



# ***О чем думают девочки и стесняются спросить?***

**Шаранда Татьяна Николаевна**

**Врач акушер-гинеколог первой категории,**

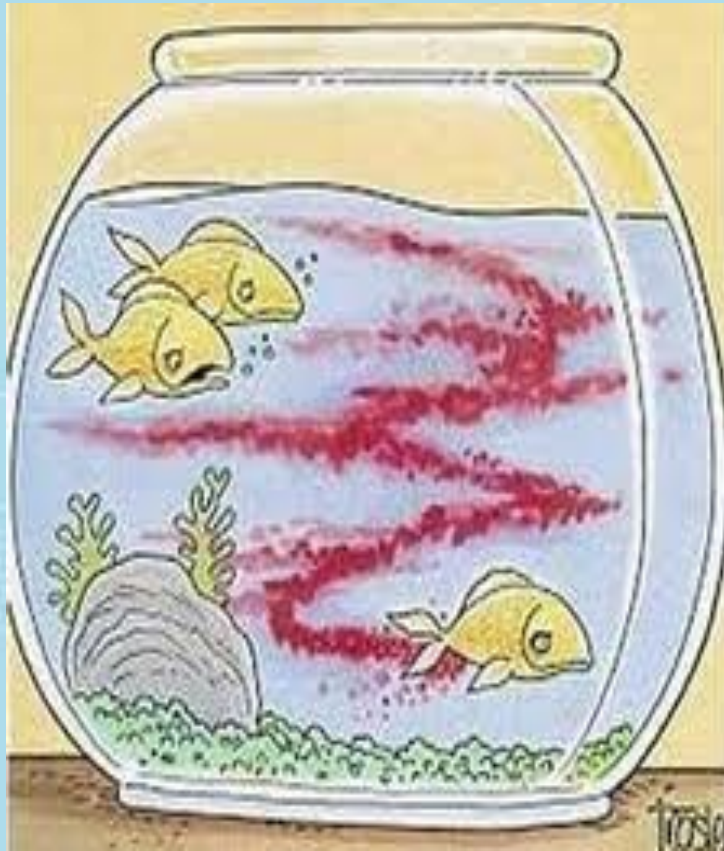
**УЗ «Дзержинской ЦРБ»**

# О чем думают девочки и стесняются спросить?.



- Так уж получилось, что детородная функция активизируется в организме девочки в тот момент, когда ей до этой функции вообще нет дела. Только- только отложив в сторону куклы, девочка сталкивается с целым рядом мало понятных ей процессов, происходящих в ее организме, которые сразу же начинают бурно обсуждаться в кругу сверстниц с консультациями у и тех, что постарше.

# Менструальный цикл



- **Нормальный менструальный цикл может иметь длительность от 21 до 35 дней, то есть плюс минус неделя от среднего показателя в 28 дней. Длительность самой менструации в норме может колебаться от 2 до 6 дней, а объем теряемой крови должен быть не более 80 мл. Более длинный цикл встречается у жительниц северных регионов, более короткий у южных, но это не абсолютная закономерность.**

# Менструальный цикл

- В менструальном цикле важным является его регулярность. То есть если у женщины цикл всегда 35-36 дней, то для нее это может быть абсолютно нормальным, а вот если он то 26, то 35, то 21, то вот это не есть норма.





# Менструальный цикл

- **Менструальный цикл** хоть и четкий механизм, но **может существенно меняться у нормальной здоровой женщины** и эти изменения – отражение реакции организма на внешние и внутренние факторы.



# Менструальный цикл

- Менструальный цикл не всегда бывает стабильным. Самый нерегулярный период – это первые два года после начала менструаций и за три года до их окончания



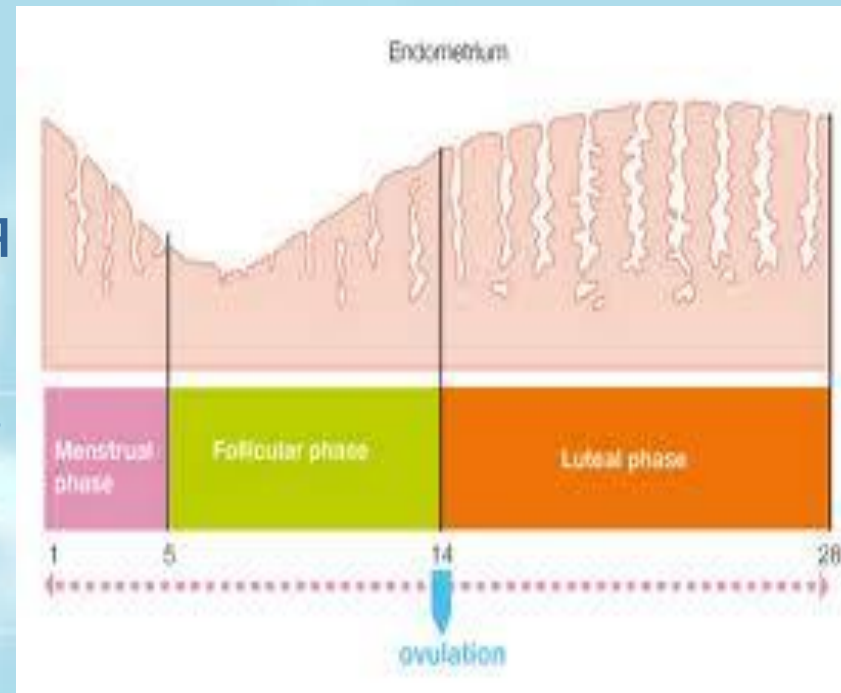
# Менструальный цикл: фазы.

- Менструальный цикл делится на три фазы: менструация, первая фаза (фолликулярная) и вторая фаза (лютеиновая). Менструация длится в среднем 4 дня. Во время этой фазы происходит отторжение слизистой матки (эндометрия) вследствие того, что не наступила беременность.



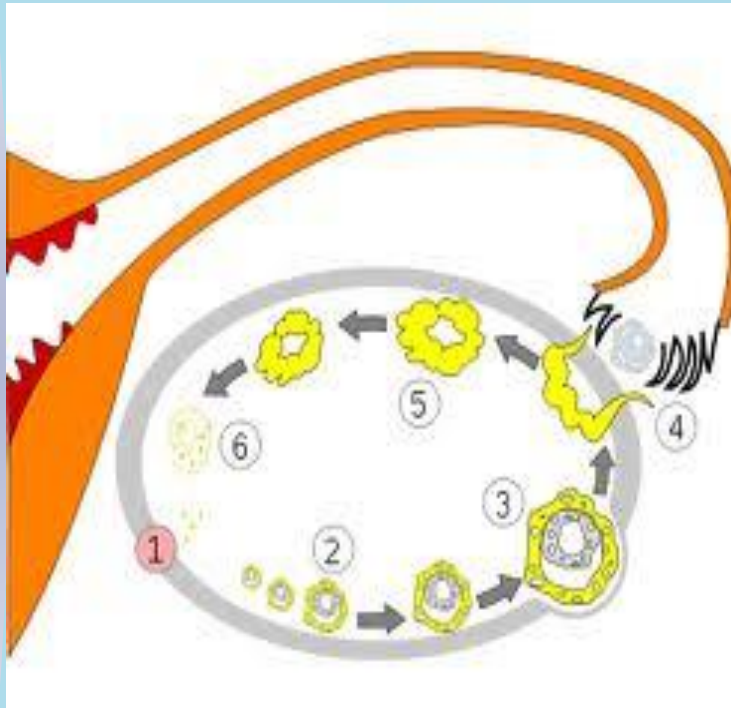
# Менструальный цикл: 1 фаза

- **Первая фаза** длится с момента окончания менструации до овуляции, то есть в среднем до 14-го дня цикла при 28 дневном цикле (дни цикла считаются с момента начала менструации).





# Менструальный цикл: 1 фаза



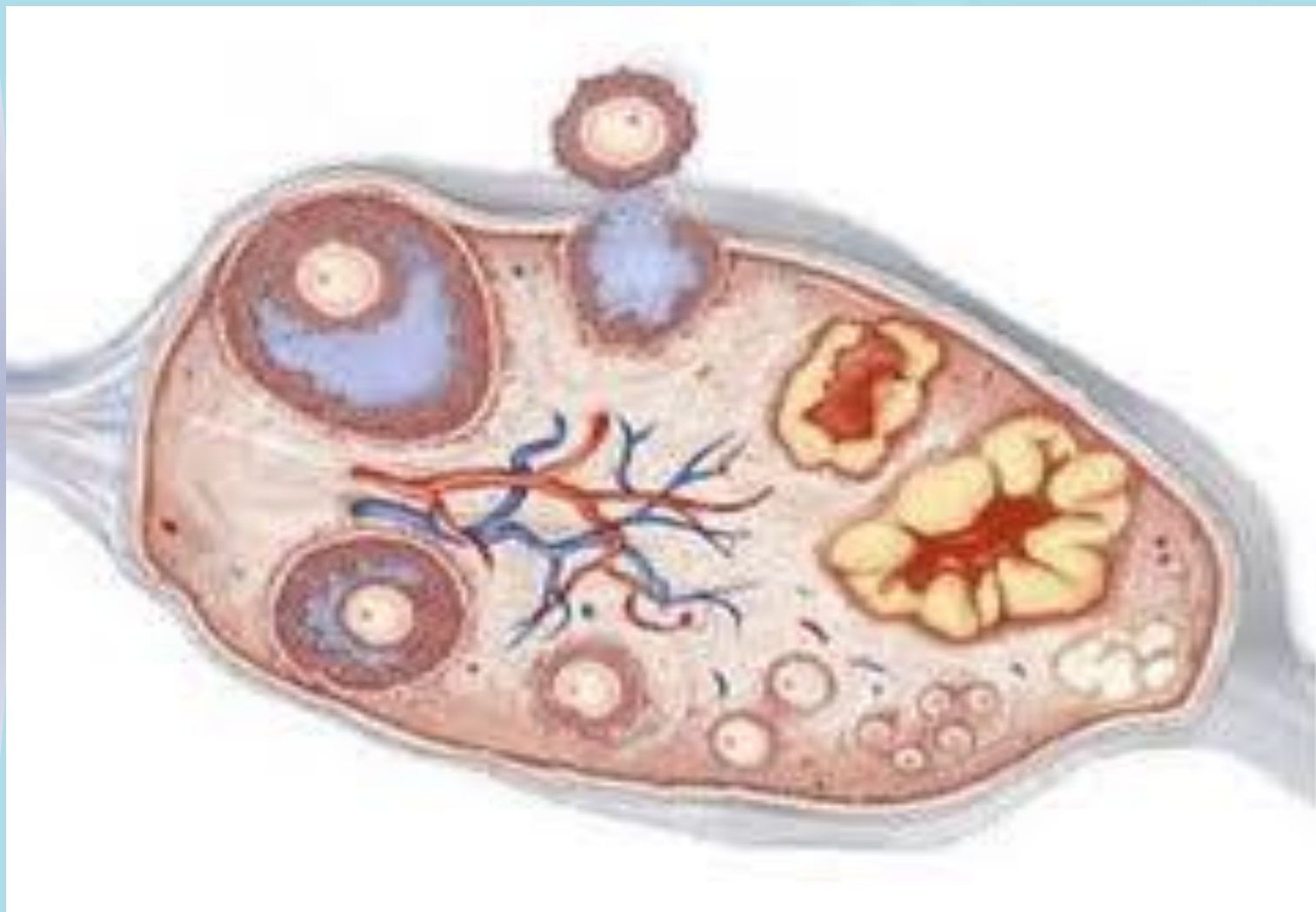
- Эта фаза характеризуется следующими событиями: в яичниках начинается рост несколько фолликулов (с рождения в яичниках заложено очень много мелких пузырьков (фолликулов), в которых находятся яйцеклетки).

# Менструальный цикл: овуляция

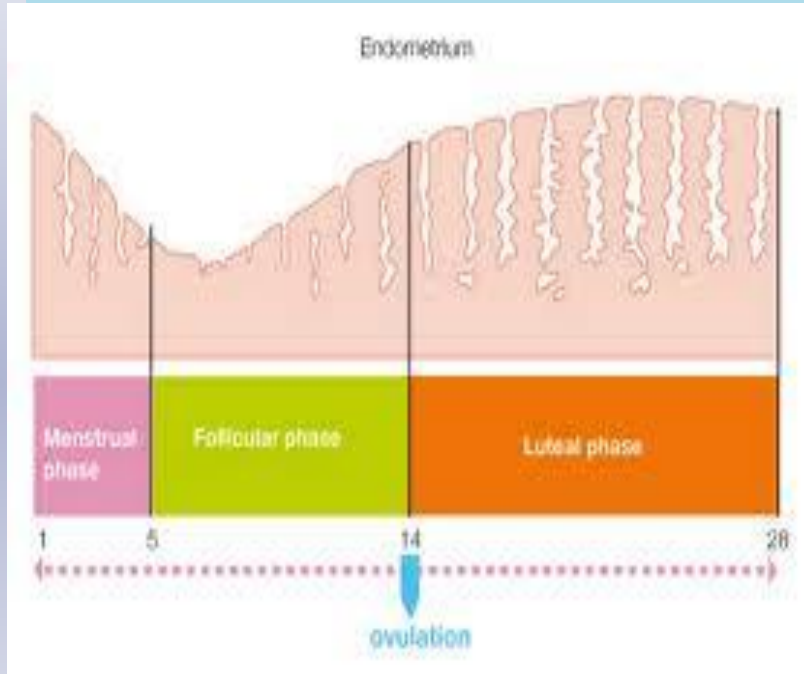
- Незадолго до 14 дня цикла все фолликулы кроме одного перестают расти и регрессируют, а один вырастает в среднем до 20 мм и под воздействием специальных стимулов лопается. Этот процесс называется овуляцией. Из лопнувшего фолликула выходит яйцеклетка и попадает в маточную трубу, где она дожидается сперматозоида. Края лопнувшего фолликула собираются (как цветок, закрывающийся на ночь) и теперь это образование называется «желтым телом».



# Овуляция



# Менструальный цикл: 2-ая фаза



- Сразу же после овуляции начинается **вторая фаза цикла**. Она длится от момента овуляции до начала менструации то есть около 12-14 дней. Во время этой фазы организм женщины ждет начала беременности. Если беременность не наступила, то желтому телу посылается сигнал об этом и оно сворачивает свою работу.



# Менструальный цикл: норма

- Средний возраст наступления менструации 12-14 лет;
- Месячные приходят через равные промежутки времени от 21 до 35 дней;
- Средняя длительность менструации от 3 до 7 дней;





# Менструальный цикл: когда обратиться к врачу?

- ❑ Если менструация приходит до 11 лет и не приходит после 14,5 лет;
- ❑ Если менструальный цикл менее 21 или более 35 дней;
- ❑ Если месячные приходят через разные промежутки времени;
- ❑ Если месячные длятся более 7 дней;
- ❑ Если приходится принимать обезболивающие во время менструации.



# • Как не заболеть?



# Нарушение менструального цикла

- Стрессы, недосыпания, диеты с резким похуданием, избыточный вес, усиленные занятия спортом, злоупотребление алкоголем и наркотиками;
- **Что делать ?**
- Не испытывать организм на прочность.



# Эрозия шейки матки



mignens.com.ua -> novostey.com

- Очень раннее начало половой жизни до 18 лет.

**Что делать?**

Может просто чуть-чуть подождать?



# Инфекции, воспаления

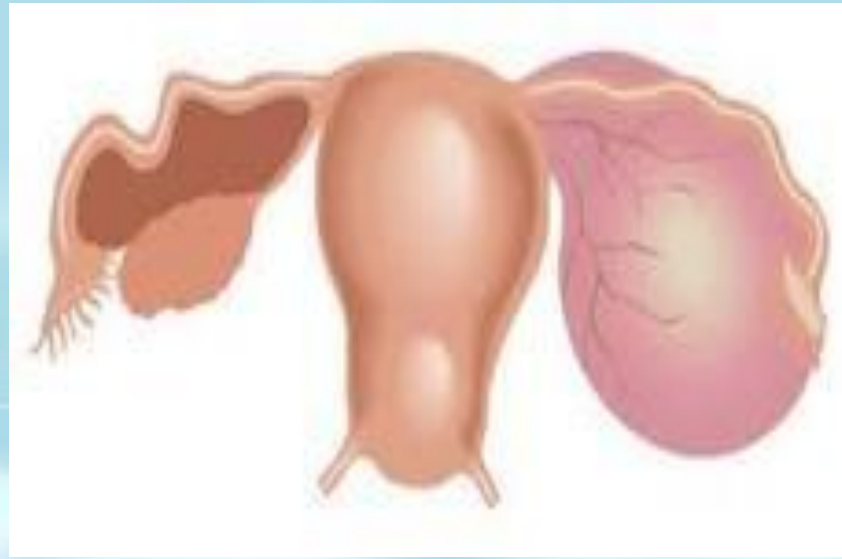
- Незащищенные половые акты, нарушения личной гигиены.
- **Что делать?**
- «Хороший мальчик» не означает, что без инфекций. Используйте презерватив или вдвоем сдайте анализы.



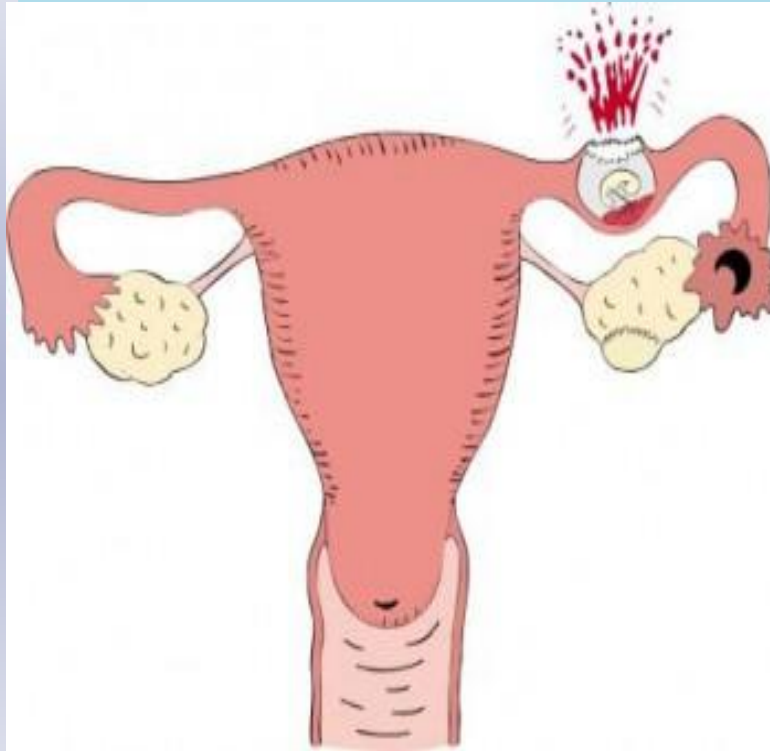


# Кисты яичников

- Сбой в работе репродуктивной системы, воспаления.
- **Что делать?**
- Избегать воспалений, прием контрацептивов (нет циклических процессов в яичниках – нет кист).



# Внематочная беременность



- Перенесенные воспаления придатков, внутриматочная спираль, операции в брюшной полости, курение.
- **Что делать?**
- Избегать воспалений, операций и не курить, прием контрацептивов снижает риск.

# Бесплодие



- Перенесенные воспаления, аборты, операции.
- **Что делать?**
- Избегать воспалений, абортов и операций.

# Рак шейки матки

- Вирус папилломы человека.
- **Что делать?**
- Прививка до начала половой жизни.  
Регулярный осмотр у гинеколога.



# Нежелательная беременность

- Хорошо, когда женщина задумывается об этой проблеме с самого начала половой жизни или даже раньше, а не после перенесенного аборта и его последствий. Печально, но надо признать, что результатом половой жизни помимо удовольствия может быть также беременность или инфекция, передаваемая половым путем.





# Нежелательная беременность

- За всю историю человечества было предложено множество рецептов контрацепции: женщины пили отвары из трав, парились в бане, высоко подпрыгивали и при этом надрывно кашляли, вводили всевозможные предметы и растворы во влагалище, вымывали сперму из влагалища сильным напором воды из шланга от стиральной машины. Чего стоит одно из последних изобретений, вероятнее всего, американских подростков, заключающееся в спринцевании влагалища кока-колой.



# Нежелательная беременность

- На самом же деле все может быть намного проще, и предотвращения нежелательной беременности можно добиться куда более безопасными для организма и удобными средствами.



# Нежелательная беременность

- Для того, чтобы вы смогли разобраться в вопросах контрацепции вам необходимо четко представлять как устроена и функционирует женская репродуктивная система.



# Женская репродуктивная система



- Согласно учебнику анатомии для 9 класса к органам женской репродуктивной системы относятся: влагалище, матка с маточными трубами и яичники. Влагалище чаще всего используется для классического варианта половой жизни, реже – для рождения ребенка.



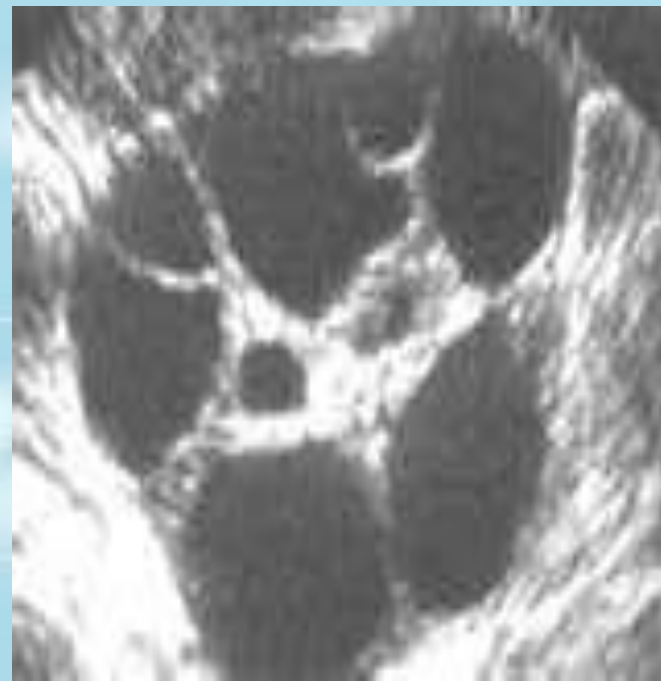
# Женская репродуктивная система

- Матка представляет из себя полый орган, похожий на маленькую грушу. У матки есть шейка и трубы, по одной с каждой стороны. Также к матке с обеих сторон прикреплены яичники



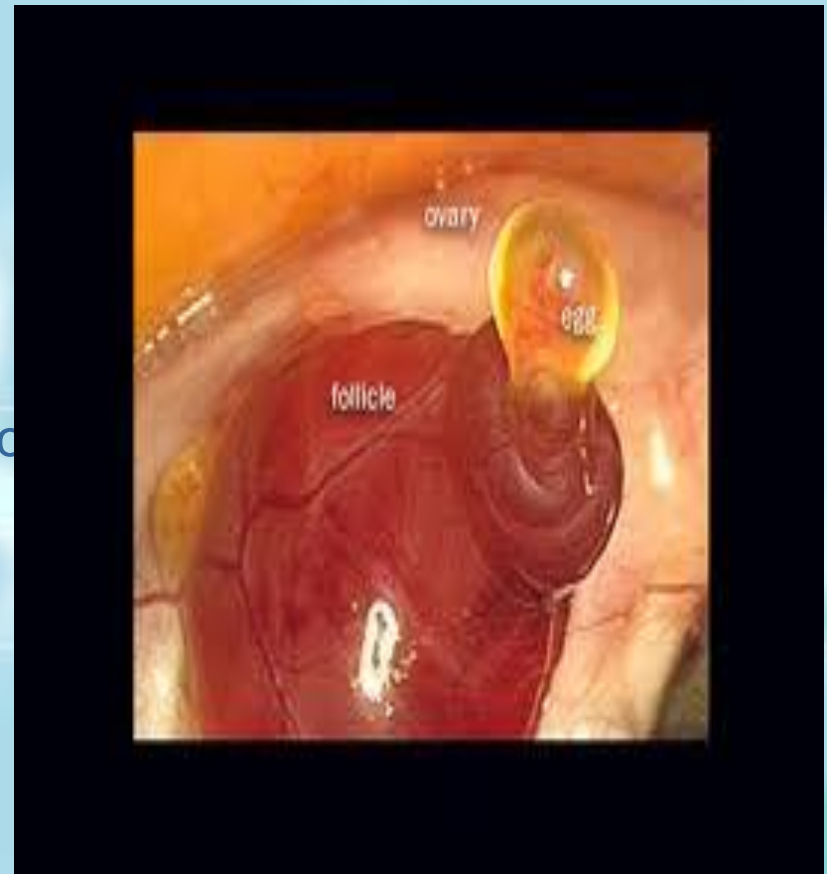
# Женская репродуктивная система

- После появления месячных, в каждом новом менструальном цикле в одном из яичников под воздействием особых веществ, продуцирующихся в головном мозге, начинают увеличиваться в размере несколько фолликулов. Этот процесс начинается с первого дня менструального цикла (первым днем менструального цикла считается день начала менструации).



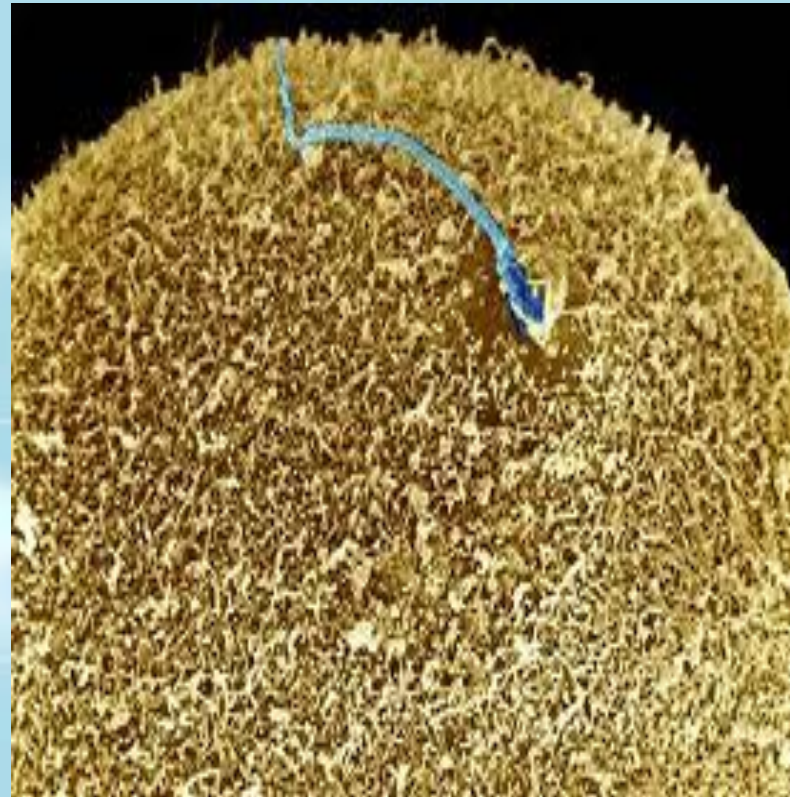
# Женская репродуктивная система

- В дальнейшем один из фолликулов выделяется один, наиболее «способный», который продолжает увеличиваться, в то время как остальные остальные с определенного момента прекращают свой рост и «сдуваются» полностью. Этот «способный фолликул» увеличивается до 20-22 мм к 14-15 дню менструального цикла и затем лопается, выпуская на волю созревшую в нем яйцеклетку.



# Женская репродуктивная система

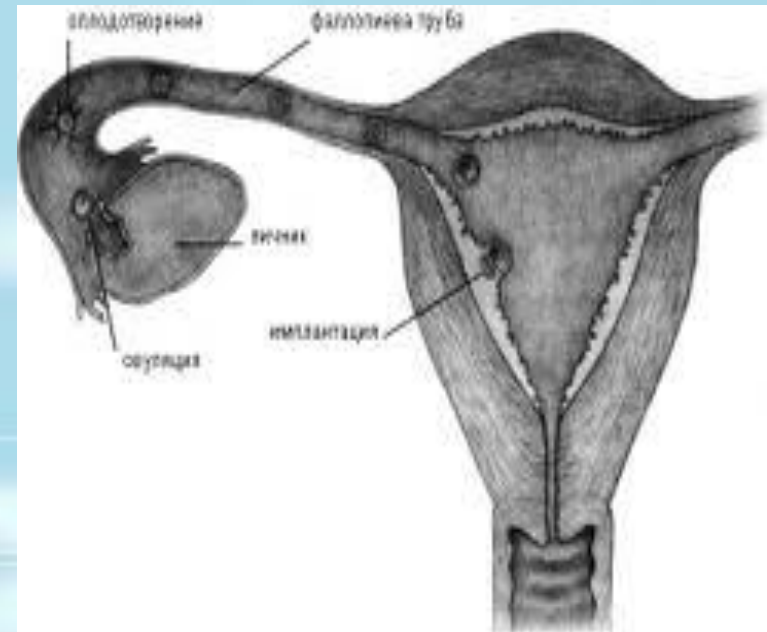
- Яйцеклетка, улавливается маточной трубой и затягивается в нее. В течение последующих 48 часов яйцеклетка находится в маточной трубе и «ждет» появления сперматозоидов





# Женская репродуктивная система

- В том случае, если они так и не появляются – яйцеклетка погибает. Если же встреча состоялась, то оплодотворенная яйцеклетка в течение 4 дней постепенно спускается в полость матки и приклеивается к ее внутренней оболочке, называемой эндометрием, который к тому времени должен быть готов к началу беременности



# Чтобы не наступила беременность надо:

Или предотвратить созревание  
основного фолликула – нет  
основного фолликула – нет  
яйцеклетки

- нет яйцеклетки – нечего оплодотворять.
- **Метод: гормональные таблетки,  
отсутствие половой  
жизни.**

# Чтобы не наступила беременность надо:

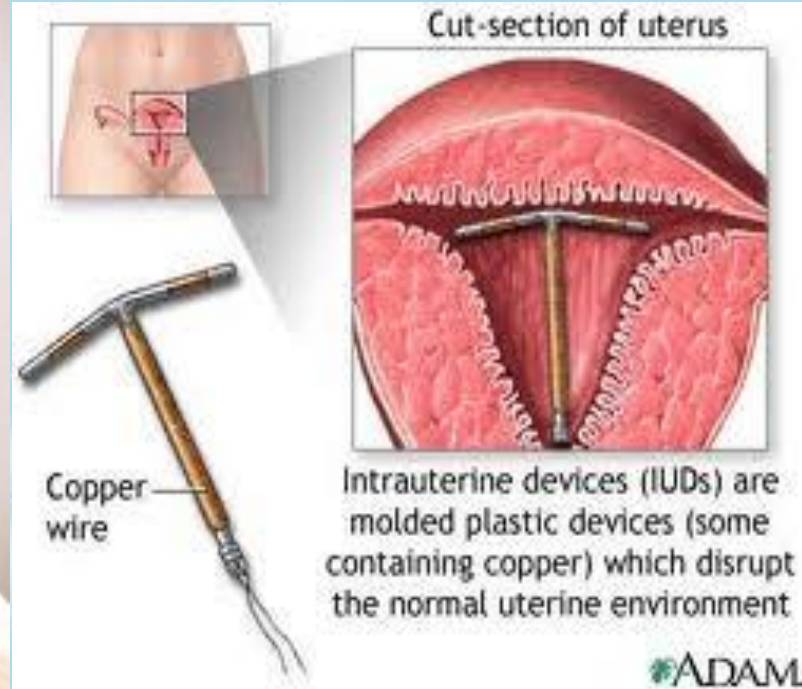


# Чтобы не наступила беременность надо:

- Или не дать эндометрию подготовиться к беременности – если эндометрий «не готов» принять яйцеклетку, то даже если яйцеклетка будет оплодотворена, беременность все равно не начнется.
- **Метод: гормональные таблетки,  
внутриматочная спираль,  
отсутствие половой жизни**



# Чтобы не наступила беременность надо:



# Чтобы не наступила беременность надо:

- Или не дать сперматозоидам проникнуть в полость матки.
- **Метод: презерватив, местные средства контрацепции, прерванный половой акт, ОТСУТСТВИЕ ПОЛОВОЙ ЖИЗНИ.**

# Чтобы не наступила беременность надо:



# Чтобы не наступила беременность надо:

- Или не дать возможности яйцеклетке встретиться со сперматозоидом.
- **Метод: презерватив, прерванный половой акт, местные средства контрацепции, ОТСУТСТВИЕ ПОЛОВОЙ ЖИЗНИ.**



# Чтобы не наступила беременность надо:



# Теперь о серьезном

- В Беларуси средний возраст сексуального дебюта, по данным проекта Программы развития ООН и Агентства США по международному развитию «Здоровая семья», — 14,6 лет. В Германии — 15,9, Швеции — 16,1, США — 16,9, Швейцарии — 17,3



# Теперь о серьезном

- Медики предупреждают, что ранний сексуальный опыт повышает риск «профильных» инфекций и незапланированной беременности, а психологи считают, что негативные последствия раннего сексуального дебюта могут травмировать человека на всю оставшуюся жизнь.



# Теперь о серьезном

- Сегодня у большинства белорусских подростков отсутствует стремление к здоровому образу жизни и сохранению репродуктивного здоровья для создания семьи.





# Теперь о серьезном

- По данным опроса девушек центрами, дружественных подросткам, только 12% безопасным сексуальным поведением считают воздержание. Почти 58% в качестве безопасного сексуального поведения назвали секс с презервативом, около 30% — секс с постоянным партнером



# Теперь о серьезном

- Ранее начало половой жизни, наличие многих партнеров повышает вероятность развитие рака шейки матки Ранее начало половой жизни, наличие многих партнеров повышает вероятность развитие рака шейки матки. У женщины, которая имела более шести партнеров или



# Теперь о серьезном

- По мнению психологов девушки, начинающие половую жизнь в раннем возрасте, пополняют ряды женщин со множеством сексуальных партнеров, не способных поддерживать стабильные отношения с одним человеком.



# Теперь о серьезном

- *«Сексом лучше начинать заниматься, когда сформирован более взрослый взгляд на жизнь, потому что женщина, которая занимается сексом, всегда может стать матерью. Никакие контрацептивы не дают 100% гарантии. Всегда бывают какие-то сбои. Если девушка задумается об ответственности, которая лежит на ней в случае начала половой жизни, то, не исключено, согласится подождать».*





▶ Спасибо за внимание!

