

Всё, что вы хотели узнать
«ПРО ЭТО»,
но боялись спросить
Репродуктивное
здоровье подростка

Топчий Ирина Викторовна
учитель основ здоровья
Запорожской гимназии № 11

Цель

- Обеспечить грамотной и систематизированной информацией, которая даст возможность понять и пройти с наименьшими личными потерями период взросления.
- Сформировать позитивное отношение к здоровому образу жизни, планированию семьи и ответственному родительству.
- Помочь осознать обязанности и права по отношению к себе и окружающим.

ГОТОВЫ ЛИ ВЫ?

Подростковый возраст... Интересный и чрезвычайно важный период твоей жизни. Это время, когда ты начинаешь взрослеть. Изменяется не только тело, меняются твои желания, интересы, увлечения, меняется твоя психика. Ты хочешь найти и понять себя. Кто ты в этом мире. И это очень важно сейчас, в 12-16 лет, а не когда-нибудь потом.

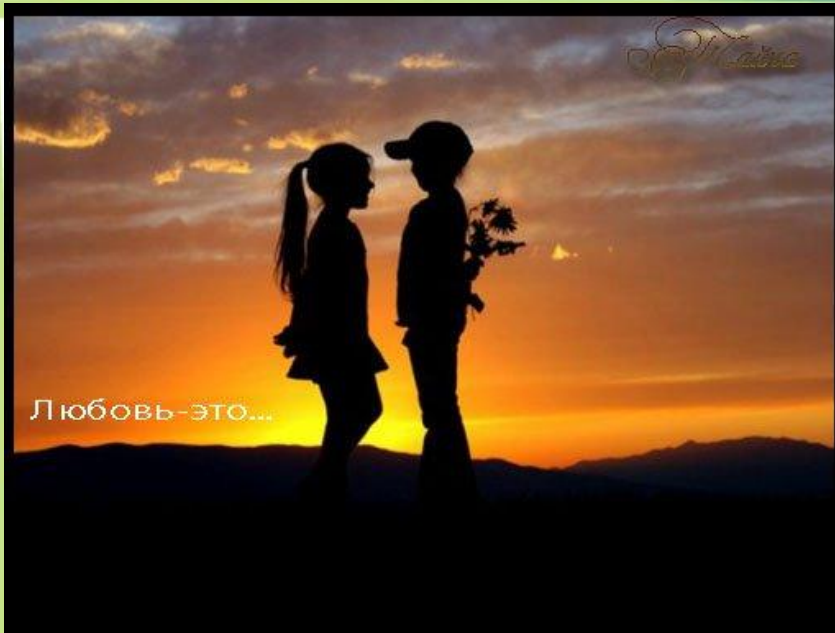
ГОТОВЫ ЛИ ВЫ?

Именно в подростковом возрасте происходит становление твоих умений, закладывается основа твоих отношений с родными, друзьями, приятелями, соседями. Вся человеческая жизнь построена на взаимоотношениях. Взаимоотношения между мужчиной и женщиной самые богатые и одновременно самые сложные в природе человека.



ГОТОВЫ ЛИ ВЫ?

Сексуальные отношения – это лишь составляющая этих взаимоотношений. В подростковом возрасте у тебя появляются особенные чувства – начинаешь интересоваться противоположным полом, хочешь нравиться, переживаешь первую влюблённость, хочешь близких отношений, чувствуешь половое влечение, которое выражается в желании начать половую жизнь.



*Любовь - это
когда ты держишь
его руку, а
чувствуешь - сердце.*



ГОТОВЫ ЛИ ВЫ?

Но прежде чем решиться на половые отношения, должен решить, готов ли ты для них. Если не ощущаешь готовности, лучше отложи такие отношения.



Почему взрослые предостерегают?

Ранние половые отношения негативно влияют на молодой несформированный организм. Причиной этого часто является то, что молодые люди не всегда имеют полную и правильную информацию о возможной нежеланной беременности, о методах контрацепции и о заболеваниях передающихся половым путём (ЗППП).



Почему взрослые предостерегают?

ЗППП – это болезни, которые возникают после сексуального контакта с человеком, который уже заражён каким-нибудь подобным заболеванием. Возбудителями ЗППП являются вирусы или бактерии, которые живут в различных жидкостях человеческого организма. ЗППП часто являются причиной бесплодия у мужчин и женщин.



Почему взрослые предохраняются?

ЗППП являются причиной внематочной беременности, выкидышей, преждевременных родов и сексуальных расстройств у обоих партнёров. Необходимо помнить, что все ЗППП, кроме СПИДа, можно вылечить, если будет правильно поставлен диагноз, а лечение будет начато вовремя и доведено до конца. При этом, курс лечения должен пройти и сексуальный партнёр.



Ты сам должен найти свой путь

Независимо от того, как ты относишься к сексуальным отношениям в подростковом возрасте, лучше знать как можно больше о своём организме и своём здоровье, о заболеваниях передающихся половым путём, о методах контрацепции и способах защиты от нежелательной беременности.



Что значит безопасный секс?

Единственное, что даёт возможность полностью избежать нежелательной беременности и ЗППП – это воздержание от сексуальных контактов до того времени, когда рождение ребёнка не будет помехой.



Что значит безопасный секс?

Каждый должен знать и помнить:

- контрацепции, которая даёт 100% гарантию, не существует;
- мысль «Это может случиться с кем угодно, но только не со мной» – стара как мир.

Перемога
здорової нації

Тест на ВІЛ за 15 хвилин

Купуйте ці тестові набори на сайті ASAC

• Діагностика. Тільки за 15 хвилин дізнаєтесь про свій статус.
• Високі результати. Точні результати за 15 хвилин.
• Простота. Тільки один крок до результату.
• Безболісність. Тільки один крок до результату.

ASAC CDC

Если ты всё взвесил и решил...

Основой безопасного секса является презерватив, который снижает риск нежелательной беременности и ЗППП. Если твой партнёр категорически не желает использовать презерватив, то лучше вообще отказаться от сексуальных отношений, чем подвергать опасности своё здоровье.



Что нужно помнить

- покупать презерватив можно только в аптеке, где он правильно храниться;
- нельзя использовать презерватив, если у него закончился срок годности, потому что он может порваться;
- перед использованием необходимо убедиться в том, что упаковка презерватива не повреждена;



Что нужно помнить

- перед использованием презерватива изучи инструкцию: как правильно одевать и снимать презерватив;
- нельзя использовать два презерватива, надетыми один на другой, он так быстрее порвётся;
- презерватив можно использовать только один раз.

КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ПРЕЗЕРВАТИВОМ



1



2



3



4



6



• Пользуйтесь новым презервативом каждый раз, когда занимаетесь сексом.

• При вскрытии упаковок не применяйте острые предметы. Надевайте презерватив до начала полового контакта.

• Расположите свернутый презерватив на головке эрегированного полового члена. Сожмите двумя пальцами резервуар презерватива, чтобы выпустить из него воздух.

• Расправьте презерватив по направлению к основанию полового члена.

• Сразу после эякуляции извлеките пенис, прижав к нему край презерватива, чтобы он не соскользнул. Аккуратно снимите презерватив, придерживая его у основания.

• Сверните использованный презерватив и выбросьте его. Никогда не бросайте презервативы в унитаз.

Презервативы CONTEX при правильном использовании являются надежным средством предотвращения нежелательной беременности и предохраняют от заболеваний, передающихся половым путем (ЗППП), в т.ч. ВИЧ-инфекции.



ДЛЯ СНИЖЕНИЯ СТЕПЕНИ РИСКА НАРУШЕНИЯ ЦЕЛОСТНОСТИ ПРЕЗЕРВАТИВА:

- Проверено электроникой.
- Хранить в сухом прохладном месте вдали от тепла и солнечного света.
- Выбрасывайте презерватив неиспользованным, если его упаковка (фольга) помята, распечатана или он имеет явные дефекты.
- Не пользуйтесь в качестве дополнительной смазки растительными, животными и кулинарными жирами, а также лосьонами и вазелином.



Что нужно помнить

Конкретный способ, которым следует пользоваться тебе, может рекомендовать только врач. И только он. Не занимайся подбором контрацептивов самостоятельно. Даже о правильном использовании презервативов и девушке и парню, только начинающим половую жизнь, следует проконсультироваться у врача.

Куда обращаться

Лучшую консультацию тебе дадут в центрах и кабинетах планирования семьи. Также можно обратиться к гинекологу или в центры социальных служб для молодёжи.

Иметь информацию о безопасном сексе лучше до, а не после полового акта.

Куда обращаться

Звернувшись до
«ТЕЛЕФОНУ ДОВІРИ»
— Ви зможете отримати:

- ПРОФЕСІЙНУ ПСИХОЛОГІЧНУ ДОПОМОГУ у вирішенні важких життєвих ситуацій у родині, на роботі, в навчанні
- КОНСУЛЬТАЦІЮ ЮРИСТА
- ІНФОРМАЦІЮ

15-84



НАЦІОНАЛЬНИЙ ЦЕНТР СОЦІАЛЬНИХ СЛУЖБ ДЛЯ ДІТЕЙ
ІНЖЕНЕРІЯ

СЛУЖБА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ

з 9⁰⁰ до 21⁰⁰ ЩОДЕННО

«ТЕЛЕФОН ДОВІРИ»

15-84

ЯКЩО ВИ ОПИНИЛИСЯ В СКРУТНОМУ СТАНОВИЩІ

Телефон доверия.
Звони, если у тебя проблема связана с: сложной психологической ситуацией, насилием, эксплуатацией, с родителями, одиночеством, проблемами с любовью, друзьями, учителями, вредными привычками.

Куда обращаться

Приходи!
Выслушаем **Поймем**
Поможем
Никому не расскажем!



**Клиника,
Дружественная
к Молодежи!**
Мы всегда открыты для тебя
и твоих проблем!



Клініка
дружня до молоді
Режим роботи
с 8 до 18
вихідний: неділя

ГРАФІК РОБОТИ

СПЕЦІАЛІСТ	ЧАСИ ПРИЙОМУ					
	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
ЗАВДІВЧАЧ	8-15 ⁰⁰	8-15 ⁰⁰	8-15 ⁰⁰	8-15 ⁰⁰	8-15 ⁰⁰	
ДЕРМАТОВЕНЕРОЛОГ		11 ⁰⁰ -18	11 ⁰⁰ -18	11 ⁰⁰ -18	8-14	
ГІНЕКОЛОГ	9 ⁰⁰ -13		11 ⁰⁰ -17	11 ⁰⁰ -17	9 ⁰⁰ -13	11-16
ПСИХОЛОГ						
ПЕДІАТР	13 ⁰⁰ -17	13 ⁰⁰ -17	13 ⁰⁰ -17	13 ⁰⁰ -17	13 ⁰⁰ -17	
ЮРИСТ	15-17					
УРОЛОГ						

Если ты девушка или юноша до 18 лет, ты заботаешься о своем здоровье, думаешь о своем будущем, хочешь уберечься от различных жизненных неприятностей или тебе необходима помощь и поддержка, тогда мы открываем двери для тебя!

**Добро пожаловать в
Клинику,
Дружественную
к Молодежи!**

Если у тебя возникают вопросы:

- * Почему тебе плохо и одиноко?
- * Почему тебя никто не понимает?
- * Как разобраться в себе?
- * Как избежать конфликтов с окружающими, с друзьями, с родителями?
- * Как разобраться в делах сердечных и наладить отношения с девушками (юношами)?
- * Как избежать вредных привычек?
- * Что делать, если предлагают наркотики?
- * Что такое ВИЧ/СПИД и как не заразиться?
- * Как избежать ИППП (инфекций, передаваемых половым путем) и как получить помощь, если избежать их не удалось?
- * Как подобрать эффективное средство контрацепции и предупредить нежелательную беременность?
- * Как заняться чем-то полезным и интересным, например, стать волонтером в области охраны здоровья молодежи?

Мы ждем тебя!

Мы создали атмосферу

**доступности,
добровольности,
доброжелательности,
доверия.**

Это значит, что ты сам решаешь, приходишь к нам или нет, но ты всегда можешь рассчитывать на нашу поддержку, уважение, понимание и помощь, которая будет предоставлена тебе бесплатно и конфиденциально.

У нас работают классные специалисты (медики и психологи), которые могут и хотят помочь именно тебе и знают, как лучше всего это сделать!

К нам могут обратиться не только те, кому еще нет 18 лет, но и все желающие. Мы так же гарантируем вам оказание квалифицированной помощи, но на платной основе.

Клинику, созданную специально
для тебя
с целью эффективной охраны
твоего здоровья!

Самый надёжный способ защиты



Вступая во взрослую жизнь, ты должен научиться пользоваться своими знаниями и делать сознательный выбор. Это позволит сохранить здоровье и защитить свое будущее.

Использованные источники

- <http://www.mama-tato.com.ua/article/a-501.html>
- <http://ob.ua/teen/me-body-periods/my-period-calendar>



Страничка автора

**Топчий
Ирина Викторовна**

учитель высшей категории,
учитель-методист
Запорожской гимназии № 11

