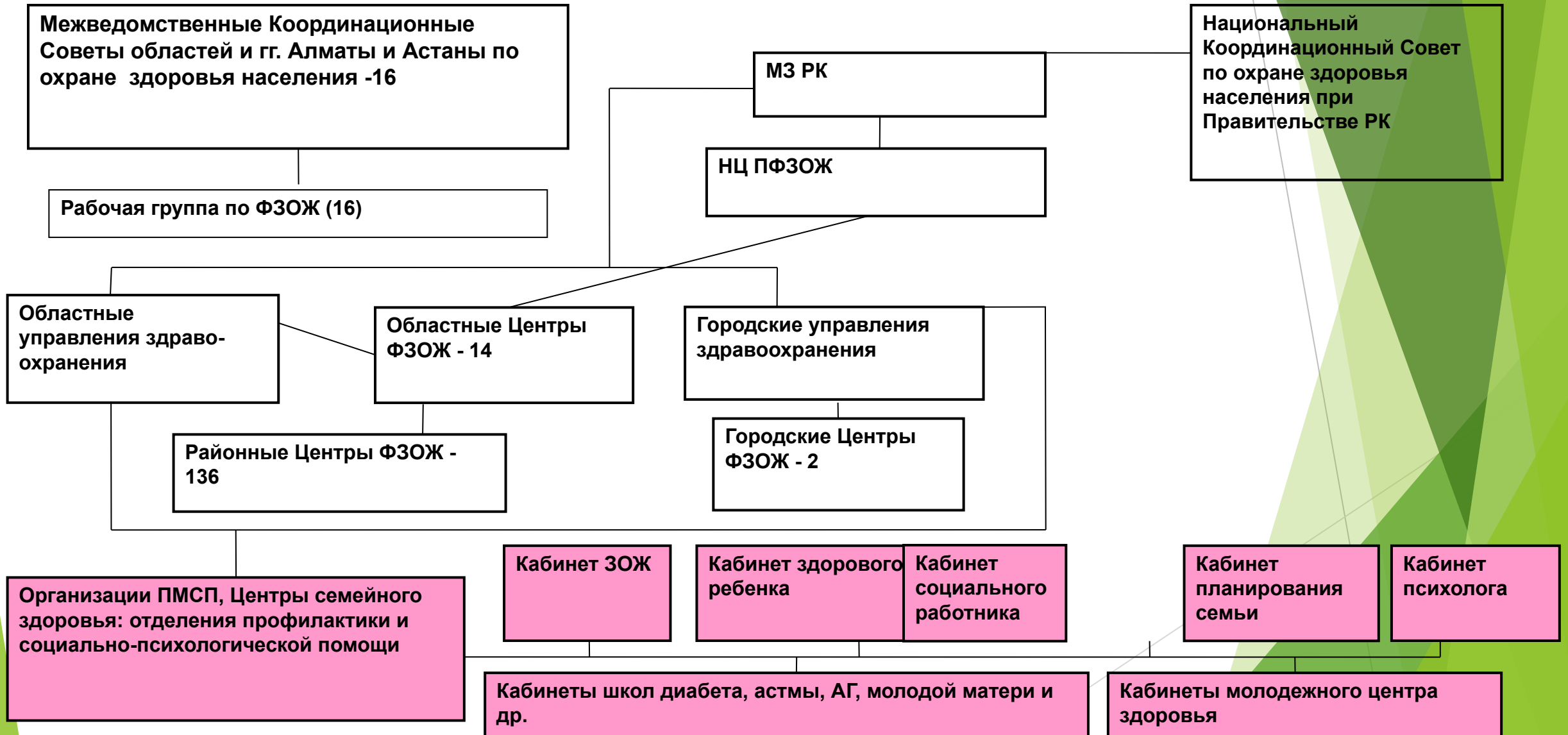
Что бы семья была здорова нужны:

- ▶ **1.Регулярные занятия по укреплению здоровья.** Это может быть зарядка утром ли вечером по 10-15 минут, лёгкий бег всей семьей, лыжи, плавание, катание на велосипедах и т.д.
- ▶ **2.Полноценный сон.** Детям до 4 лет рекомендуем ложиться в 21 00, с 4 лет до 22 00.
- ▶ **3.Здоровое питание.** Это ежедневное употребление свежих фруктов, овощей. Все продукты ярких цветов: красного, желтого, оранжевого, зелёного, вызывают аппетит и приносят огромную пользу организму.
- ▶ **4. Положительные эмоции.** Чем спокойнее будет ваша семейная жизнь, тем меньше вы подвержены стрессам, и, конечно, болезням.
- ▶ **5. Закаляйтесь.** Простой способ - это контрастный душ (смена теплой и прохладной воды) или обтирание мокрым полотенцем. Увеличивайте постепенно время пребывания под прохладной водой. Это вам поможет укрепить сосуды и иммунитет.

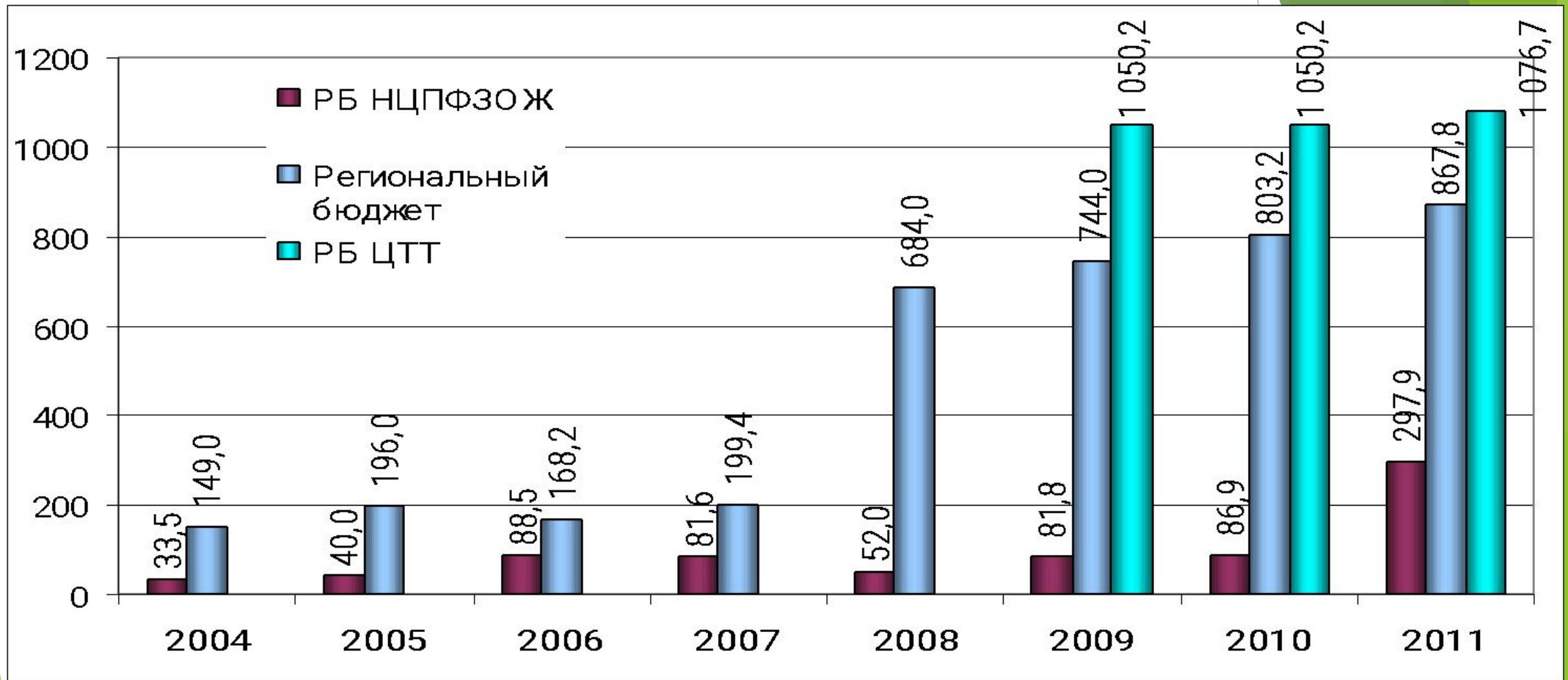
Нормативно-правовая база службы ФЗОЖ

- Долгосрочная стратегия развития страны «Казахстан-2030»
- Кодекс РК «О здоровье народа и системе здравоохранения»
- Государственная программа развития здравоохранения «Саламатты Қазақстан» на 2011-2015 гг.

Структура службы ФЗОЖ



Финансирование службы ФЗОЖ, млн. тенге



<http://www.myshared.ru/slide/297638/>

kaznmi.kz/.../Баттакова-Ж.Е.-Укрепление-здоровья-через-формирова...

Перспективы ФЗОЖ в рамках государственной программы «Саламатты Қазақстан» 2011-2015 гг.

**Профилактика
потребления
вредных веществ**

МТС. Разработка и выпуск информационно-пропагандистских изданий и проведение компаний на ТВ, проведение ежегодных спартакиад, разработка отраслевой программы.
Предусмотрено 481 920,0 тыс. Тг на 2011-2013 гг.

**Развитие
массового спорта и
физической
активности**

МСИ. Создание телепрограммы «Саламатты Қазақстан», выпуск аудио, видеороликов по вопросам здорового питания.
Предусмотрено 23 400,0 тыс. Тг на 2011-2013 гг.

**Содействие и
рациональному
питанию**

МОН. Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата. Включение в рацион питания обогащенных продуктов. Внедрение методического пособия по ФЗОЖ.
Предусмотрено 1 017 900,0 тыс. Тг на 2011-2013 гг.

**Формирование
психологического и
физического
здоровья
школьников**

МВД. Создание роликов и прокат роликов, специальной программы на ТВ по Профилактике дорожного травматизма, разработка и внедрение информационно-аналитической системы учета ДТП.
Предусмотрено 177 348,0 тыс. Тг на 2011-2013 гг.

**Профилактика
социально-
значимых
заболеваний**

МИО. Развитие сети МЦЗ и антитабачных центров.
Предусмотрено 174 205,7 тыс. Тг на 2011-2013 гг. (ЦТТ)

МЮ. Издание и распространение информационных материалов, направленных на ФЗОЖ в пенитенциарной системе. *Предусмотрено 10 848,0 тыс. Тг на 2011-2013 гг.*

МТСЗН. Проведение исследований по продолжительности работы во вредных условиях и раннему выявлению риска возникновения профессиональных заболеваний.
Предусмотрено 41 033,0 тыс. Тг на 2011-2013 гг.

НПО Внедрение новых технологий проведения информационно-образовательных компаний по ФЗОЖ и профилактике заболеваний.
Предусмотрено 487 116, тыс. Тг на 2011-2013 гг. (ЦТТ)

СТРАТЕГИЯ 2030

ГОСУДАРСТВЕННАЯ ПРОГРАММА РАЗВИТИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РК
«САЛАМАТТЫ ҚАЗАҚСТАН» НА 2011-2015 ГОДЫ

Воздействие на не медицинские детерминанты здоровья
(общ. здравоохранение)

Формирование здорового образа жизни

Повышение уровня безопасности условий жизни

Обеспечение здорового питания и водопользования

Улучшение социально-экономических условий

Стратегические и операционные планы Министерств (МЗ, МОН, МТС, МВД, МЮ, МИС, МТСЭН)

Развитие системы здравоохранения

Медицинские детерминанты

- Санитарный надзор
- Медицинские осмотры, скрининги
- Санитарно-гигиеническая грамотность населения, профил. консультирование на уровне ПМСП
- Диагностика и лечение заболеваний

Планирование семьи

- ▶ - это комплекс мероприятий, направленных на снижение заболеваемости и сохранение здоровья женщин и детей, а также имеющих своей целью способствовать супружеской паре в решении следующих задач:

- 1) избежать нежелательных беременностей
- 2) регулировать интервалы между беременностями
- 3) иметь желаемое количество детей
- 4) способствовать благополучному прохождению беременности и рождению здорового ребенка

Эти задачи решаются следующими способами:

- 1) подбор подходящих противозачаточных средств
- 2) лечение бесплодия
- 3) лечение невынашиваемости

Преимущества планирования семьи и контрацепции

- ▶ Предотвращение риска, связанного с беременностью, для здоровья женщин
- ▶ Снижение детской смертности
- ▶ Содействие предотвращению ВИЧ/СПИДа
- ▶ Предоставление возможностей людям и улучшение их образования
- ▶ Уменьшение числа беременностей среди девушек-подростков
- ▶ Замедление роста численности населения

- ▶ Контрацепция - это метод предупреждения беременности у женщин репродуктивного возраста. В настоящее время существуют следующие методы контрацепции:
 - Традиционные (барьерные, химические, биологические, прерванное половое сношение);
 - Современные (гормональная контрацепция, внутриматочная контрацепция);
 - Необратимая контрацепция - хирургическая стерилизация (перевязка маточных труб).

Выбор метода контрацепции - сложная задача. При выборе метода контрацепции учитывается возраст женщины, особенности половой жизни, наличие гинекологических и соматических заболеваний. Подбор метода контрацепции должен делать врач. Если беременность все-таки наступила, и она нежелательна, то последует ее прерывание оперативным способом, т.е. искусственный аборт. Аборт, произведенный в условиях стационара, ведет за собой на порядок меньше осложнений по сравнению с подпольным абортом.

Современные методы и средства контрацепции можно разделить на 7 групп.

I. Естественное планирование семьи (биологические методы): 1. Метод лактационной аменореи; 2. Периодическая абстиненция: (календарный метод; оценка цервикальной слизи; мониторинг базальной температуры; симптотермальный метод)

II. Прерывание полового акта и/или спринцевание.

III. Барьерный метод: 1. Презервативы (мужской; женский) 2. Диафрагмы, колпачки, губки. 3. Спермициды.

IV. Внутриматочные спирали (Нейтральные; Содержащие медь; Прогестиновые)

V. Гормональная и гормонопосредованная контрацепция: 1. Комбинированные оральные контрацептивы (КОК): (монофазные; двухфазные; трехфазные)

2. Чисто прогестиновые контрацептивы (ЧПК): (ЧПК-таблетки (мини-пили); инъекционные гестагены пролонгированного действия; имплантаты; прогестиновая и антипрогестиновая неотложная контрацепция)

3. Мужская гормональная контрацепция.

VI. Добровольная стерилизация (мужская; женская)

VII. Иммуноконтрацепция и другие перспективные методы.

Закон Республики Казахстан

О репродуктивных правах граждан и гарантиях их осуществления

Статья 12. Охрана репродуктивного здоровья граждан 1. Оказание услуг, связанных с охраной репродуктивного здоровья граждан и планированием семьи, обеспечивается организациями здравоохранения и физическими лицами, занимающимися частной медицинской практикой.

2. Медицинская помощь по охране репродуктивного здоровья граждан оказывается организациями здравоохранения и физическими лицами, занимающимися частной медицинской практикой, бесплатно в пределах гарантированного объема.

3. Научные исследования в области репродуктивного здоровья с участием граждан проводятся только на добровольной основе в порядке, установленном уполномоченным органом.

Статья 19. Использование контрацепции 1. Граждане имеют право на выбор методов и средств контрацепции, в том числе медицинской, а также на отказ от них.

2. Гражданам оказывается медико-социальная, консультативная помощь по индивидуальному подбору приемлемых методов и средств контрацепции с учетом состояния здоровья, возраста и индивидуальных особенностей.

Статья 20. Хирургическая стерилизация 1. Хирургическая стерилизация как метод предупреждения нежелательной беременности может быть проведена в отношении граждан не моложе тридцати пяти лет или имеющих не менее двух детей, а при наличии медицинских показаний и согласия гражданина – независимо от возраста и наличия детей.

2. Хирургическая стерилизация проводится только по письменному согласию гражданина организациями здравоохранения, физическими лицами, занимающимися частной медицинской практикой, имеющими лицензию на осуществление данной деятельности, с обязательным предварительным уведомлением о необратимости данной операции.

Статья 21. Искусственное прерывание беременности 1. Женщина имеет право на искусственное прерывание беременности.

В целях предупреждения искусственного прерывания беременности врачи обязаны проводить беседы, направленные на разъяснение морально-этических, психологических и негативных физиологических последствий, возможных осложнений.

2. Искусственное прерывание беременности проводится по желанию женщины при сроках беременности до двенадцати недель, по социальным показаниям – при сроке беременности до двадцати двух недель, а при наличии медицинских показаний, угрожающих жизни беременной, и ее согласия – независимо от срока беременности.

3. Искусственное прерывание беременности несовершеннолетними производится с согласия их родителей или иных законных представителей.

4. В лечебно-профилактических организациях по желанию женщины проводится медико-социальное консультирование до и после искусственного прерывания беременности, включая индивидуальный подбор методов и средств контрацепции.

5. Незаконное производство аборта влечет за собой ответственность в соответствии с уголовным законодательством Республики Казахстан.

Заключение

- ▶ Ежегодно человеческая популяция увеличивается примерно на 2% , что составляет 100 млн. человек, т.е. население большой страны.
Ежегодно 500 тыс. женщин умирает от различных осложнений, связанных с беременностью.
Ежегодно сотни тысяч младенцев и детей погибают из-за отсутствия семейного планирования, т.к. рождаются у слишком молодых или у пожилых матерей, или меньше чем через год после рождения предыдущего ребенка, или в многодетных семьях с плохими бытовыми и социальными условиями.
Ежегодно миллионы людей заражаются СПИДом и болезнями передающимися половым путем (БППП), в связи с чем многие из них вскоре умирают.
Поэтому планирование семьи это не просто выбор метода надежной и безвредной контрацепции, но оптимизация сексуальной сферы и репродуктивной функции Homo sapiens.
- ▶ Планирование семьи играет важную роль в снижении материнской смертности, одной из причин которой являются нелегальные искусственные аборты. Прерывание беременности путем искусственного аборта зачастую наносит непоправимый вред репродуктивному здоровью женщины. Исследования показали, что если у женщины моложе 16 лет первая беременность закончилась абортом, то в последующем высок процент неудачных вторых беременностей (самопроизвольные выкидыши, преждевременные роды). Здоровье детей и детская смертность также тесно связана с возрастом матери и интервалами между рождениями детей. Смертность среди детей, рожденных с интервалом менее одного года, вдвое выше, чем среди детей, рожденных с интервалом в 2 и более лет.
- ▶ <http://kitaphana.kz/ru/downloads/referats/163-medicina/2315-planirovanie-semi-i-kontratsepsiya.html>

Список литературы

- ▶ https://deti.mail.ru/planning/что_такое_planirovanie_semyi/
- ▶ <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs351/ru/>
- ▶ *Закон Республики Казахстан «О репродуктивных правах граждан и гарантиях их осуществления».*
- ▶ Долгосрочная стратегия развития страны «Казахстан-2030»
- ▶ Кодекс РК «О здоровье народа и системе здравоохранения»
- ▶ Государственная программа развития здравоохранения «Саламатты Қазақстан» на 2011-2015 гг.
- ▶ http://medportal.kz/article/zakon_respubliki_kazahstan_ob_ohrane_zdorovy_a_grazhdan14.html