REPRODUKTİV SAĞLAMLIQ AİLƏ PLANLAŞDIRILMASI

Reproduktiv sağlamlıq

Ailənin planlaşdırılması və insanın reproduktiv sağlamlığının qorunması Azərbaycan Respublikasının "Əhalinin sağlamlığının qorunması haqqında" Qanunla və bu qanundan irəli gələn normativ -hüquqi aktlarla tənzimlənir.

Reproduktiv sağlamlıq yalnız reproduktiv sistem, onun funksiyaları və reproduktiv sağlamlıqla bağlı bütün proseslərə aid olan xəstəliklərin yoxluğu deyil, həm də fiziki, əqli və sosial durumun tam yaxşı olması deməkdir.

Reproduktiv saglamlıq hər bir insan, eyni zamanda, ailə üçün fundamental əhəmiyyət kəsb edir və cəmiyyətin sosial-iqtisadi inkişafının vəziyyətini səciyyələndirir.

Hər bir şəxs reproduktiv sağlamlıq məsələrinə dair məlumat almaq hüququna malikdir

Qadınların reproduktiv sağlamlığı

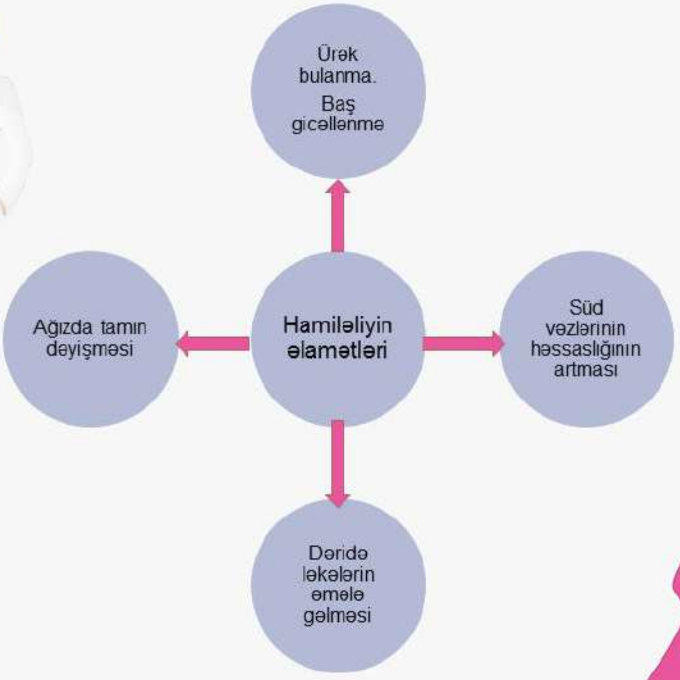
Qadınların reproduktiv sağlamlığına mənfi təsir edən amillər

- Ziyanlı vərdişlər
- Zərərli əmək şəraiti
- Anadan gəlmə cinsi orqanların patologiyası
- Cinsi yolla ötürülən infeksiyalar
- Təsadüfi cinsi əlaqələr
- Abortlar
- Ekoloji vəziyyət

Reproduktiv sağlamlığın qorunmasının şərtləri

- Arzu olunmaz hamiləliyin qarşısını almaq
- Cinsi orqanların xəstəliklərini vaxtında müalicə etmək
- Sağlam həyat tərzinə riayət etmək
- Düzgün qidalanmaq.Sağlamlığa ziyan verən qidalardan istifadə etməmək
- Şəxsi gigiyena qaydalarına ciddi riayət etmək
- İmmuniteti gücləndirmək

Hamiləlik



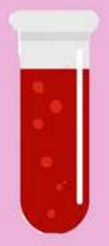
Hamiləlik dövründə düzgün qidalanmaq çox əhəmiyyətlidir. Spirtli içkilər içmək, siqaret çəkmək və narkotik maddələr qəbul etmək qadağandır.

Hamilə qadın nəyi bilməlidir?

Körpənin inkişafında qüsurların olmamasından əmin olmaq üçün xromosom xəstəliklərinin (Daun sindromu, Edvard sindromu, Patay sindromu) diaqnostikası məqsədi ilə prenatal skrininq vacibdir.
TORCH infeksiyalarını (toksoplazmoz,sitomeqavirus,herpes virusu) müəyyən etmək üçün biokimyəvi müayinə lazımdır.

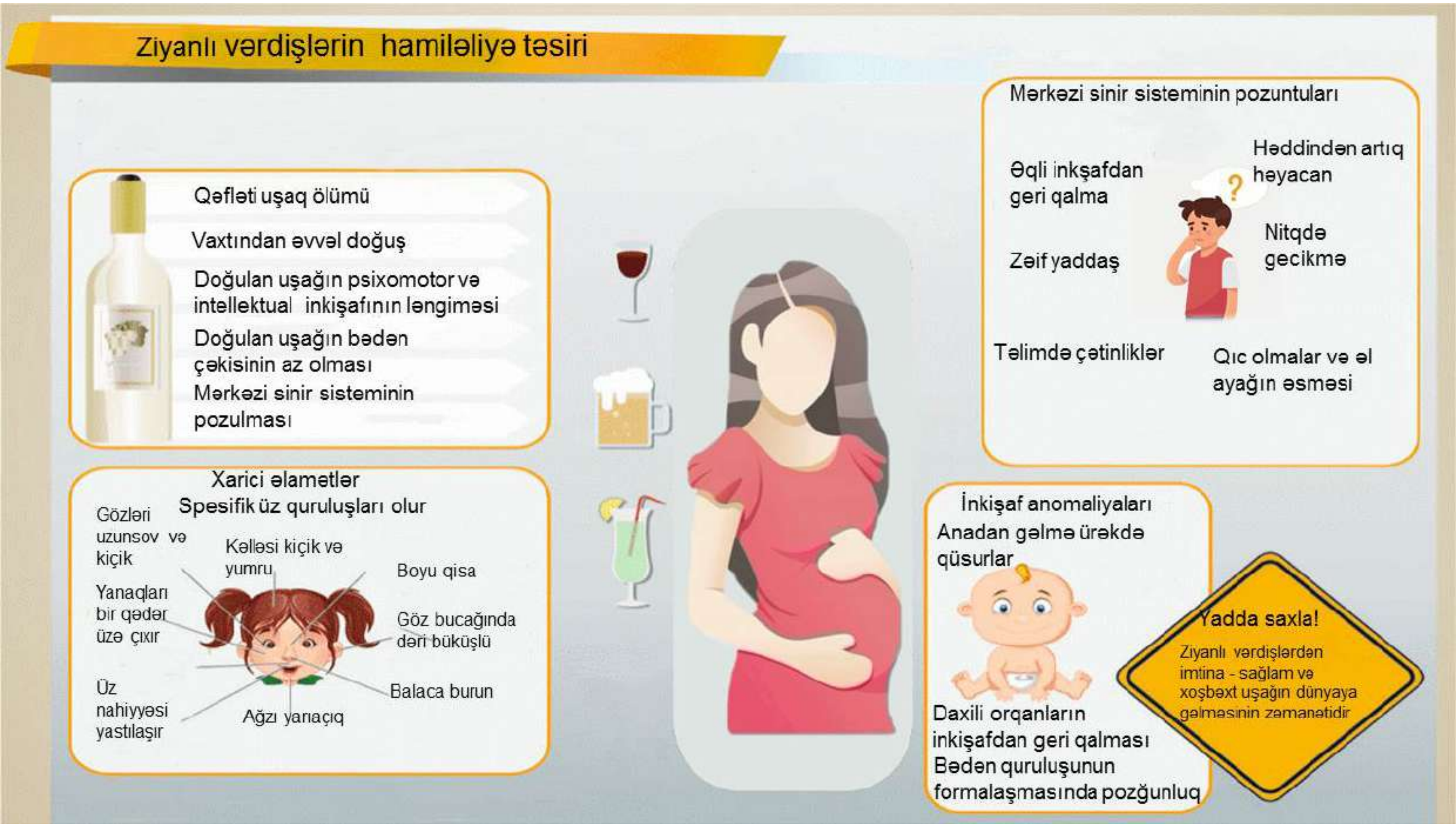
Hamiləliyin 12-ci həftəsinə qədər mama-ginekoloq həkimə müraciət edib qeydiyyatdan keçmək

USM müayinə:
Birinci: 10-14-cü hamiləliyin həftəsində
İkinci: 20-24-cü hamiləliyin həftəsində
Üçüncü: 32-34-cü hamiləliyin həftəsində



Biokimyəvi skrininq:
Birinci: 10-14-cü hamiləliyin həftəsində
İkinci: 16-21-ci hamiləliyin həftəsində

QİÇS infeksiyasına qarşı müayinə
Birinci: qeydiyyata alınan zaman
İkinci: hamiləliyin son üç ayında


Ziyanlı vərdişlərin hamiləliyə təsiri
Qəfləti uşaq ölümü
Vaxtından əvvəl doğuş
Doğulan uşağın psixomotor və intellektual inkişafının ləngiməsi
Doğulan uşağın bədən çəkisinin az olması
Mərkəzi sinir sisteminin pozulması
Xarici əlamətlər
Spesifik üz quruluşları olur
Gözləri uzunsov və kiçik
Kəlləsi kiçik və yumru
Boyu qisa
Yanaqları bir qədər üzə çıxır
Göz bucağında dəri büküşlü
Üz nahiyyəsi yastılaşır
Ağzı yarıaçıq
Balaca burun
Mərkəzi sinir sisteminin pozuntuları
Əqli inkşafdan geri qalma
Həddindən artıq həyacan
Zəif yaddaş
Nitqdə gecikmə
Təlimdə çətinliklər
Qıc olmalar və əl ayağın əsməsi
İnkişaf anomaliyaları
Anadan gəlmə ürəkdə qüsurlar
Daxili orqanların inkişafdan geri qalması
Bədən quruluşunun formalaşmasında pozğunluq
Yadda saxla!
Ziyanlı vərdişlərdən imtina - sağlam və xoşbəxt uşağın dünyaya gəlməsinin zəmanətidir

Abort-hamiləliyin süni yolla pozulması

Abort -hamiləliyin bir qısa vaxt sonra özbaşına və ya süni süretdə pozulmasıdır

Öz başına abort- keskin və xronik infeksion xəstəliklər, zəherlənmələr rezus amili və s.nəticəsində baş verir.

Süni abort - dölə və ya hamilə qadının orqanizminə bilavasitə təsir etməklə baş verir

Abort-orqanizm üçün güclü stressdir.

Abortun fəsadları

- Uşaqlığın travması (perforasiyası)
- Yerli və yayılmış infeksiya
- Güclü qanaxma
- Xroniki iltihab xəstəlikləri
- Uşaqlıqdankənar hamiləlik təhlükəsi
- Qadın sonsuzluğu
- Ana ölümü

Cinsi yolla yayılan infeksiyalar (CYYİ)

Cinsi yolla yayılan infeksiyalar

Bir insandan digərinə əsasən cinsi əlaqə zamanı (cinsi yolla) keçən xəstəlikdir.

Bezi orqanları ciddi zədəliyir, sonsuzluğa, hətta əliliyə səbəb ola bilər.

Digər yollarla da ötürülə bilər:

Qeyri-steril tibbi alətlərdən istifadə edildikdə.

Yoluxmuş insanın qanı ilə kontaktda olduqda.

Xəstələrin məişət və şəxsi gigiyena əşyalarından istifadə etdikdə.

Düzgün diaqnoz qoyulduqda, müalicə vaxtında başlandıqda və sona qədər aparıldıqda sağalan xəstəlikdir.

CYYİ-yə aiddir:
- sifilis,
- qonoreya,
- İİV/QİÇS,
- Xlamidioz
- Trixomoniaz
- kandidoz(göbələk xəstəliyi)
- Papilloma virus infeksiyası
- hepatit B və s

CYYİ əlamətləri:
- Cinsi orqanlar sahəsində qaşınma və yandırma hissiyyatı
- Çox tez-tez və ağrılı sidik ifrazı
- Bədəndə səpgilər
- ağızda, dodaqlarda xoralar və sızanaqlar
- Böyümüş limfatik düyünlər
- Qarının aşağı hissəsində ağrılar

CYYİ-da aşağıdakı məqamlara diqqət yetirilməlidir
- bəzən əlamətsiz, gizli və ya qismən gizli simptomlarla keçə bilər.
- yalnız laborator müayinə nəticəsində müəyyən edilə bilər.
- diaqnozu təsdiq olunduqda hər iki partnyor müayinə və müalicə olunmalıdır.
- müalicəsi yalnız dəri-zöhrəvi həkimi tərəfindən aparılmalıdır. Həkim məsləhəti olmadan öz-özünü müalicə xəstəliyin dərinləşməsinə və ağırlaşmasına səbəb ola bilər.

Kişilərin reproduktiv sağlamlığı

Reproduktiv sağlamlıq - nəsil artımı qabiliyyətinin olması və azad seçim deməkdir.

Reproduktiv sağlamlığa təsir edən xarici amillər

- Stress. Depressiya
- Ziyanlı vərdişlər
- Cinsi orqanların travması
- Yüksək hərarətin təsiri
- Düzgün qidalanmamaq

Reproduktiv sağlamlığa təsir edən daxili amillər

- Həm cinsi, həm də ümumi infeksiyalar
- İmmun sisteminin pozulması
- Sidik-cinsi orqanlarının anadangəlmə patologiyası
- Ümumi xroniki xəstəliklər

Reproduktiv sağlamlığı necə təmin etmək?

- Sağlam qida (qida rasionunda meyvə-tərəvəzlərə üstunlük vermək)
- Fiziki aktivlik
- Ziyanlı vərdişlərdən imtina

Ailə planlaşdırılması

Ailə planlaşdırılması- reproduktiv yaşda olan qadın və kişilərin nə vaxt və necə uşağın olması üçün münasib vaxt və say seçimini qərara almaq deməkdir.

Ailə planlaşdırılması nə üçün lazımdır:

- Sağlam uşaqların dünyaya gəlməsi
- Qadın sağlamlığının qorunması
- Hamiləliklər arasında fasilənin tənzimlənməsi (2-3il)
- İstənilən sayda uşaqların olması
- Valideynlərin yaşından asılı olaraq uşağın doğum vaxtının seçilməsi
- Arzu olmayan hamiləliyin qarşısının alınması

Valideynliyin məsuliyyətli olması üçün hər bir müasir insan reproduktiv sağlamlığını necə qoruyub saxlamağını bilməlidir.

Məlumatlı olmaq süd vəziləri xərçənginin qarşısnın alınması üçün ilk addımdır
Süd vəziləri xərçənginin əmələ gəlməsində rol oynayan amillər
İlkin hamiləliyin gecikməsi
1
İrsiyyət faktoru(yaxın qadın qohumlarında bu xəstəliyin olması)
2
Yaş faktoru
3
Ziyanlı vərdişlərin olması
4
Artıq çəki və maddələr mübadiləsinin pozulması
5
Süd vəziləri xərçənginin qarşısı necə alınmalı?
Daimi profilaktik müayinələr
1
Ziyanlı vərdişlərden imtina
2
Artıq çəki ilə mübarizə
3
Sağlam qidalanma
4
Fiziki fəaliyyətlə məşğul olmaq
5
Stresslə mübarizə.Mənfi ətraf mühit amillərinin təsirinin aradan qaldırılması
6