

ФГБУН «Федеральный научный центр  
общественного здоровья и  
медицинской профилактики»



8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU

Репродуктивное здоровье – это состояние организма человека, позволяющее воспроизвести здоровое потомство.

По мнению специалистов, лучшим репродуктивным возрастом для мужчин и женщин считается 20-35 лет, когда организм полностью сформирован и психологически готов к выполнению родительских функций





8 800 200 0 200  
TAKZDOROVU.RU

ФГБУЗ "Федеральный центр общественного здоровья и индивидуальной профилактики"

## ФАКТОРЫ РИСКА, ПРОВОЦИРУЮЩИЕ НАРУШЕНИЯ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ:

- ранее начало половой жизни;
- аборты;
- вредные привычки;
- заболевания передающиеся половым путем;
- неправильное питание;
- возраст.





ФГБУН «Иркутский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики»



8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU

Одной из причин снижения репродуктивной функции у мужчин является **ГИПОГОНАДИЗМ** - клинический синдром, обусловленный недостаточной выработкой (дефицитом) андрогенов.

Андрогены играют ключевую роль в развитии и поддержании репродуктивной и половой функции у мужчин.

Уровень тестостерона в крови уменьшается в процессе старения. Здоровое питание, достаточная физическая активность, отказ от табака и алкоголя – залог сохранения репродуктивного здоровья на долгие годы.

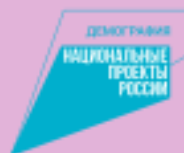


8 800 200 0 200  
TAKZDOROVU.RU

## ОПАСНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ АБОРТА:

- бесплодие
- хронические инфекционные заболевания
- развитие рака матки и молочной железы





8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU

ФГБУЗ "Федеральный центр общественного здоровья и медицинской профилактики"

## КУРЕНИЕ РАЗРУШАЕТ РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ

- у мужчин нарушается эрекция, уменьшается количество активных сперматозоидов;

- у женщин снижается вероятность оплодотворения, уменьшается количество яйцеклеток, нарушается риск возникновения нарушений развития плода



## ДЛЯ СОХРАНЕНИЯ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ НЕОБХОДИМО СОБЛЮДАТЬ:

1. Ежегодный профилактический осмотр у врача акушера-гинеколога (даже при отсутствии жалоб!).
2. Безопасное и эффективное предохранение от нежелательной беременности.
3. Профилактика, своевременная диагностика и лечение заболеваний, передаваемых половым путём.
4. Предупреждение абортов.
5. Своевременное и правильное лечение хронических заболеваний органов малого таза у специалиста.
6. Тщательное планирование беременности обоими партнерами.
7. Здоровый образ жизни будущих родителей.
8. Соблюдение правил личной гигиены девочек и женщин.
9. Профилактические мероприятия по укреплению иммунитета будущих родителей.
10. Сбалансированное питание.



ФГБУН «Федеральный научный центр  
семейного здоровья и репродуктивной  
медицины»



8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU



ОГБУЗ «Иркутский областной центр  
общественного здоровья и  
медицинской профилактики»



8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU

## ОЧЕНЬ ВАЖНО!

От вашего образа жизни, привычек напрямую зависят не только ваше здоровье, но и здоровье ваших будущих детей.

С заботой о вашем здоровье ОГБУЗ «Иркутский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики».

