



Лекція №10

**Анатомо-фізіологічні, психічні характеристики:
Емоційний, соціальний, духовний розвиток жінок
і чоловіків у репродуктивний період.
Статеве життя.**

План:

1. Біологічні ритми, їхній вплив на основні показники стану дорослої людини
2. Фізичні, психічні та соціальні ознаки готовності до статевого життя та репродукції
3. Роль і значення статевого життя
4. Основні показники фізичного та психічного розвитку жінок та чоловіків у зрілому віці



Біоритми - періодичні зміни інтенсивності і характеру біологічних процесів, які самопідтримуються і самовідтворюються в будь-яких умовах.





**Біологічні
ритми**

Зовнішні

Внутрішні

**Спричинені
обертанням
землі навколо
сонця**

**Спричинені
обертанням
землі навколо
власної осі**

**Спричинені
обертанням
місяця навколо
землі**

**Спричинені
ритмічністю
фізіологічних
процесів в
організмі**

**Сезонні ритми,
зміни пори
року**

Добові ритми

**Припливно-
відпливні
ритми**

**Явища „
біологічного
годинника“**

Біоритми характеризуються:

періодом - тривалістю одного циклу коливань в одиницю часу;

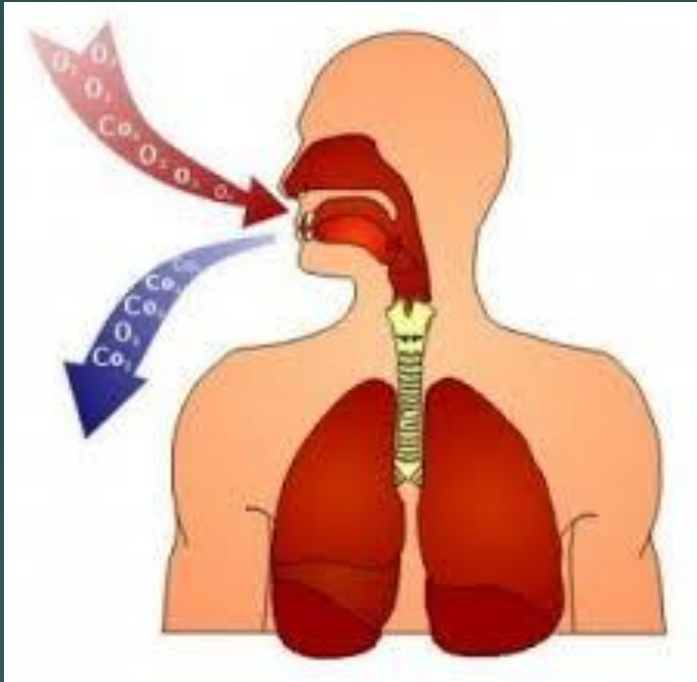
частотою ритмів - частотою періодичних процесів в одиниці часу;

фазою - частиною циклу, що вимірюється в частках періоду (початкова, кінцева тощо);

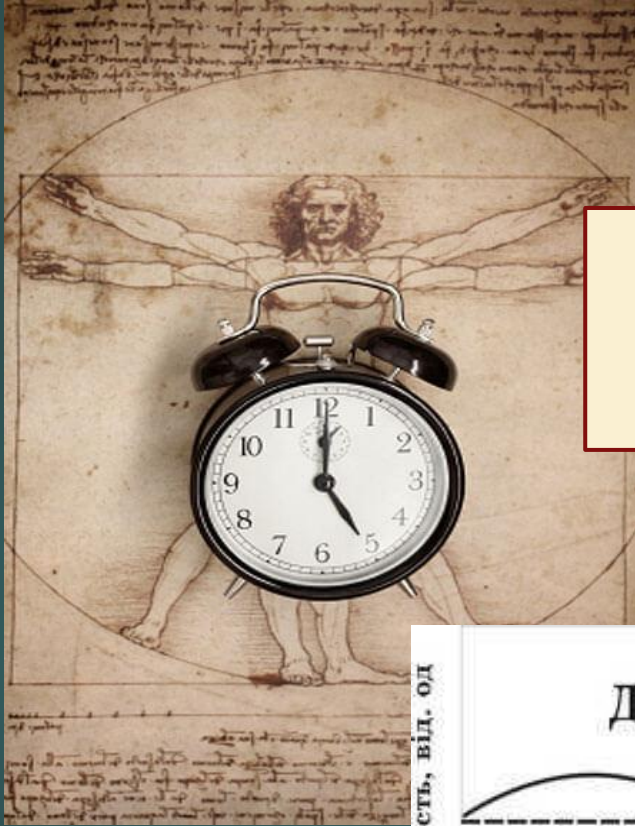
амплітудою - розмахом коливань між максимумом і мінімумом.



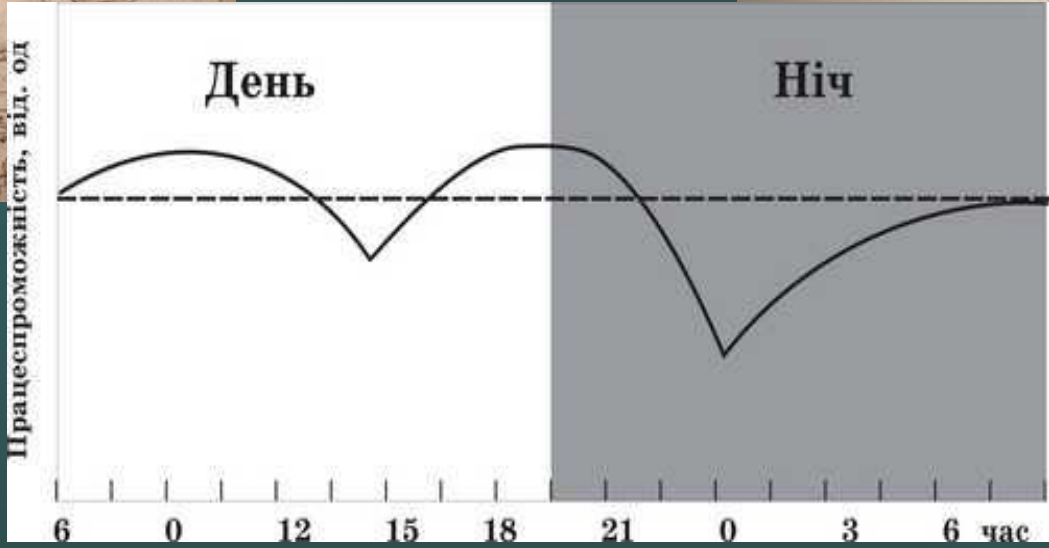
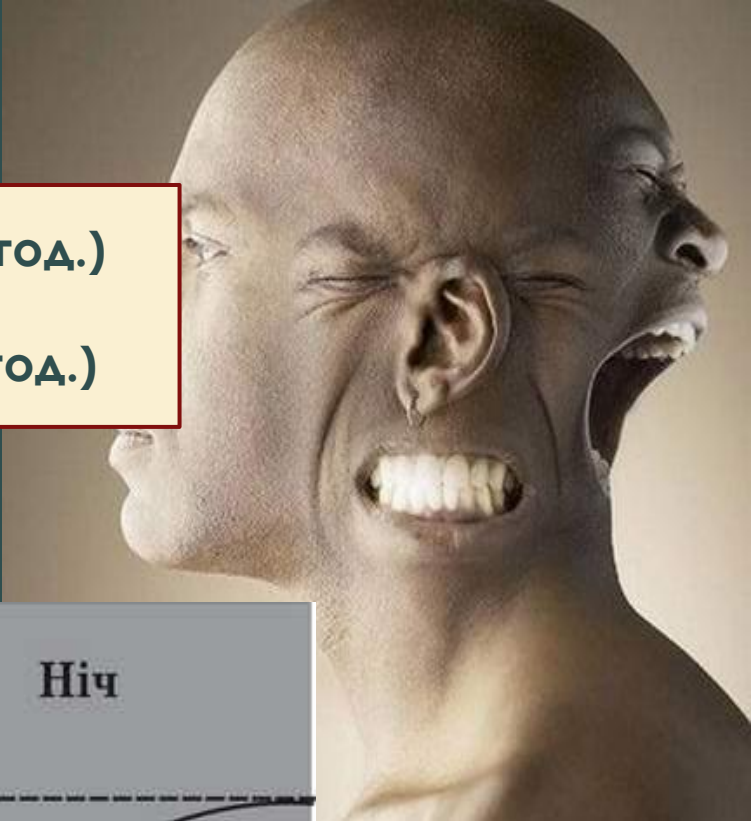
Біоритми високої частоти



Біоритми середньої частоти



Ультрадiаннi(до 20 год.)
Циркадiаннi(20-28 год.)



Хронотипи людей

жайворонки



сови;



голуби.



Активність організму людини в добовому ритмі:

- печінка - з 1 до 3 год. ночі;
- легені - з 3 до 5 год. ранку;
- товстий кишечник - з 5 до 7 год. ранку;
- шлунок - з 7 до 9 год. ранку;
- селезінка та підшлункова залоза - з 9 до 11 год. ранку;
- серце - з 11 до 13 год. дня;
- тонкий кишечник - з 13 до 15 год. дня;
- сечовий міхур - з 15 до 17 год. дня;
- нирки - з 17 до 19 год. вечора;
- органи кровообігу, статеві органи - з 19 до 21 год. вечора;
- органи теплоутворення - з 21 до 23 год. ночі;
- жовчний міхур - з 23 до 1 год. ночі.



Біоритми низької частоти

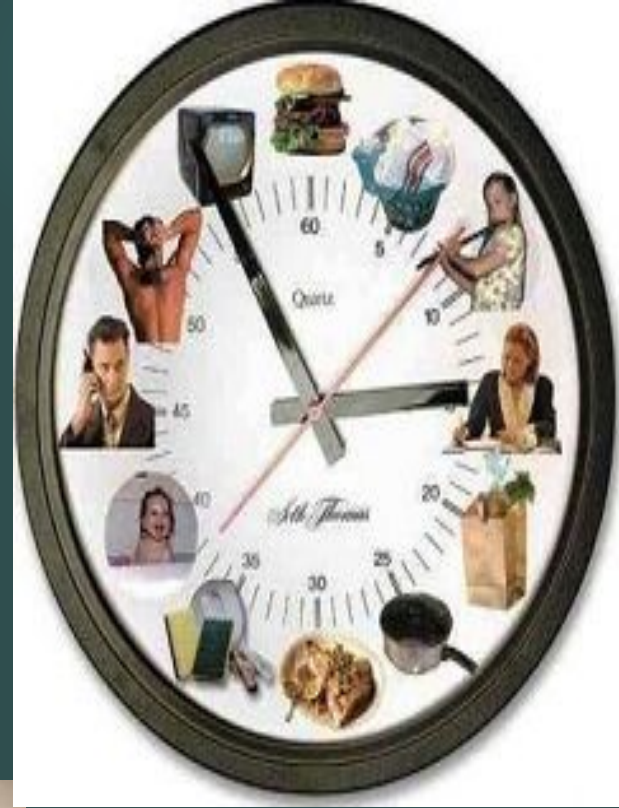
Від 6 днів до року

Мезоритми : тижневий
Від 28 год -6 діб
Макроритми :місячний
річний



Біологічне значення біоритмів

- ▶ оптимізація життєдіяльності організму
- ▶ відображення чинника часу
- ▶ регуляторна
- ▶ інтеграційна (об'єднувальна)



Науки пов'язані з біоритмами

хрономедицина

хронотерапія

хронофармакологія

хронопрофілактика

хронодіагностика

хронопсія

хронопатологія

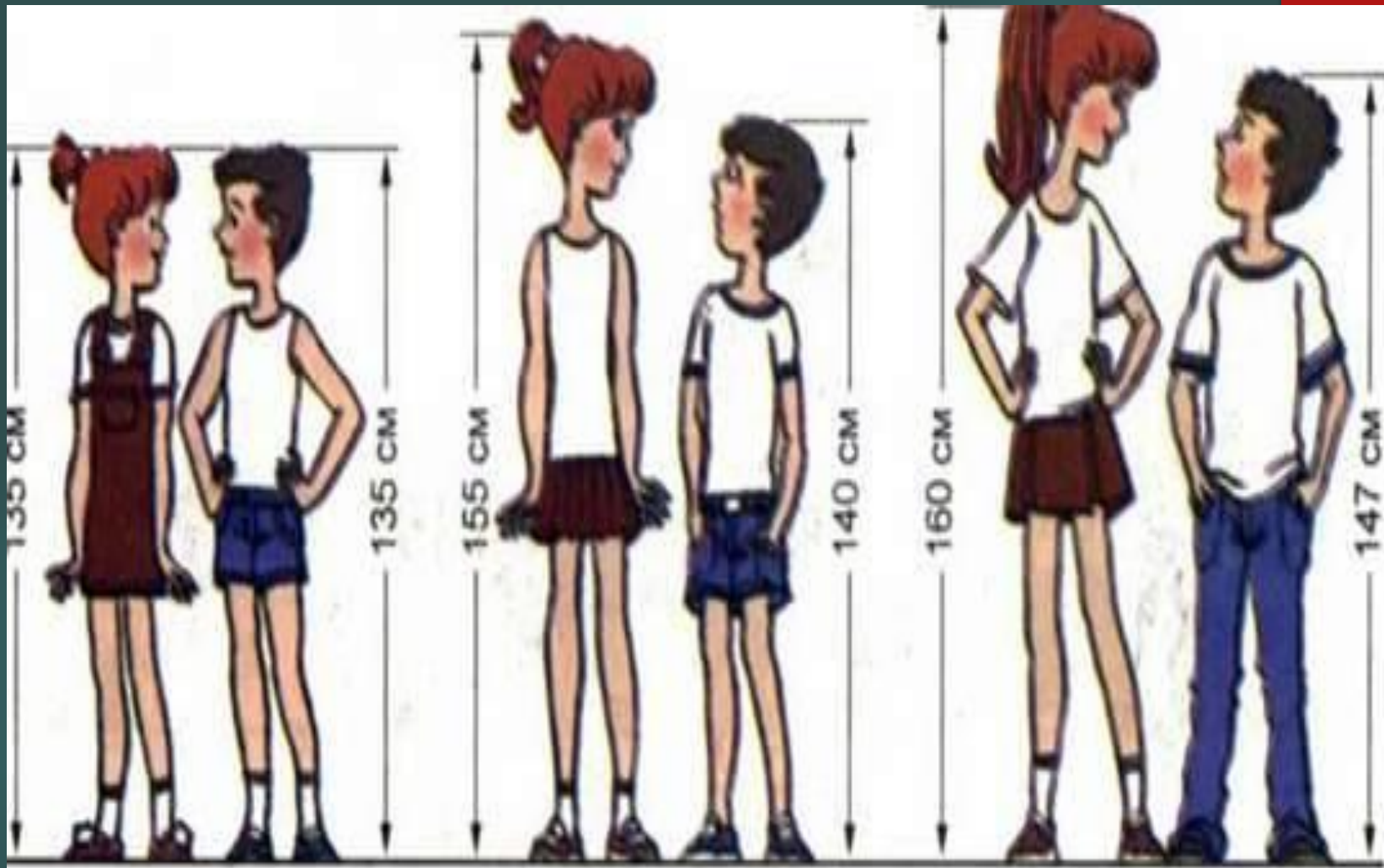
Статевий розвиток



Стадії статевого розвитку:

- I. Дитинство.
- II. Гіпофізарна
- III. Активізація гонад, прояв максимального стероїдогенезу
- IV. Остаточне формування статевої системи.





10 років

11 років

12 років

Ознаки статевої зрілості в хлопці



- Поява вторинних статевих ознак
- Підвищується темп росту
- Збільшуються розміри статевого члена та яєчок
- Оволосіння на лобку, під пахвами, на обличчі
- Мутація голосу
- Активізація діяльності потових і сальних залоз
- Юнацьке акне
- Полюції



Ознаки статевої зрілості дівчат

- Активний ріст кісток тазу
- Збільшення грудних залоз
- Ріст волосся на лобку і під пахвами
- Статеві органи збільшуються в розмірі
- З'являються менструації



ЕТАПИ ПСИХОСОЦІАЛЬНОГО РОЗВИТКУ

ПРЕНАТАЛЬНИЙ

ПАРАПУБЕРТАТНИЙ

ПРЕПУБЕРТАТНИЙ

ПУБЕРТАТНИЙ

Причини затримки статевого розвитку

Знижена маса тіла

Часті стреси

Церебральні порушення органічного характеру.

Порушення функції гіпоталамічних структур

Уповільнення „дорослішання центрів”, які продукують гонадотропні гормони.

Статеве життя— це сукупність соматичних, психічних і соціальних процесів, в основі яких лежить і за допомогою яких задовольняється статевий потяг.



**ОСНОВНА
РОЛЬ-
продовження
роду**

СІМ'Я

– це джерело любові, підтримки і щастя, продовження роду.

ПЛАНУВАННЯ СІМ'Ї ВКЛЮЧАЄ:

(за визначенням ВООЗ)

- ▶ Вільний вибір кількості народжування дітей
- ▶ Запобігання небажаний вагітності
- ▶ Час народження дітей, залежно від віку і здоров'я батьків
- ▶ Профілактика першого абортів та інфікування хворобами, що передаються статевим шляхом



ПЛАНУВАННЯ СІМ'Ї включає:

Проконсультуватися в центрах сім'ї

- ▶ Пройти обстеження (конс. Гінеколога, уролога, лабораторні дослідження)
- ▶ Припинити вживання протизаплідних таблеток за 2 місяці до вагітності
- ▶ Уникати дії токсинів
- ▶ Поліпшити харчування (зменшити чи відмінити вживання кави, чаю)
- ▶ Кинути шкідливі звички
- ▶ Припинити або звести до мінімуму вживання лікарських засобів
- ▶ Проконсультуватися в генетика при потребі



Шлюб — це добровільний, рівноправний союз між жінкою і чоловіком, спрямований на створення сім'ї

МОДЕЛІ ШЛЮБУ:

- ▶ Перша "Замкнута сім'я"
- ▶ Друга "Дуб і плющ"
- ▶ Третя "Сім'я борців"
- ▶ Четверта "Незалежних людей"
- ▶ П'ята "Шлюб соратників"



Замкнута сім'я":

- ▶ Будується на ідеалізованих ідеях подружжя
- ▶ Переконавання подружжя про належність тільки один одному, що в сім'ї особистість не буде почуватися самотньою, що "ревнивість-гасло любові"
- ▶ Впевненість в тому, що завжди будуть разом, а конфлікти-згасання любові

Переважає(над уявленнями):
відповідальність за сім'ю, дітей,
працездатність

Частий розрив такого шлюбу через не збування мрій, ревність, що стала грубістю.



«ДУБ І ПЛЮЩ»

- ▶ “Дуб”—влада над життям іншого, для якого він є опора
- ▶ “Плющ”—перекладає на плечі “дуба” вирішення всіх питань

Живуть добре при розподілі ролі за спільним бажанням.

Розлучаються: при відсутності почуттів, взаємодопомоги

(присутність дітей не перешкода)



«Борці»

- ▶ Боротьба за право бути “володарем сім’ї”
- ▶ Конфлікти із-за дрібниць
- ▶ Ігнорування почуття іншого

Шлюб триває довго: при підкоренні одного із подружжя;

Розлучень мало: прив’язує відповідальність за виховання дітей



“Незалежних людей »



- ▶ Збереження права особистої свободи
- ▶ Наявність, на їх погляд, нової сучасності моралі
- ▶ Шлюб по розрахунку
- ▶ Шлюб по домовленості батьків
- ▶ Шлюб триває довго: без почуттів, конфліктів, радощів, переважає-Турбота про дітей



“Шлюб соратників”

- ▶ Взаємне Кохання
- ▶ Довіра, взаєморозуміння
- ▶ Взаємодопомога, взаємодоповнення
- ▶ Суперечки з істиною
- ▶ Висока відповідальність, турбота про дітей-формування їхньої особистості



Клімактеричний період



Клімактеричний період у жінок



Клімактеричний синдром

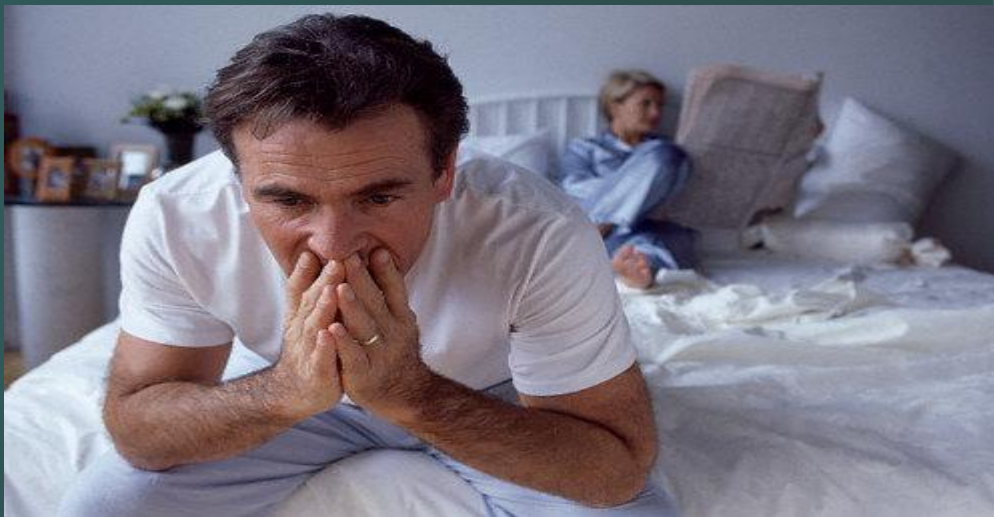
- приливи крові до обличчя, шиї з почервонінням шкіри
- пітливість
- розумова втомлюваність
- безсоння, безпричинне занепокоєння
- Серцебиття
- головні болі та ін
- Можливі ознаки гірсутизму і вірилізації - вугри на шкірі обличчя і тулуба, ріст волосся за чоловічим типом, огрубіння голосу, зменшення молочних залоз.



Клімактеричний період у чоловіків



- головний біль
- посилене серцебиття,
- підвищений АТ
- задишка, припливи жару до голови,
- швидка стомлюваність,
- послаблення пам'яті,
- знижується розумова і фізична працездатність
- Іноді депресія.
- статеві порушення



1. У якому віці завершується статеве дозрівання і організм стає здатним до репродукції

- A. 10-12р
- B. 12-14р
- C. 20-25р
- D. 17-18р
- E. 25-30р

3. Клімактеричний період у жінок починається у віці:

- A. 30-45р
- B. 45-46р
- C. 40-45р
- D. 45-50р
- E. всі вище перелічені

2. Найголовніша роль статевого життя полягає:

- A. у реалізації сексуальних відносин між чоловіком і жінкою
- B. у духовному і фізичному задоволенні
- C. у продовженні людського роду
- D. у задоволенні статевої потреби
- E. у реалізації статевого інстинкту

12. До яких біоритмів належать ЕЕГ, ЕКГ

- A. ритм середньої частоти
- B. ритм високої частоти
- C. мезоритми
- D. макроритми
- E. мегаритми

Дякую за
увагу

