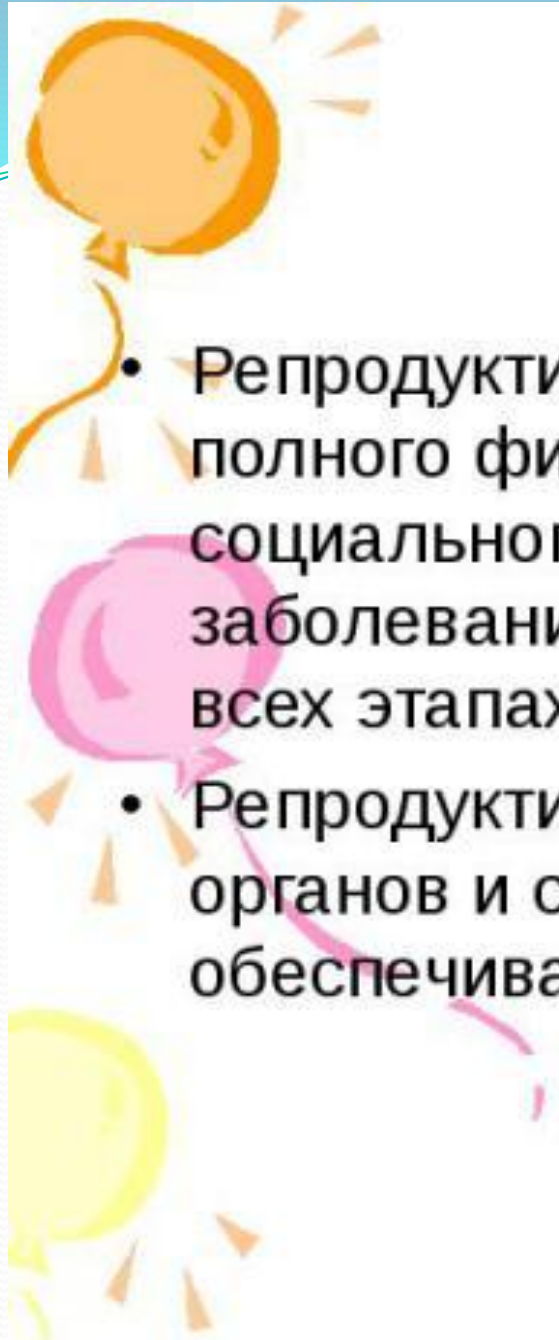




## Репродуктивное здоровье человека

Понятие репродуктивного здоровья происходит от слова *репродукция*. **Репродукция** биологическая — это воспроизведение организмами себе подобных, т.е. размножение.



- 
- The slide features three decorative balloons on the left side: an orange one at the top, a pink one in the middle, and a yellow one at the bottom. Each balloon has a string and small triangular shapes around it, suggesting movement or light.
- Репродуктивное здоровье – это состояние полного физического, умственного и социального благополучия при отсутствии заболеваний репродуктивной системы на всех этапах жизни.
  - Репродуктивная система – это совокупность органов и систем организма, обеспечивающих функцию деторождения

# Репродуктивное здоровье –

это возможность зачать, выносить и родить здорового ребенка. Его сохранение - задача и женщины, и мужчины. Каждая беременность должна быть желанной, а родители будущего ребенка - здоровыми.



# Репродуктивное здоровье населения – базовая основа национальной безопасности



Успешная реализация репродуктивного потенциала – залог высокого качества жизни и здоровья женщины, суть существования социального института семьи, неременное условие стабильной демографической ситуации в стране



Уровень репродуктивного здоровья каждого индивидуального человека и общества в целом влияет на воспроизводство населения в нашей стране, определяет демографическую ситуацию и оказывает существенное, если не основное, значение на состояние национальной безопасности.



# РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ



ПОЛОВОГО РАЗВИТИЯ

СБАЛАНСИРОВАННОСТЬ И  
ГАРМОНИЧНОСТЬ

ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

ПСИХОСЕКСУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ

ПСИХОСОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ

## РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ

СОМАТИЧЕСКОЕ

ПСИХИЧЕСКОЕ

## ЗДОРОВЬЕ

# Факторы, влияющие на репродуктивное здоровье



## Факторы, влияющие на репродуктивную систему в пубертатном возрасте :

- наследственность,
- нарушения работы эндокринных желёз,
- стрессы,
- диеты,
- колебания веса,
- переохлаждения,
- смена климата,
- ранние половые отношения,
- прерывания беременности.



# МНОГОФАКТОРНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ ПОДРОСТКА



ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО

НАЦИОНАЛЬНЫЕ  
ОСОБЕННОСТИ

СОЦИАЛЬНО-  
ЭКОНОМИЧЕСКИЕ  
ФАКТОРЫ

КУЛЬТУРА,  
ОБРАЗОВАНИЕ

МЕДИКО-  
ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ  
ФАКТОРЫ

РЕЛИГИЯ



- **К 16 годам 75% девочек имеют различные соматические заболевания, 37,2% страдают серьезными нарушениями репродуктивного здоровья. Весомый вклад в состояние здоровья вносит деструктивное поведение молодежи с ранними сексуальными контактами (средний возраст сексуального дебюта 16 лет), неразборчивостью в половых связях, низкой культурой секса без применения средств контрацепции и профилактики инфекций ведет к нежелательным беременностям, выполнению абортов.**



# Репродуктивное здоровье

- Репродуктивное здоровье человека – комплексное понятие, включающее в себя не только отсутствие физиологических проблем организма для зачатия и вынашивания здорового ребенка, но и психическое здоровье, а также гармоничную психосоциальную ситуацию в семье.
- Репродуктивное здоровье человека, его основа, задается в момент роста плода в утробе матери и естественным образом зависит от образа жизни, психоэмоционального и физического состояния женщины. Далее в процессе жизни человек может сам повлиять на уровень репродуктивного здоровья, улучшив или ухудшив его.
- Репродуктивные заболевания зачастую приводят к бесплодию. Беременность не вынашивается, замирает либо происходит гибель плода по причине врожденных патологий. Лечение заболевания на первых стадиях позволяет сберечь беременность и родить здорового ребенка.

# Инфекционные заболевания

- Свинка и ветряная оспа могут приводить к мужскому бесплодию. Венерические заболевания (инфекции) также влияют на репродуктивное здоровье, снижая его уровень.
- К ним относятся: гонорея; уреаплазмоз; трихомониаз; генитальный герпес; чесотка; контагиозный моллюск; цитомегаловирусная инфекция; ВИЧ-инфекция; сифилис; хламидиоз; микоплазмоз; вирус папилломы человека; лобковый педикулез; кандидоз.
- Диагностика венерических заболеваний проводится врачом-гинекологом или урологом у мужчин. Симптомы обычно схожи, для точного выявления заболевания проводится несколько анализов – берется мазок, посевы, часто анализ крови на венерические болезни.

# Бесплодие

- Супружеские отношения, когда в репродуктивном возрасте женщине не удается забеременеть при полном отсутствии использования тех или иных средств и методов контрацепции – бесплодные браки. Такие пары встречаются с частотой от 10% до 20-22% на каждые сто постоянных партнерских союзов. Это сопряжено с различными нюансами социальной, общественной и экономической жизни. Обычно в данной ситуации доктора подтверждают, что отсутствие возможности приобрести ребенка это нарушения со стороны одного из супругов:
- Нарушения функций половых органов у женщин составляют 45,5 – 48,0%.
- Мужское бесплодие от 39,5 до 42,3%.
- Несколько реже, около 10 – 15% составляют патологии детородной сферы обоих партнеров.

# Причины бесплодия

- Первичное бесплодие у женщин обычно является последствием следующих причин:
- Воспаление эндометрия на фоне развития спаечных процессов, роста активных иммунных сдвигов различного характера, гормонального дисбаланса и другие, более редкие моменты.
- Диагностирование шейчного и маточного бесплодия чаще всего происходит после многочисленных абортов, произведенных раньше.
- Дисбаланс гормонального фона в виде осложнения приема контрацептивов с большими дозами гормонов.
- Воспаления женских органов половой сферы.
- Послеоперационные явления непроходимости труб матки.

## *Продолжение*

- Повреждение яйцеклеток и собственно течения процесса оплодотворения по причине иммунных сбоев.
- Генитальные и экстрагенитальные условия нарушения функций, влекущих отсутствие овуляции.
- Тяжелые последствия затяжных нервных перегрузок, стресс-статус, осложнения при психоэмоциональных сбоях и заболеваниях психической этиологии.
- Невозможность беременности при невыясненных причинах. Недостаточность диагностики или полное отсутствие обследования партнеров.
- Наиболее широко распространенным причинно-следственным фактором бесплодия является полное или частичное отсутствие процессов овуляции – ановуляция.

## ● Трубный фактор

- При непроходимости труб происходит блокировка трубного канала. Заболевание мешает транспортировке зрелой яйцеклетки в матку. Сперматозоид и яйцеклетка не могут воссоединиться.





## Причины непроходимости труб

- Наличие опухоли или спаек, которые образуются внутри и снаружи маточных труб, между органами малого таза и кишечника. Причинами появления спаек становятся аборты, воспаления в половой системе, травмы, тяжелые роды, гинекологические операции, врожденные дефекты.
- Сальпингит – заболевание, при котором характерно инфекционное воспаление труб матки. Бактериальная инфекция становится причиной болезни только в половине случаев. Возникновение возможно после операции на матке. Обширные раны на органе могут стать благоприятным местом для образования патогенных микроорганизмов. Часто таким заболеванием страдают женщины после абортов. Острая и хроническая форма нередко приводит к бесплодию. При лечении применяется антибактериальная терапия или лапароскопия при особенно острых видах воспаления.

# Гормональный фактор

- Гормональные (или эндокринные) дисфункции яичников, надпочечников, щитовидной железы характеризуются нарушением менструального цикла, нерегулярной овуляцией или ее отсутствием, без которой невозможно зачатие. Если цикл отсутствует 6 месяцев и дольше, следует пройти обследование.
- Если уровень пролактина повышен, возможно выделение молозива из груди и рожавшей, и нерожавшей женщины. При повышенной выработке в крови андрогенов, мужских половых гормонов, работа яичников нарушается, происходит избыточное оволосение на теле, выпадение волос на голове, образование угрей на спине и груди, резкое ожирение. У женщины также может скакать артериальное давление.

- Превышение выработки андрогенов приводит и к поликистозу. Это заболевание характеризуется появлением в яичниках мешочков с жидкостью – кист, незрелых фолликулов с погибшими яйцеклетками. При поликистозе также нерегулярны месячные, оволосение тела повышенное, появляются угри, женщину может беспокоить резкий скачок веса и, наоборот, истощение, боли внизу живота.
- Хромосомные аномалии характеризуются недостатком женских половых гормонов, образованием полового инфантилизма, что также приводит к женскому бесплодию.
- Зачастую гормональный фактор обусловлен следующими причинами:
  - повреждения яичников, в результате чего происходит дисбаланс андрогенов над эстрогенами;
  - недостаток эстрогенов, что способно привести к повреждениям слизистой родовых путей;
  - черепно-мозговая травма или опухоли в области головного мозга.

# Половые инфекции

- Гонорея характеризуется воспалением и образованием спайков. Жжение, боли при мочеиспускании, учащение позывов – первые признаки гонореи. Через два дня или раньше появляются гнойные желтоватые выделения из влагалища. Затем выделения становятся все более густыми, отверстие мочеиспускательного канала или шейка матки краснеют, отекают и покрываются язвочками.
- Часто эта инфекция никак себя не проявляет, и женщина долго не подозревает о ее существовании. Запущенное воспаление перекидывается на матку, трубы и яичники, угрожая образованием внематочной беременности или бесплодием.
- Уреаплазмоз и бесплодие у женщин взаимосвязаны. Инфекция может сохраняться в организме долгие годы и проявиться при стрессе или ослаблении иммунитета. Вызывает непроходимость труб.

## Продолжение

- При уреоплазмозе женщина жалуется на прозрачные выделения, боли при мочеиспускании, половом акте, бесплодие неясной этиологии. Врачи могут поставить диагноз уреоплазмоз, если цервицит, кольпит или вагинит не поддаются лечению.
- Трихомониаз опасен воспалением яичников, матки и образованием спаек. При этом заболевании появляются зуд, обильные и пахнущие выделения желтого цвета, а иногда красного. Иногда половые губы покрываются болезненными язвами. Инфекция способна вызвать эрозию и воспаление матки. Запущенное заболевание приводит к нарушению менструации и бесплодию.
- Хламидиоз часто протекает бессимптомно. Пациент может не знать о появлении инфекции в своем организме, а хламидии будут продолжать распространяться.

- Более 50% бесплодия – это вовремя не обнаруженный и не подвергнувшийся лечению хламидиоз. У женщины наблюдаются следующие симптомы: зуд, покраснение, отечность половых органов, выделения, болезненное мочеиспускание, ощущение тяжести в животе.
- Исчезновение симптомов указывает не на чудесное исцеление, а на образование хронического характера недуга. Хламидиоз способен вызвать внематочную беременность и женское бесплодие. У организма человека нет иммунитета к хламидиям. По этой причине возможно повторное заражение.



# Гинекологические заболевания

- Болезни по части гинекологии тоже могут быть причинами бесплодия: эрозия и воспаление шейки матки, дисплазия, эндометриоз. Эндометриоз – актуальная и недостаточно исследованная тема в научной гинекологии. При эндометриозе клетки эндометрия разрастаются вне матки: в трубах, яичниках, мочевом пузыре. Недуг сопровождается появлением кист с кровянистым содержанием. Хроническое течение болезни обуславливает образование спаек и кист, приводит к бесплодию.
- Современная гинекология не дает точного ответа о происхождении эндометриоза. В основном выделяются несколько причин появления этого заболевания:
- аборты, выскабливания и другие хирургические вмешательства;
- гормональные сбои;
- иммунологические нарушения;
- неблагоприятные факторы окружающей среды.

# Иммунологическая патология

- При иммунологическом факторе бесплодия в женском организме происходит сбой. В результате в слизи шейки матки образуются антитела, повреждающие и уничтожающие сперматозоиды. Причинами такой патологии могут стать аллергия, половые инфекции, гормональный сбой, хронические заболевания половых органов.
- Точно не сформулированы причины, по которым организм женщины отторгает сперматозоиды. Иммунологический фактор можно устранить, применяя медикаментозное лечение. Но такая терапия может быть неэффективной, тогда врачи рекомендуют попробовать ЭКО.



## Другие причины

- Психологический фактор тоже способен стать серьезным препятствием для зачатия. Стресс, тревожность, негативные эмоции в течение долгого периода снижают вероятность зачатия или вовсе делают его невозможным, пока психологическое состояние не улучшится. Стресс является реакцией, позволяющей организму приспособиться к раздражителям. И причины его индивидуальны для каждого человека.
- Хронический стресс истощает защитные механизмы организма. За психологическим фактором нарушения репродуктивной функции могут скрываться гормональные нарушения и другие проблемы. Гормональное и душевное равновесие помогут восстановить занятия спортом, любимое хобби и хорошие эмоции. Если побороть стресс самостоятельно не удастся, целесообразно подключить близких людей или специалиста.

# Продолжение

- Бесплодие возможно из-за раннего климакса, при котором цикл прекращается в 40-45 лет или ранее. Такая патология возможна по различным причинам: нарушения гормонального фона, повреждение яичников или их удаление хирургическим путем, уменьшение количества яйцеклеток в яичниках.
- Беременность невозможна при следующих генетических аномалиях: врожденное отсутствие матки, яичников, труб, недоразвитость яичников, родовых путей.
- Если женщина желает завести ребенка, она должна знать, что обращение к квалифицированным специалистам исключит вероятность появления осложнений. Бесплодие можно лечить много лет, но, в основном, при эффективной терапии и упорстве зачать паре все же удастся.
- Бесплодие – не безнадежный диагноз.

# Нарушения ежемесячного цикла

- Альгодисменорея – наиболее часто встречается из всех видов нарушений цикла. Проявления – боли в области чуть выше паховой, в пояснице, общая слабость. Характерны также тошнота, нарушения стула, мигрень, рвота. Альгодисменорея является симптомом воспалительного заболевания придатков или эндометриоза.
- Дисменорея – это отклонения от ежемесячного цикла, задержка либо более раннее его наступление. Частые перелеты, смена климата усугубляют проблему.
- Олигоаменорея – редкие менструации, большая масса тела, увеличение размера яичников, повышение уровня оволосения.

- Метроррагия – кровотечение между менструациями. Более симптомов нет, но обязательна в данном случае полная диагностика половой системы для исключения опухолей доброкачественных и злокачественных, нарушений свертываемости крови, эндокринных нарушений и болезней печени.
- Аменорея – прекращение менструации на срок от 6 месяцев и более. У таких пациенток отмечается снижение работоспособности, изменения, скачки эмоционального состояния, повышен риск онкологических заболеваний, психических нарушений, болезней сердца.

**Психологическое бесплодие** – невозможность женщины зачать и выносить ребенка при полном гинекологическом и общем здоровье организма. Такой диагноз не является медицинским. Ставить его может только психолог, но после того, как будет проведено необходимое лечение существующих гинекологических заболеваний. Часто бывает, что в паре, желающей иметь детей психологическим бесплодием страдают оба партнера.

- У женщин намного сложнее выявить психологический фактор, влияющий на возможность зачатия, чем любые другие, связанные с физическим здоровьем организма.
- Специалисты отмечают две основные причины этой проблемы:
- навязчивое стремление родить ребенка,
- наоборот, подсознательная неготовность становиться мамой.

## *Психологические причины бесплодия*

- Психологические причины бесплодия у женщин могут иметь корни в далеком детстве. Например, будучи еще школьницей, девочка слышит от родителей, учителей в школе об опасности и неправильности ранних отношений с противоположным полом и ранней беременности, о том, что дети должны появляться только в обеспеченной семье, когда родители уже твердо «стоят на ногах». Подобные беседы с ребенком не всегда оказывают ту помощь, на которую рассчитывали родители в будущем.

Навязываемые в детстве убеждения могут навсегда отпечататься в еще неокрепшем сознании маленького человека. Став взрослой, даже довольно успешной, женщина хочет, но не может насладиться счастьем материнства. А все потому, что еще не куплена машина, еще нет финансовой возможности сменить однокомнатную квартиру на более просторную. Найдется ряд «важных» причин. Подсознание шепчет: «еще не все достигнуто!», выдает установки, заложенные в детстве и блокирует нормальную репродуктивную функцию женского организма. Ребенок не родится до тех пор, пока не будут полностью обеспечены комфортные условия для этого.



*Чтобы разорвать замкнутый круг, женщине нужно принять неоспоримый факт, что жизнь – это всегда череда взлетов и неудач. Родив ребеночка, ей будет не сложнее вдвойне, а в сто крат легче идти к цели, ведь будет ради кого это делать. В тот момент, когда женщина самостоятельно сможет это понять и по-настоящему принять в свое сознание – все получится.*

- Психологическое бесплодие часто развивается, как следствие перенесенного стресса или продолжительных эмоциональных переживаний (депрессии), физических стрессов. Причем переживания могут быть не всегда негативные. Возможно в жизни женщины были ярчайшие позитивные эмоциональные всплески.
- Доказана неразрывная связь между нервной системой человека, эндокринной, отвечающей за гормональный фон, и работой самих органов, в том числе и репродуктивных.



- Подвергаясь сильнейшему разовому или регулярному психологическому воздействию, нервная система оказывает отрицательное влияние на гормональный баланс, что в свою очередь осложняет процесс зачатия или делает его невозможным до наступления равновесия в организме.
- Некоторые девушки и женщины настолько отдаются во власть современным стереотипам о красоте и привлекательности, что готовы жертвовать женским счастьем. Страх безвозвратно или даже на время стать непривлекательной для любимого и окружающих создает для такой женщины непреодолимый барьер к зачатию ребенка. Но остается фактом то, что определенный процент разведенных супружеских пар приходится именно на бездетные, ведь мужчина тоже хочет быть отцом, продолжателем своего рода.

# *ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЕСПЛОДИЕ В ПАРЕ*

- Мужчина так же, как и женщина может страдать от психологического бесплодия. Так у мужчины, который по каким-то причинам не желает иметь детей, может наблюдаться плохое качество спермы, что снижает ее способность оплодотворять.
- Делая выводы из проведенных исследований в данной области, предполагается, что мужчина и женщина с диагнозом «психологическое бесплодие» подсознательно притягивают друг друга. В будущем, тщетно принимая попытки обзавестись потомством, они не догадываются, что в отношениях с другим человеком стать родителями не составило бы никаких трудностей.

Под влиянием подсознания каждый из супругов может совершать поступки, которые напрямую препятствуют зачатию ребенка. Например, муж или жена может спровоцировать беспочвенную ссору и таким образом избежать половой близости именно в самое благоприятное для зачатия время. Часто бывает наоборот. После долгой бездетной совместной жизни у пары не остается ничего общего, кроме одной проблемы – родить ребенка. Наконец, когда это счастье случается, пара неожиданно для всех распадается. Ведь общая и единственная для них цель достигнута



# Методы лечения психологического бесплодия

- В момент диагностирования бесплодия, вызванного конкретным заболеванием, пациентка переживает сильнейшее потрясение. Если не пытаться справиться с эмоциями, в дальнейшем ситуация может усугубиться унынием, понижением самооценки и затяжной депрессией. Так проявляются психологические проблемы бесплодия.
- Если по истечении более двух лет совместной жизни супругов и их активных попыток обзавестись потомством, не наступает счастливый момент зарождения новой жизни, стоит обратиться к врачу. Только после полного обследования организма и сдачи необходимых анализов, результаты которых не выявили никаких значимых отклонений, способных повлиять на зачатие и удачное вынашивание плода, психолог может поставить диагноз «психологическое бесплодие» или бесплодие по непонятным причинам и назначить лечение. Практически каждая бесплодная женщина, имея отклонения в физическом здоровье или нет, страдает в какой-то мере психологическим бесплодием.

На начальном этапе лечения необходимо выявить психологический фактор бесплодия, часто скрывающийся глубоко в подсознании человека. Чаще всего причиной становятся скрытые страхи. Например, страх перед болью, которой сопровождается родовой процесс, перед будущими проблемами и заботами, связанными с рождением и воспитанием детей и т.д. Страх является своего рода защитой организма от опасности, которую якобы влечет за собой беременность и роды. Психолог поможет оказать помощь в определении истинной причины страхов и разорвать их связь с возможностью забеременеть и выносить здорового малыша.



**Применение методики аффирмации.** Это короткая фраза содержащая яркое убеждение. Многократное ее повторение дает человеку нужные установки, оказывая помощь тем самым в улучшении эмоционального состояния, повышает самооценку и меняет мировоззрение, сформированное годами. Женщина может сама для себя разработать необходимые фразы, повторяя которые, она будет получать только положительные эмоции. Изречение должно быть кратким, правильно составленным, звучать как неоспоримый факт обязательно в настоящем времени. Повторяя фразу аффирмации думайте о своих уже случившихся победах или о достижениях, которые обязательно будут в ближайшем будущем. Психологи рекомендуют проводить такие тренинги каждый день по 10 минут и тогда установка начнет действовать.

## *Как самостоятельно приблизить момент счастья*

- Услышав диагноз бесплодия, женщина должна постараться принять его не паникуя. Мыслить нужно холодной головой. Нельзя никого обвинять, в том числе и себя. Необходимо все силы потратить на то, что реально сделать сейчас для приближения заветной цели – стать мамой:
- неукоснительно выполнять рекомендации врача;
- заняться саморазвитием, читать специальную медицинскую литературу, статьи, изучать все особенности строения и функционирования женского организма, чтобы в полной мере понимать целевое значение всех выполняемых медицинских процедур;
- отказаться от вредных привычек, привить любовь к активному образу жизни;
- главное, не жалеть себя, не искать губительных оправданий;
- важно настроиться на то, что путь к желанному счастью займет определенное время (год и более).

- В это время нужно научиться расслабляться и наслаждаться жизнью. Нельзя каждое утро просыпаться и каждый вечер ложиться спать с мыслью о беременности.
- Также нельзя упорно гнать мысли о ней. Думайте, мечтайте, представляйте те ощущения, которые вы будете испытывать, будучи беременной.
- Пусть ваше воображение рисует картины счастья с долгожданным малышом. Но пускать в голову нужно только позитивные мысли, неукоснительно веря в то, что лечение непременно будет иметь счастливый исход.



*Важно не замыкаться в себе наедине со своей проблемой. Поделитесь ею с родными и близкими вам людьми. Не отказывайтесь, примите помощь, предлагаемую вам. Женщина наделена сильнейшим природным инстинктом – инстинктом материнства. В бездетной паре именно она страдает более всего. Особенно важны в этот период жизни теплые и доверительные отношения между супругами. Муж не должен ограждать себя от проблемы, снижать значимость и глубину переживаний супруги, а разделить их сполна и оказать максимальную помощь в достижении общей цели.*



Сложная финансовая ситуация тоже становится фактором, повышающим психическое напряжение, а этого стоит избегать. Будьте открыты для окружающих. Так вы обязательно найдете моральную поддержку и даже материальную, ведь лечение бесплодия всегда обходится в немаленькую сумму денег.

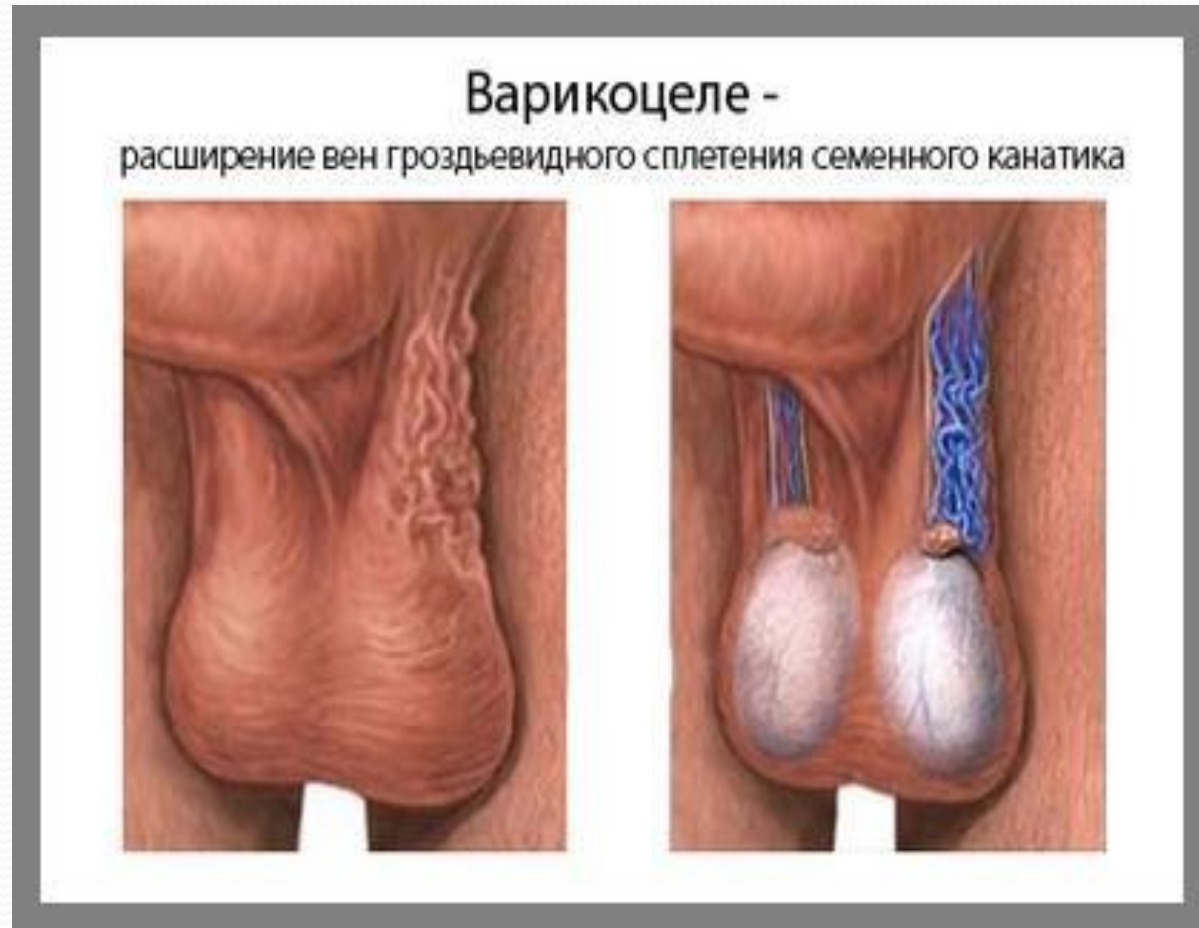
Психологическое бесплодие очень сильно влияет на качество интимной жизни партнеров. Секс становится обязательством, работой, не вызывает у пары прежних ярких ощущений и переживаний. Все необходимо делать по расписанию, в определенные дни в определенных условиях, чтобы была достигнута цель – оплодотворение. Такие испытания становятся роковыми для многих супружеских пар. Чтобы избежать этого, научитесь получать удовольствие от близости с любимым человеком. Не думайте ни о чем, кроме того, что вы – женщина, а он – мужчина. Дайте возможность природе самостоятельно поработать над сотворением новой жизни.

# Мужское бесплодие – это неспособность мужского организма вырабатывать или доставлять в женский организм здоровых сперматозоидов, чтобы зачать ребенка

- Виды мужского бесплодия подразделяются на первичное и вторичное. Если ни одна из партнерш мужчины не могла от него зачать, то это первичное бесплодие.
- Вторичное характеризуется наступлением хотя бы одной беременности и отсутствием последующих.
- Существуют три основные проблемы мужского бесплодия:
  - нарушение подвижности сперматозоидов и их жизнеспособности;
  - резкое снижение их количества;
  - сбой в их продвижении по семявыносящим путям и выбросе наружу.
- При секреторной форме яички не способны производить необходимое для оплодотворения яйцеклетки количество сперматозоидов. Также их подвижность или строение могут быть нарушены.

# Мужское бесплодие и его причины

- Многие семьи не могут иметь детей, в 50% случаев все дело в патологии здоровья мужчины.
- Варикоцеле

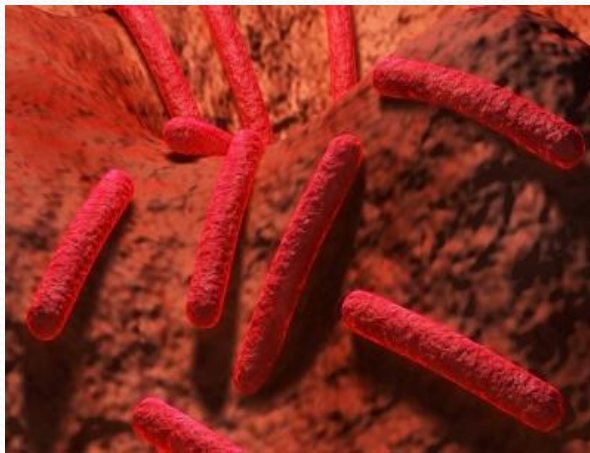


- Варикозное расширение вен яичка, или варикоцеле, часто встречающаяся причина бесплодия. Ей могут быть подвержены мужчины всех возрастов, но особенно это касается подростков в период полового созревания и мужчин зрелого возраста. Диагностируется у 10% мужского населения, а у пациентов с диагнозом бесплодие – в 40% случаев. Причина этой болезни – чрезмерное повышение давления вен. Это может быть связано с высокими физическими нагрузками, а также заболеваниями, вызывающими внутрибрюшное давление, например, болезни почек.
- Признаки заболевания – тянущая боль в яичках, мошонке (ее опущение или увеличение), области паха, которая усиливается при ходьбе, половом акте, активных движениях.
- Варикоцеле выявляется на ощупь путем пальпации специалистом. При более запущенных стадиях определяется визуально, как ярко выраженное варикозное расширение вен, сплетение их в узел, с возможным изменением размеров и структуры яичка.
- Результат болезни – нарушение кровоснабжения яичка, оно атрофируется, прекращает выработку сперматозоидов. Итог – бесплодие.

# Инфекционные заболевания

- Хламидиоз. После попадания инфекции в организм происходит поражение мужского мочеполового аппарата. Признаки заражения: мужчина чувствует боль и резь при мочеиспускании, его беспокоят выделения из уретры, в моче и сперме могут появляться кровянистые вкрапления. Не исключено общее недомогание – слабость, повышение температуры тела. При отсутствии лечения хламидиоз вызывает хронические заболевания, такие как простатит, уретрит, потом бесплодие.
- Трихомониаз. Простейший микроорганизм поселяется в мочеполовой системе, разрушая ее клетки. У мужчин часто заболевание протекает бессимптомно, что означает отсутствие своевременного лечения. Запущенная форма вызывает простатит и уретрит.

- Сифилис – известен с древних времен. Обнаруживает себя проявлениями на коже в виде шанкра или сыпи. Оказывает разрушительное действие на весь организм, в том числе на половую систему.
- Гонорея – инфекция, вызываемая микроорганизмом гонококком. Передается половым путем, в том числе во время орального и анального контактов, а также через средства личной гигиены – мочалки, полотенца, нижнее белье. Признаки заболевания у мужчин – боль при мочеиспускании, желто-белые выделения из уретры. Требуется незамедлительного лечения, иначе вызывает воспаление придатка яичка (эпидидимит), затем бесплодие.



# Воспалительные процессы

- Если лечение инфекций отсутствует, они могут привести к осложнениям, вызвать хронические воспалительные заболевания – простатит и уретрит. При простатите у мужчины пропадает сексуальное желание, при половом акте возможно преждевременное или болезненное семяизвержение. Сперматозоиды теряют активность, могут даже менять свою структуру.
- Уретрит характеризуется сужением канала уретры, что затрудняет эякуляцию. Опасно бессимптомное, вялотекущее состояние болезни, при неправильном лечении переходит в хроническую форму и дает осложнения. Хронический уретрит, который обычно провоцирует гонорея, при отсутствии лечения переходит в простатит.



# Сексуальная дисфункция

- Такая интимная проблема, как сексуальная дисфункция, беспокоит мужчин разного возраста. К этому понятию можно отнести нарушение эрекции и отсутствие эякуляции (семяизвержения не происходит). Обычно мужчины не хотят идти с такими симптомами к врачу и предпочитают относиться к ним, как к временному явлению. Из-за отсутствия лечения заболевание переходит в хроническое и носит постоянный характер. Нарушение сексуальной жизни негативно воздействует на общее состояние всего мужского организма. Это вызывает стресс, депрессию, нервные состояния. Следствием отсутствия половой жизни становится ухудшение отношений в семье.
- Половая дисфункция может быть результатом многих заболеваний и травм: сахарный диабет, болезни почек, гормональные нарушения, повреждение сосудов и нервов мужского полового члена, хирургические вмешательства, болезни сердца и гипертония. Причиной может стать прием некоторых лекарственных препаратов, а также зрелый возраст.

# Иммунологический сбой

- Иммунологический фактор причины бесплодия у мужчин является самым малоизученным в медицине и трудноизлечимым. Под влиянием каких-либо внешних условий иммунная система организма начинает работать на уничтожение сперматозоидов, воспринимая их, как чужеродные клетки. Такая реакция мужского организма обычно возникает при физической травме яичек, когда сперматозоиды попадают в кровь, и лейкоциты пытаются от них избавиться. В итоге атакам подвергаются все сперматозоиды в организме мужчины.
- Подобные действия иммунной системы могут быть связаны и с заражением некоторыми инфекциями. Их клетки присоединяются к сперматозоидам, заставляя лейкоциты воспринимать их как чужеродные и враждебные. Это такие инфекции, как хламидии, микоплазмы, ВИЧ, герпес.

# Гормональное нарушение

- При правильной работе эндокринной системы все гормоны находятся в равновесии. Но есть факторы, которые могут его нарушить: воспалительные процессы, травмы, аллергические реакции, стрессы, возраст. Гормональный дисбаланс негативно влияет на весь организм в целом, вызывает ожирение, сахарный диабет, остеопороз, злокачественные опухоли, бесплодие. Нарушение выработки главного мужского гормона – тестостерона – напрямую влияет на репродуктивную функцию.
- Признаки снижения уровня тестостерона в организме:
- Вялость, утомляемость
- Снижение либидо
- Депрессия
- Сокращение мышечной массы
- Ожирение с увеличением грудных желез
- Изменение голоса
- Уменьшение размера яичек
- Отсутствие эрекции
- Уменьшение волосяного покрова на лице, подмышках, в паху.

# Гормональное нарушение

- Такие процессы обычно возникают у мужчин зрелого возраста, когда выработка тестостерона снижается по причине старения. Но бывают и врожденные патологии эндокринной системы, когда таким недугом страдают маленькие мальчики. Возможен гормональный сбой в период полового созревания в подростковом возрасте.
- Существует несколько типов гормонального нарушения:
- Понижение уровня мужских половых гормонов. Результат – уменьшение или полное отсутствие сперматозоидов.
- Высокий показатель уровня гормона пролактина. Ухудшение качества спермы, отсутствие либидо и эрекции.
- Повышение уровня женских половых гормонов. Они есть в организме каждого мужчины и в нормальном количестве участвуют в работе головного мозга, яичек, простаты, костной и жировой ткани. Увеличение приводит к нарушению созревания сперматозоидов и сексуальной дисфункции.

# Генетика

- Самой нежелательной причиной мужского бесплодия считаются генетические отклонения. Мужчина может даже не догадываться о наличии у него мутации. Она выявляется только при сдаче соответствующих анализов, которые назначаются при бесплодии неясного происхождения. Это исследование крови из вены и спермы. Генетические отклонения невозможно вылечить.
- Причиной их может стать наследственность и негативное влияние окружающей среды (наркотики, радиация). При генетических патологиях в спермограмме обнаруживается полное отсутствие сперматозоидов или их малое количество.
- Бесплодие может иметь место из-за мутации ДНК самих сперматозоидов. Они нежизнеспособны, и не в состоянии оплодотворить яйцеклетку. Редко встречается врожденное отсутствие семявыносящего протока мужского полового члена. Еще одна причина бесплодия – аномалия набора хромосом, например, лишняя X-хромосома.

# Образ жизни

- Неудачные попытки зачать ребенка могут быть следствием образа жизни, который ведет мужчина. Одна из главных причин – курение. Это настоящая проблема, ведь половина человечества – курильщики. Токсические вещества, содержащиеся в сигарете, прямым образом влияют на качество спермы, количество сперматозоидов, их активность, происходит изменение структуры ДНК. После отказа от курения очищение организма от токсинов длится около трех месяцев, после чего репродуктивные функции мужского мочеполового аппарата полностью восстанавливаются.
- Поэтому, прежде чем пытаться зачать ребенка, врачи рекомендуют бросить курить.



Токсические вещества, содержащиеся в сигарете, прямым образом влияют на качество спермы



Прием алкоголя в больших количествах снижает выработку тестостерона

- как следствие – отсутствие сексуального влечения и импотенция, также он влияет на активность сперматозоидов. Пристрастие к алкоголю угнетает нервную систему, провоцирует неврозы, депрессии, состояние тревоги, неустойчивые психические состояния, что также приводит к половой дисфункции и бесплодию.

- Влияние на мужское здоровье оказывают и внешние факторы: плохая экология, радиация, нехватка витаминов и микроэлементов. Мужчина может даже не осознавать, что некоторые его повседневные действия резко уменьшают шансы иметь детей: ношение тугих одежды, частое посещение сауны, слишком большие нагрузки при занятиях спортом, или, наоборот, малоподвижный или сидячий образ жизни.

*Иммунологическая несовместимость партнеров.*  
В 10% бесплодных браков у пары не находят заболеваний, способных вызвать бесплодие. У них возможны дети от других партнеров. Тогда диагностируется иммунологический фактор бесплодия. Или несовместимость.





- Организм мужчины вырабатывает антитела против своих же сперматозоидов, которые называются антиспермальными. Причинами образования антител становятся облитерация, инфекции, травмы половых органов, варикоцеле. Также играет важную роль наследственная предрасположенность. Определяют антиспермальные антитела андрологи.
- От разновидности антител и их локализации зависит степень нарушения оплодотворения. Если антиспермальные антитела прикрепляются к кончику хвоста сперматозоида, сперматозоид не способен двигаться. Локализация антител на головке препятствует оплодотворению.
- Лечение такого бесплодия должно быть комплексным и включать избавление от всех причин и симптомов. Лечение может понизить продукцию антител, а также удалить те антитела, которые уже успели прикрепиться к сперматозоидам. Но иммунологический сбой является серьезной проблемой и плохо поддается лечению.

# Причины мужского бесплодия

- 1. Венерические заболевания (гонорея, сифилис, хламидиоз и другие) часто могут быть причиной бесплодия.
- 2. Свинка (эпидемический паротит по МКБ-10) – серьезнейшее заболевание, которое чаще переносят дети и подростки. Проникновение вируса возможно через носовые слизистые, рот и полость глотки. При размножении отрицательно воздействует на нервную систему, железы и дает осложнения на яички, способствуя возникновению мужского бесплодия. Начинается с воспаления слюнных желез. Лицо при этом заболевании может приобрести округлую форму.
- 3. Неопущение, перекручивание яичек и другие травмы или дефекты половых органов могут быть причинами бесплодия в 10 % случаев.
- 4. Гормональные нарушения могут сказаться на качестве спермы. Дефицит тестостерона, мужского полового гормона, тоже опасен наступлением бесплодия.

- 5. Сексуальные нарушения, которые выражаются в слабой эрекции или преждевременном семяизвержении, катастрофически снижают шансы на зачатие ребенка. Причина кроется в психологических проблемах, а также в заболеваниях сердечно-сосудистой системы, урологических заболеваниях, диабете, травмах полового члена, эндокринных дисфункциях.
- 6. Внешние факторы тоже могут влиять на репродуктивную способность: алкоголь, курение, наркотики, медикаменты, недостаток цинка, плохая экология, тугая одежда и слишком тяжелые физические нагрузки. Воздействие радиации, электромагнитных колебаний способны нарушить сперматогенный эпителий яичек.
- 7. Высокие температуры также нарушают функцию яичек. Не следует долго париться в сауне или бане, а также долго сидеть в горячей ванне. Нужно заканчивать эти процедуры прохладным душем.
- 8. Опасны регулярные велосипедные тренировки. Сдавливания и удары приводят к нарушению функций яичек.

# Профилактические меры

- Во-первых, это регулярность половых актов – раз в пару-тройку дней является нормальным для выработки жизнеспособных сперматозоидов. Естественно, партнерша должна быть одна – неразборчивые связи приводят к еще более тяжелым заболеваниям.
- Во-вторых, следует правильно подбирать белье – свободное из натуральных тканей – так оно будет поддерживать нормальное кровообращение в сфере малого таза и не приведет к перегреву яичек.
- В-третьих, отказ от вредных привычек, а также замена их правильным рационом питания, полноценным сном и т.д.
- Дополнительно стоит озадачиться нормализацией режима дня, уменьшением стрессов – в некоторых случаях для этого придется принимать специальные успокоительные препараты, и многими другими факторами. И стоит расслабиться, тогда шансы на успех существенно вырастут.

# Повышение и сохранение репродуктивного здоровья

- Кроме заболеваний физиологического характера, на репродуктивное здоровье могут влиять следующие факторы:
- здоровый образ жизни – питание, хороший отдых, отсутствие вредных пристрастий, отсутствие стрессов либо формирование привычки быстро справляться с ними;
- соблюдение правил гигиены, привитых с детства — умывание и душ по утрам и вечерам, использование своей бритвы, щетки, мыла, мочалки, полотенца;
- культура половых отношений – знания о последствиях ранних абортов, отсутствие беспорядочных связей, понимание необходимости использовать средства защиты от болезней, передающихся от полового партнера, даже если партнер один и постоянный;
- травмы половых органов – как результат снижение половой функции у мужчин;

- условия труда – имеет смысл сменить работу, если женщина собирается рожать ребенка, мужчина – зачинать его, но условия деятельности могут стать помехой этому. Здесь в качестве примера можно говорить о любой тяжелой физической работе для женщины и работе в условиях повышенной температуры для мужчины;
- экологические условия – загазованность воздуха, большое количество заводов в регионе проживания могут спровоцировать выкидыши либо бесплодие. Азот, сера, металлы, ртуть, формальдегиды содержатся в дыме из заводских труб. Последствиями вдыхания этих веществ могут стать изменения в работе органов мужчины и женщины.

## *Очень важно пить витамины курсами в необходимом суточном количестве*

- витамин А – большая роль в выработке гормонов половой сферы;
- витамин С – полезен для многих систем организма, повышает тонус и иммунитет;
- витамин Е – снижает риск выкидыша при недостатке у женщин, снижение выработки семенной жидкости у мужчин;
- Йод – для отличной работы щитовидной железы, которая напрямую связана с мочеполовой системой;
- фолиевая кислота – важнейшая роль в предотвращении дефектов развития нервной системы в утробе матери.

# Охрана репродуктивного здоровья

- Охрана репродуктивного здоровья включает в себя ряд мер, результатом которых будет повышение рождаемости и снижение всех факторов, препятствующих этому. К ним относятся:
- бесплатная медицина;
- обязательные медицинские осмотры – в школе, на работе;
- мероприятия разъяснительного характера для взрослых и подростков;
- профилактические мероприятия для сохранения и улучшения уровня репродуктивного здоровья.
- Охрана репродуктивного здоровья не должна ограничиваться государственными мерами. Не менее важно вести просветительскую работу в семье.
- В погоне за впечатлениями ребенок часто не может адекватно оценить масштаб возможной проблемы либо фактически проблема не там, где видит ее он.



- Девочки-подростки могут пойти на аборт только потому, что ими руководит страх перед отцом или матерью, страх стать изгоем среди сверстников, страх «упустить молодость». В каждой отдельно взятой семье родителям необходимо научиться разговаривать с ребенком, ввести добрую традицию обсуждать важные вопросы. Главный принцип – не ругать, но воспитывать.
- Тогда девочка-подросток пойдет не на аборт, а к матери, которая скажет ей, что нужно рожать, иначе потом могут возникнуть серьезные нарушения, как следствие – бесплодие. А, может, этот разговор родителя и дочери никогда не состоится, если ранее мать объяснит девочке лет 11-15, как поступать в таких ситуациях, почему никогда не нужно бояться поделиться проблемой, что родители всегда все поймут.
- Здоровый образ жизни, пропагандируемый в семье, высокий уровень культуры взаимоотношений, забота, спокойное обсуждение без осуждения любой «щекотливой» темы – пожалуй, самый важный вклад взрослых в будущее своего ребенка.

