

**Қ.А.ЯСАУИ АТЫНДАҒЫ ХАЛЫҚАРАЛЫҚ ҚАЗАҚ – ТҮРІК
УНИВЕРСИТЕТІ
ДИПЛОМНАН КЕЙІНГІ КЛИНИКАЛЫҚ ОҚЫТУ ОРТАЛЫҒЫ
ИНТЕРНАТУРА ЖӘНЕ РЕЗИДЕНТУРА БӨЛІМІ**

«Акушерлік іс және гинекология» кафедрасы

Интерннің өзіндік жұмысы:

Қабылдаған: Құлжабаева. Ж. М
Орындаған: Тұяқбаева. Г
ЖТД-729





Тақырып



Зиянды факторлардың ұрыққа тигізетін әсері



*Жоспары

I. Кіріспе

*Тақырыптың өзектілігі

II. Негізгі бөлімі

*Зиянды әдеттер және жүктілік

*Темекі шегу.

*Алкогольді ішімдіктер.

*Кофе мен Кола

*Кейбір азық-түліктер

*Ауыр зат көтеру, еңкею және жылдам қимылдау

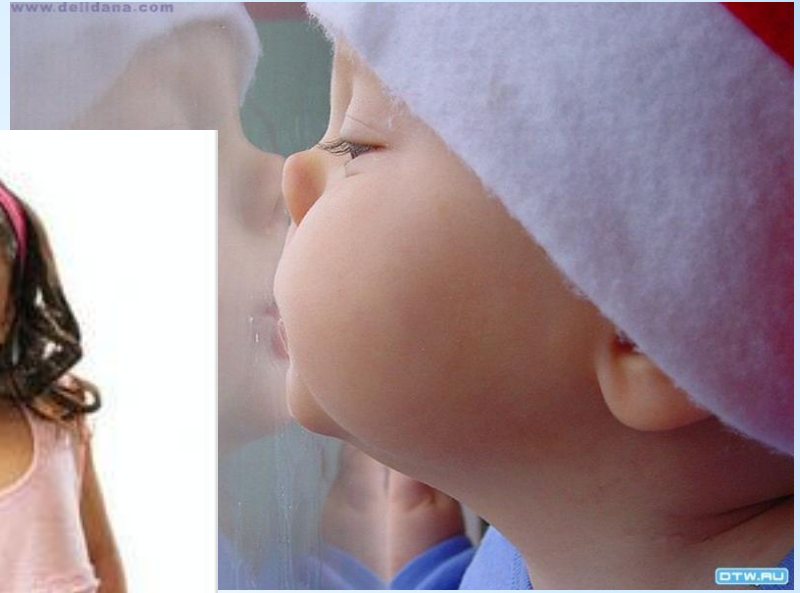
III. Қорытынды

**Тақырыптың өзектілігі:*

Салауатты өмір салты (СӨС) – аурудың алдын алу және денсаулығын нығайту мақсатында жеке адамның ұстанған өмір сүру дәстүрі.

Салауатты өмір салтының өзектілігі қоғамдық өмірдің күрделенуіне, денсаулықты нашарлататын жағдайларды өршітуші техногендік, экологиялық, психологиялық, саяси және әскери сипаттағы қауіптердің көбеюіне байланысты адам ағзасына әсер ететін ауыртпалықтар сипаттарының өзгеруі мен ұлғайуынан туындайды.

” Бірінші байлық - денсаулық ” деп дана халқымыз айтқандай болашақ еліміздің әрбір азаматын зиянды әдеттерден сақтандыру. Денсаулыққа кері әсерін тигізетін зиянды әдеттердің адам өміріне зиянды және улы екенін түсіндіре отырып, саналылыққа құқықтық тәрбиеге баулу.



*Біз бәріміз дені сау бала туғымыз келеді, бірақ
әрдайым бұған қажеттінің барлығын жасай
бермейміз*

Темекі шегу



Ішімдік



Есірткі



*Егер дер кезінде бұл зиянды әдеттерден құтылмаса, бұл
болашақ баланың аномалиялық ақауларына әкелуі мүмкін.*

Физикалық факторлар: Оларға физикалық жүктеме, механикалық әсер, діріл жатады. Жүкті әйелдерге ауыр көтеру, тырысып тұратын киім кию, қоғамдық көліктің әртүрлі түрлерін жиі пайдалану, әсіресе жүктіліктің соңғы айларында зиянды.

Биологиялық факторлар: Ұрық ағзаларына басқа организмдердің (вирус, бактерия т.б.) әсері жатады. Микроорганизмдер әйелдің ағзасына түскеннен кейін түрлі инфекциялық және вирустық аурулар тудыруы мүмкін.

Химиялық заттар: Бұған тағамдық заттар, дәрілік заттар, никотин, ішімдік және т. б. жатады.

** Зиянды әдеттер және жүктілік:*

Алкоголь құрсақтағы нәрестеге өте зор зиянын тигізеді. Алкоголь плацент арқылы өтіп, нәрестенің қанайналысына түсіп, келешек баланың денесін улай бастайды, тамақтануы нашарлап, ол аштыққа душар болады, эмбрионның бауыры әлі өсіп жетілмегендіктен алкогольдың улы әсерлеріне төтеп бере алмайды, сонымен қатар басқа да дене мүшелерінде зиянды өзгерістер болады.

Ұрықтың дамуына әсер ететін факторлардың жіктелуі:

Физикалық; Биологиялық, Химиялық.



Маскүнемдікпен айналысқан әйелден туған бала басқа балаларға қарағанда ауытқушылық өзгерістерімен туылады: оның бойы, дененің салмағы, бас көлемі қалыптан кішірек: оның маңдайы қысқа, иегі дұрыс формада болмайды, мұрыны жапырылған. Мұндай балаларда құрсақ ішіндегі дамуда маскүнемділік тәуелділіктің белгілері пайда болады және әртүрлі ақаулар байқалады. Кейінірек физикалық және ойдың дамуында тежеуілдегендік көріне бастайды.



* Алкогольді ішімдіктер.

Құрамында спирттік қоспалары бар ішімдіктердің зияны ден сау адам үшін де аз емес. Ал іштегі шаранаға тигізер зиянын айтпаса да түсінікті. Ішімдіктерді тек жүктілік кезінде емес оның алдында да ішетін ер мен әйелдің балаларының денсаулығында қандай да бір кемістік болады. Өйткені қанға сіңген улы заттар еркектің аталық безіндегі ұрықта да болады. Сол ұрық ананың бойына өтіп, одан бала дамиды. Аздаған мөлшердегі алкогольдің өзі жатырдағы баланың дамуына зиянын тигізе алады.

Ішімдіктің әсері

Жүктіліктің асқынуы

2-4 есе жиі түсік, босану процесінің баяулауы және өзгеде асқынулар



Ішімдік плацента арқылы өтеді және ұрыққа әсер етеді. Егер сіз бір бакал шарап ішсеңіз онда оны сіздің болашақ балаңызда ішті деп ойлаңыз.

Сізге бұл ұнай ма?

Жүктілік кезінде ішімдікті шамадан тыс қолдану ұрықтың ішімдіктік синдромына алып келеді. Оданда арақтан ұрықтанудан 3 ай бұрын бас тартқан дұрыс, себебі ішімдік ер және әйелдің жыныстық жасушаларына зақым келтіруші әсер етеді.



* Шылым шегу.

Сигареттің құрамындағы никотин құрсақтағы нәрестеге қатерлі әсерлер береді, оны гипоксияға душар етеді. Ең алдымен баланың миы сезеді, онда ой-өрісінің ақауы пайда болады, психомоторлық дамуы бұзылады және әртүрлі балалар ауруларына қарсы тұратын қасиетін жоғалтады.

Жүктілік кезінде жасауға болмайтын әрекеттер. Жүктілік кезінде аяғы ауыр әйелге дұрыс күтім қажет. Әйелдің денсаулығы мен жалпы жағдайы іштегі ұрыққа тікелей әсер етеді. Сәбидің дені сау болып туылуы үшін қандай әрекеттерді істемеу керектігін айта кетейік.



* Темекі шегу.

Темекі шегудің зияны әйелдің денсаулығына ғана емес іштегі сәбидің денсаулығына кері әсерін тигізеді. Сәби туа бітті ауру болады, денсаулығы нашар болады, тіпті, өлі туылатын да кездері болады.



Темекінің әсері (никотина)





**ОН УЖЕ ИМЕЕТ МОЗГ, ПОЗВОНОЧНИК И
НИКОТИН В СВОЕМ ОРГАНИЗМЕ!**



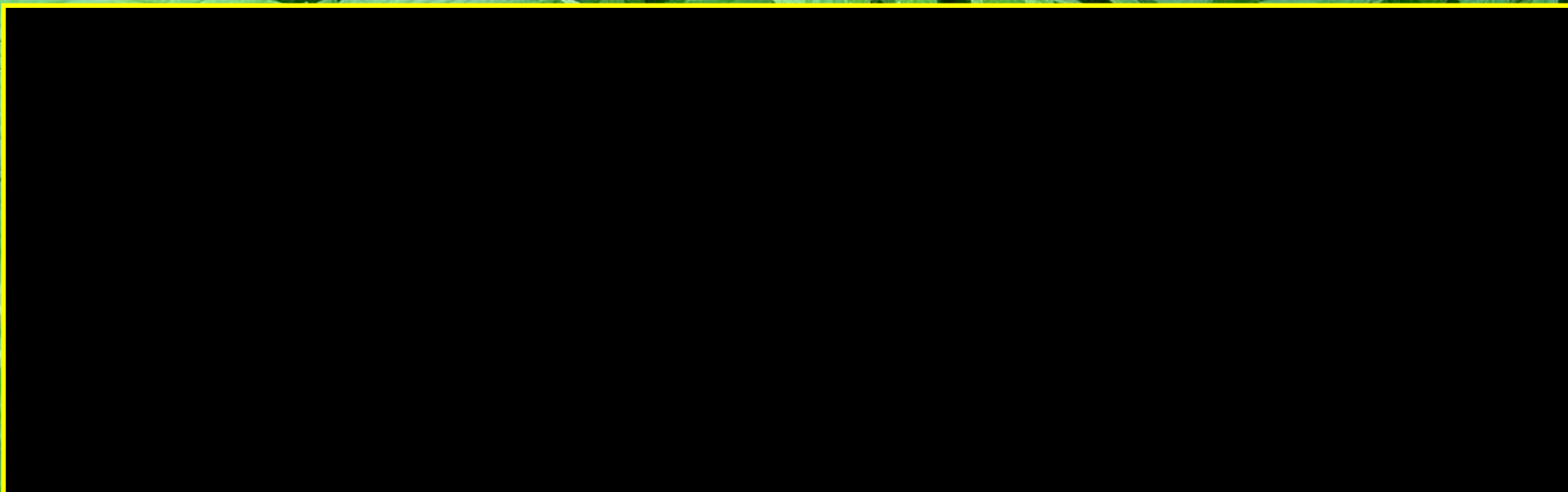
Жүктіліктің асқынуы:

- Қан кету, плацента аймағындағы қан айналым бұзылысы;
- Босануы ағымының баяулауына, өздігінен түсік, уақытынан ерте босанудың жоғары қауіптілігі – 14% (шала туылған балалар) немесе плацентаның сылынуы (өлі туылуы).

Ұрыққа дер нәтижесі:

- Ұрықтың өсуінің баяулауы (ұзындығы және дене салмағының босанғаннан кейінгі азаюы
- Тума ауытқушылықтардың, ақыл есінің төмендеуіне жоғары қауіптілік.
- Кенеттен өлімнің мүмкіндігі 2,5 есе ұлғаяды

Есірткі



Есірткі түрлері:

1. Кокаин

2. Опиаты (героин, морфин, кодеин, «Белый китаец», «Маковая соломка», «Ханко», «Марля»)

3. Бензодиазепины

4. Марихуана, гашиш

5. Галлюциногены (грибы вида LSD, PCP или фенциклидин, циклодол, димедрол, тарен)

6. Барбитураты (снотворные) (фенозепам, радедорм, реланиум, элениум, имован, донормил, реладорм, «Буратино»)

* Кофе мен Кола

Кофенің құрамында көфеин заты мол. Кофені көп мөлшерде пайдалану түсік тастауға алып келуі ықтимал, немесе баланың салмағы жетіспей туылады. Сондықтан, болашақ сәбидің денсаулығы үшін біраз уақыт кофеден бас тарта тұрған абзал. Дәл кофе секілді жағдай Кола ішкен кезде де болады. Сондықтан Коланың орнына табиғи минералды суларды немесе жай суларды пайдаланған жақсы болады.



* Кейбір азық-түліктер

Аяғы ауыр әйелге шикі ет, теңіз өнімдерін, жұмсақ ірімшік жеуге болмайды және пастерильденбеген сүт ішуге болмайды. Мұндай жағдайлардың салдары түсік тастаумен не болмаса баланың кемтарлығымен аяқталу қаупі бар.





**ЛУЧШИЕ
СОВЕТЫ**

**ДИЕТА
ДЛЯ БЕРЕМЕННЫХ**

* Шашты бояу

Шашты бояуға арналған бояғыштардың құрамында зиянды химиялық қосылыстар көп. Ол аллергия тудыруы мүмкін. Жүктілік кезінде гормональді өзгерістер болады. Нәтижесінде шаш ұсқынсыз күйге түсіп кететін кездер болады. Бірақ сұлулық үшін болашақ сәбидің өміріне қатер төндіріп керегі не?!



* Ауыр зат көтеру, еңкею және жылдам қимылдау

Ауыр зат көтеру денеге күш түсіріп, буындар мен омыртқаны шамадан тыс шаршатады. Жүкті әйелдер үшін 3,5 келіден артық ауырлықтағы заттарды көтеруге болмайды.

Қатты еңкеюге және жылдам қозғалысты қажет ететін әрекеттерді істеуге болмайды. Бұндай әрекеттер ана мен баланың денсаулығына кері әсер етеді. Іштегі баланың дене мүшелері жылдам қозғалыстың нәтижесінде соққы алады.



* Аяқта тік тұру

Аяғына түк тұрып жұмыс істейтін аналар әрбір сағат сайын 5-7 минуттай орындыққа отырып аяқтарын жазып, демалдырып тұруы керек. Егер демалып отырған кезде аяғыңызды аздап жоғары көтеріп тұратын зат тапсаңыз, аяқтарыңыз солай қойыңыз. Ол сіздің аяғыңыздың қан айналымын жақсартады.



* Үй шаруасындағы жұмыстар

Үй шаруасының жұмыстары көп жағдайларда әйелдің мойнына артылатыны белгілі, әсіресе, ауылды жерлерде. Бірақ аяғы ауырлаған әйелге мұндай істерден алшақ болғанның пайдасы зор. Малға қарау, сиыр, бие сауу секілді жұмыстардан босасаңыз, болашақ сәби үшін жақсы болады. Әрбір үйдің ішіндегі тазалық жұмыстары кезінде жүкті әйелдерге химиялық қосылыстардан тұратын тазалағыш заттармен ұзақ уақыт жұмыс істеуге болмайды. Қалай дегенмен де, ондай заттардың кері әсері іштегі балаға тиеді.

Синдактили формалары:

Толық;

Толық емес;

Жұмсақ;

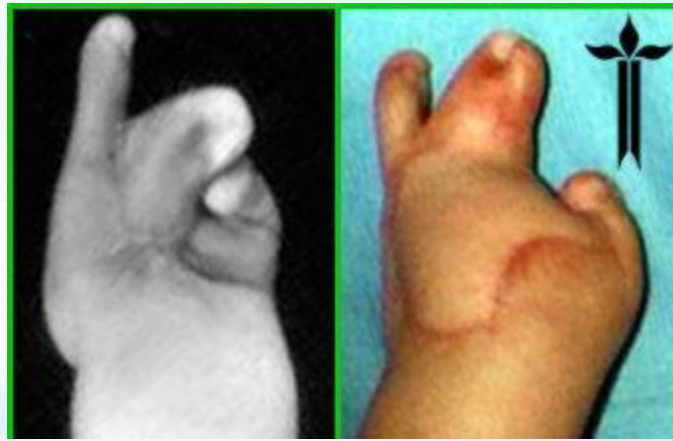
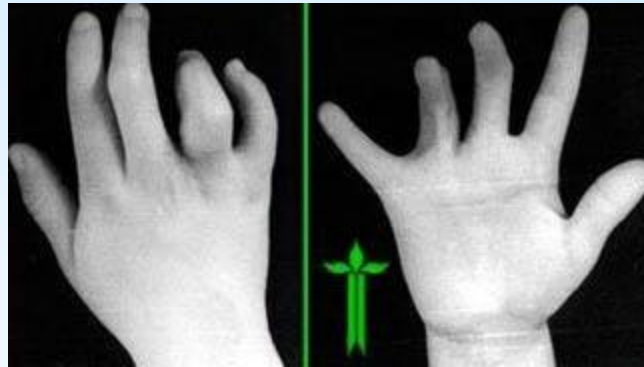
Сүйектік;

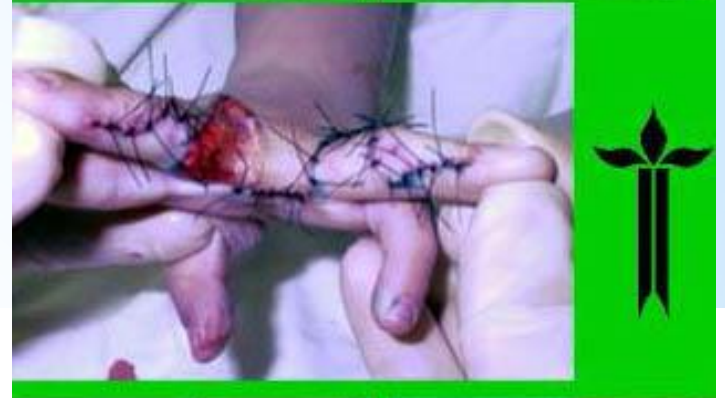
Қарапайым;

Күрделі.

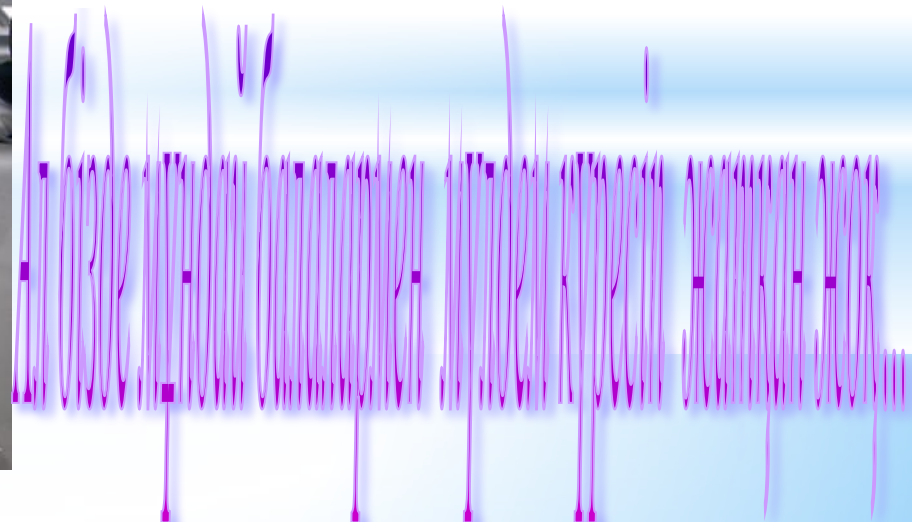


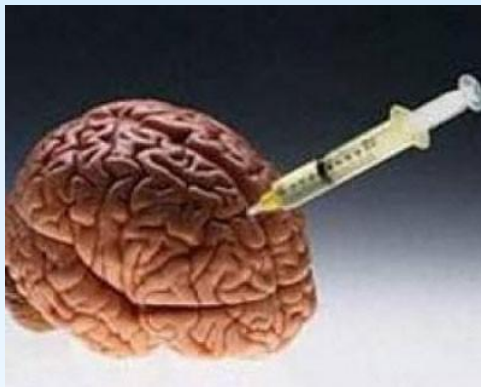




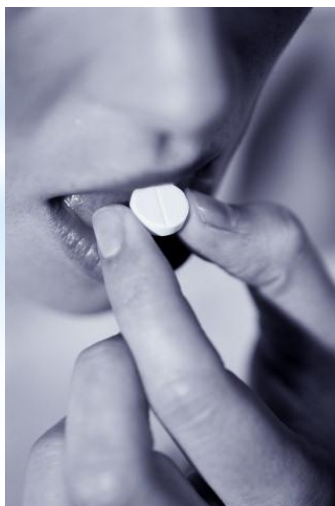






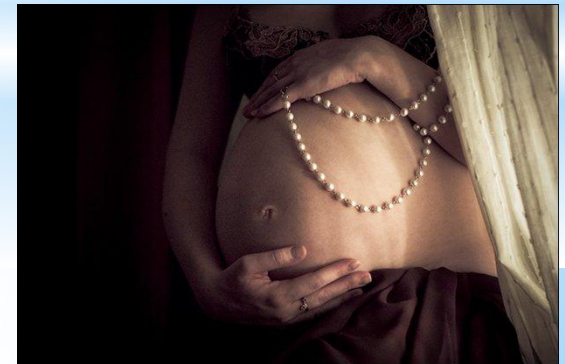


Қорыта айтатын болсам соңғы жылдары біз есірткі мен ішімдікті қолдану мен шамадан тыс қолдануды сонымен қатар өзгеде психобелсенді заттарды қолданып жатқанын білеміз. Біз бұның денсаулыққа қалай әсер ететінін, қандай нәтижелерге әкелетінін білеміз, бірақ, өкінішке орай психобелсенді заттарды қолданатын адамдар көбінесе азаюда емес.



*Қорытынды

Жүкті әйелге арналған әйелдерге кеңес беретін мекемеде бақылауда болған өте маңызды. Тек қана дәрігердің кеңесімен ғана организмнің күй-жағдайларының ерекшеліктері есепке дұрыс алынады, қандай жұмыс істеуге болады, оның уақыты мен мөлшері қанишалықты екендігін, жүктіліктің жақсы және жаман жаққа ауытқушылығын, егерде ауырып қалған болса дер уақытта қандай ем қолдануға болатындығын дұрыс айтып береді. Жүктіліктің бірінші апталарынан бастап әйелдерге кеңес беретін мекемеге бару керек те, қалған уақыттарда белгіленген уақытта ұмытпай дәрігерге тексеріліп тұру керек. Жүктіліктің бірінші жартысында өте жиі емес – бір айда бір мәрте, содан соң жетіншіні - сегізінші айларда – бір айда екі рет, соңғы айда немесе туу алдында апта сайын дәрігерге барып көрініп тұру керек. Әйелге кеңес беретін мекеменің дәрігеріне барғанда, ол жүктілік уақытында қандай тексерулер керек екендігін айтады, перзентханаға (тууға) дайындайды, және үйінен перзентханаға недей заттарды алып бару керектігін ескертеді.



Пайдаланган әдебиеттер тізімі:

Батуев А.С. Соколова Л.В. Учение о доминанте как теоретическая основа формирования системы «мать-дитя» // Вестн. С.Петербур. ун-та. Сер. 3. Вып. 2. СПб. С. 85- 102.

Мухамедрахимов Р.Ж. Мать и младенец: психологическое взаимодействие. СПб., 1999

Добряков И.В. Позитивный подход в психотерапии семьи, ожидающей ребенка //1-я Всемирная конференция по позитивной психотерапии: Тезисы докл., СПб., 1997. С.52.

Добряков И.В. Диагностика и лечение невротических расстройств у беременных женщин // Перинатальная психология в родовспоможении: Сб. материалов конф. СПб., 1997. С. 57–61.

Захаров А.И. Ребенок до рождения и психотерапия последствий психических травм. СПб., 1998.

Хрестоматия по перинатальной психологии: Психология беременности, родов и послеродового периода / Сост. А.Н. Васина. — М.: Изд-во УРАО, 2005



Назар қойып
тыңдағандарыңызға
рахмет!

