

Будем здоровы!

Страница о здоровом образе жизни



Что заботит врача

Пусть не стихает детский смех

Мы - в третьем тысячелетии! Каким оно будет для человечества? Невольно уже сейчас приходится задумываться о ближайшем будущем: о будущем своей семьи, родных, о будущем России. Будущее, как мы привыкли говорить, - это наши дети. Как хочется, чтобы они росли здоровыми, умными, счастливыми, чтобы не повторяли наших ошибок. Однако жизнь показывает, что люди чаще учатся не на чужих, а на своих ошибках, и это дорого им обходится.

Здоровье ребенка закладывается еще до его рождения. Здоровых родителей, по логике, должны рождаться здоровые дети. Но, к сожалению, мы, акушеры-гинекологи, наблюдаем все чаще иную картину. Плохая экология, неблагоприятная социальная обстановка, недостаточное и неправильное питание, бесконечные стрессы способствуют снижению иммунитета, возникновению различных заболеваний у девушек, будущих мам. Результатом являются различные отклонения в течении беременности, родов.

Из всех беременных, состоящих на учете в женской консультации, только 13% практически здоровы. Остальные имеют то или иное заболевание. Больные анемией составляют 70% (в 1998 г. - 54%) от числа беременных. Все это отражается на внутриутробном развитии плода, дети рождаются все чаще больными...

Горько, но наше государство мало внимания уделяет подрастающему поколению. Программа "Безопасное материнство" так и осталась только на бумаге, она никак не подкреплена финансами. У беременных часто не бывает денег не только на лекарства (которые сейчас очень дороги), но и на продукты питания. А беременная женщина именно с пищей должна получать все необходимые компоненты для нормального развития ребенка. Результатом являются больные с рождения дети. По данным статистики, в 1999г. наблюдался рост заболеваемости детей до года (по сравнению с 1998г.) на 20%, увеличилась и заболеваемость новорожденных.

Вот и остается будущим родителям самим заботиться о здоровье детей. Не стоит ни на кого надеяться.

Каждый ребенок имеет право быть желанным и любимым. Для этого и существует такое понятие, как планирование семьи. Планирование семьи - это прежде всего обеспечение здоровья женщины, чтобы она могла родить желанных и здоровых детей, родить именно по обдуманному желанию, а не по случаю. Право на свободное

и ответственное родительство является международно признанным правом каждого человека. Им нужно пользоваться разумно, сознательно выбирать количество детей в семье и сроки их рождения. Тогда не придется решать вопрос: "Что с ними делать?"

Будущие родители должны знать следующее:

- Оптимальный возраст для рождения детей - 20-35 лет (доказано, что если беременность возникает раньше или позже, то протекает с большим числом осложнений, и вероятность нарушения здоровья у матери и ребенка выше).

- Интервалы между родами должны быть не менее двух лет. Это позволит женщине восстановить свои силы для будущих родов.

- Аборт не является лучшим методом регулирования рождаемости, его можно избежать, применив современные методы контрацепции (лучше по совету специалиста).

- Если нежелательная беременность все-таки наступила и женщина решает сделать аборт, следует как можно раньше обратиться к врачу - это снизит риск возможных осложнений. При малом сроке беременности можно сделать мини-аборт в условиях женской консультации.

- Болезни, передаваемые половым путем, часто являются причиной бесплодия и мужчин, и женщин. Только презерватив поможет вам избежать заражения и одновременно предохранит от нежелательной беременности.

- Правильное половое воспитание детей и подростков поможет сохранить их здоровье, подготовить к будущей семейной жизни и воспитать чувство ответственного родительства.

Мне хочется обратиться к молодым мамам и папам: постарайтесь сделать все, чтобы ваш ребенок родился здоровым. Прежде всего необходимо оценить свои возможности, пройти медицинский осмотр, убедиться, что вы здоровы. Если есть какое-то заболевание, нужно своевременно пройти курс лечения и только после этого решать вопрос о рождении ребенка. Много внимания требуется беременной женщине от близких людей. Кроме полноценного питания, она должна быть окружена заботой и вниманием, должна избегать стрессов. У беременной женщины должны быть только положительные эмоции.

Будущей маме необходимо встать на учет в женской консультации до трех месяцев беременности. Закон РФ предусматривает допол-

нительную оплату работающим женщинам, обратившимся к нам в этот срок.

В женской консультации беременная проходит полное клиническое обследование, у нее своевременно выявляются очаги инфекции, проводится их лечение. Довольно часто мы сталкиваемся с непониманием людьми важности наблюдения врача за беременной. Многие считают, что если женщине не нужен декретный отпуск, то и посещать врача незачем. А ведь в Медногорске немало женщин - домохозяек, поэтому картина у нас складывается удручающая. Статистика показывает, что если раньше было 2-3 беременные женщины в год, не состоявшие на учете в нашей консультации, то за 10 месяцев 2000г. их уже стало 11. И в новом году уже произошли роды у многодетной мамы, которая не посещала женскую консультацию во время беременности. А упрямая статистика свидетельствует, что дети в этом случае умирают в 10 раз чаще, чем у женщин, наблюдаемых врачом.

Социальные и экологические проблемы всегда отражаются на здоровье беременных. Чаще всего будущие мамы страдают анемией. За последнее десятилетие в связи с падением уровня жизни населения России частота железо-дефицитных анемий возросла в 6,3 раза (данные МЗ РФ). Анемия осложняет течение беременности и родов, влияет на развитие плода. Преждевременные роды при анемии наступают в 11-42% случаев. У детей, родившихся от таких матерей, в 68% случаев к году диагностируется анемия.

Все это можно предотвратить, если беременная с ранних сроков наблюдается врачом. Лекарства, содержащие железо, беременным не противопоказаны, их можно принимать в течение всей беременности и периода кормления ребенка грудью.

Профилактическое лечение анемии способствует созданию у новорожденных более высоких запасов железа. Такие дети рождаются здоровыми, редко болеют.

На фоне анемии у беременных чаще развиваются гестозы, это заболевание, которое встречается только у беременных, дает серьезные осложнения в родах и в послеродовом может привести женщину к инвалидности.

В 2000г. 46% беременных в г. Медногорске страдали гестозом и 80% - экстрагенитальной патологией.

Среди будущих мам много больных с инфекцией мочевыводящих путей, след-

ствием чего является внутриутробное инфицирование плода. Достаточно сказать, что в 2000 году в нашем городе у двух беременных был выявлен сифилис. Дети у них родились здоровыми только благодаря своевременному лечению.

Долгое время мы лишь из средств массовой информации узнавали о распространении СПИДа. Вот эта беда пришла и в наш город. По Оренбургской области уже выявлено 10 вич-инфицированных беременных. Только ранняя диагностика этой инфекции дает возможность своевременно прервать беременность, чтобы не родились заведомо больные дети.

Эти примеры я привела для того, чтобы будущие мамы (и папы тоже) поняли, как важно для здоровья вашего малыша раннее обращение беременной в женскую консультацию. Для этого нужно немного - только преодолеть свою лень.

У нас в женской консультации есть все возможности, чтобы в полном объеме провести обследование и лечение беременной женщины. Здесь работают опытные врачи, такие, как Рябченко В.М., Козлова Т.Н., акушерки Медякова Е.Н., Фадеева Н.Н. и другие.

При женской консультации открыт дневной стационар. Женщины могут проходить здесь лечение, не отрываясь надолго от дома. Дневные стационары функционируют при родильном и гинекологическом отделениях, т.к. женщины часто отказываются от круглосуточной госпитализации.

Прошу запомнить, что мы, врачи, не можем заставить принудительно лечиться беременную женщину, мы можем только дать ей рекомендации. И еще мне хочется вспомнить хорошее (пусть нерусское) слово - меценат. Мы знаем, это покровитель наук и искусства. Но, подумайте, ребенок - это самое высокое творение, его воспитание - тоже искусство. И если у кого-то есть возможность помочь нам и будущим мамам - сделайте это. Хочется верить, что Медногорск не станет вымирающим городом, что на его улицах будет всегда раздаваться радостный детский смех. Уважаемые меценаты, приходите с предложениями к нам в женскую консультацию. Надеюсь, что все вместе мы сумеем в начале третьего тысячелетия заложить добрый фундамент для будущих поколений. Мы не должны подвести наших детей и внуков.

Л.ЮРТАЕВА,
заведующая
женской
консультацией.