

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kurovaya-rabota/16861>

Тип работы: Курсовая работа

Предмет: Медицина

Введение 2

1. Влияние вредных привычек родителей до зачатия на будущего ребёнка. 2

1.1 Вредные привычки до зачатия на будущего ребёнка.. 7

1.2. Хронические заболевания до зачатия на будущего ребёнка. 15

1. Влияние вредных привычек у родителей во время беременности на плод 20

2. Влияние вредных привычек у родителей на уже родившегося ребёнка 28

Заключение. 34

Список литературы: 34

Введение

Наблюдая за малолетними детьми, некоторые из нас наверняка задумывались: «Чем определяется здоровье ребёнка?» Всем хочется счастья и благополучия на долгие годы. От нас самих во многом зависит наше собственное здоровье и наше будущее потомство. Для того чтобы сохранить здоровье себе и произвести на свет здорового человека, необходимо иметь знания о том, что может повлиять на развитие плода в утробе матери.

В последнее время часто приходится видеть курящих будущих мам, хотя во всём мире началась активная борьба с курением. Иногда мы встречаем на улице беременную женщину с бутылкой пива в руках.

Несмотря на то, что общество обсуждает такое поведение - это существует и с этим надо бороться.

В настоящее время в связи с изменением условий жизни, уменьшением рождаемости в большинстве развитых стран мира особую остроту приобретает проблема репродуктивного здоровья, т.е. такого состояния организма будущих родителей, которое обеспечивает рождение здорового ребёнка.

1. Влияние вредных привычек родителей до зачатия на будущего ребёнка.

Желание зачать ребенка для многих женщин является мощнейшим стимулом скорректировать образ жизни и сделать его более здоровым: тщательно следить за питанием, ограничить прием ненужных лекарств, снизить интенсивность упражнений при занятии спортом, и, конечно же, отказаться от вредных привычек. Несомненно, забота о собственном теле – крайне важный шаг для желающих и планирующих беременность, поскольку именно женский организм будет уютным домом для будущего плода, а после ребенка, на протяжении целых 9 месяцев. Однако подготовка к зачатию – задача не только женщины, но и мужчины. Что необходимо принять в учет, чтобы зачать ребенка.

Подготовка к зачатию – важнейший этап для будущих мам и пап

Одним из первых и основных пунктов подготовки к зачатию ребенка является проверка состояния здоровья обоих партнеров. Это необходимо для того, чтобы своевременно выявить возможные факторы риска для здоровья плода, а также исключить факторы, препятствующие планам будущих родителей.

Первоначально следует обратиться к врачу и в случае, если после года попыток женщине не удастся забеременеть. В таком случае необходимо также будет пройти обследование, после которого врач предложит возможные варианты продолжать попытки или прибегнуть к альтернативным методам оплодотворения (например ЭКО- Экстракорпоральное оплодотворение то есть оплодотворение вне тела, сокр. ЭКО) чаще всего используемая в случае бесплодия. Синонимы: «оплодотворение в пробирке», «оплодотворение in vitro», «искусственное оплодотворение».

Во время ЭКО яйцеклетку извлекают из организма женщины и оплодотворяют искусственно в условиях «in vitro» («в пробирке»), полученный эмбрион содержат в условиях инкубатора, где он развивается в течение 3—5 дней, после чего эмбрион переносят в полость матки для дальнейшего развития.

Перед зачатием женщине необходимо обратиться к гинекологу, который назначит необходимые исследования и анализы. К примеру:

- УЗИ органов малого таза,

- общий анализы крови
- анализ мочи,
- анализы на скрытые инфекции,
- определение группы крови и резус-фактора,
- исследование гормонального фона.

Также в части подготовки к зачатию будущим мамам рекомендуется посетить стоматолога, чтобы устранить все существующие проблемы и получить рекомендации уходу за зубами во время беременности. Одним из первых и основных пунктов подготовки к зачатию ребенка является проверка состояния здоровья обоих партнеров.

Мужчине перед зачатием ребенка также необходимо посетить уролога, который проведет обследование и определит состояние половых органов, назначит анализы для выявления потенциально опасных инфекций. Как и женщине, мужчине необходимо будет определить группу крови и резус-фактор, а также исключить вероятность заболеваний.[4]

Если никаких серьезных проблем со здоровьем у будущих родителей не обнаружится, можно приступать к следующему этапу подготовки к зачатию – коррекции образа жизни:

- женщины;
- мужчины.

Подготовка к зачатию для женщин: основные особенности образа жизни

Чем раньше будущая мама выберет здоровый образ жизни, тем лучше. Однако минимум за 2–3 месяца до зачатия рекомендуется обратить внимание на следующие факторы:

1)Отказ от вредных привычек

Об отказе от курения и приема алкоголя во время подготовки к зачатию известно каждой девушке. Данный шаг очень важен, поскольку вредные привычки негативно сказываются на здоровье организма, что впоследствии может навредить малышу или снизить шансы на зачатие.

2)Правильное питание

Под правильным питанием, как правило, подразумевают употребление качественных продуктов, преимущественно фруктов и овощей, минимально обработанной пищи, богатой витаминами и питательными веществами. Не лишним будет ограничить употребление кофе, но не полностью исключать его из рациона. Ваш гинеколог также может дать рекомендации по поводу правильного питания и назначить витамины для подготовки к зачатию, например, фолиевую кислоту, Е, С и пр. Принимать витамины и добавки без рекомендации врача настоятельно не рекомендуется.

3)Здоровый вес

Избыточный вес снижает шансы женщины на беременность, как и нездоровая худоба. Потому поддержание оптимального веса – важный шаг для желающих зачать ребенка. Что касается физической активности, она помогает женщине подготовиться к беременности и родам, однако слишком интенсивные тренировки могут препятствовать к зачатию. Лучше всего в данном вопросе посоветоваться с врачом – он порекомендует оптимальный график занятий спортом.

Избыточный вес снижает шансы женщины на беременность, как и нездоровая худоба.

4)Менструальный цикл

Девушке, желающей забеременеть, стоит следить за своим менструальным циклом, чтобы определить оптимальное время для зачатия ребенка. В наше время существует множество онлайн-инструментов, которые позволяют вычислить время овуляции. «Окном фертильности» называют шесть дней – пять дней до овуляции и один – непосредственно овуляция. Потому рекомендуется регулярно заниматься сексом в этот период.

Подготовка к зачатию для мужчин: о чем нужно позаботиться будущим отцам

Многие мужчины, к сожалению, считают, что их роль в зачатии ребенка ограничивается половым актом, а подготовка к зачатию необходима только будущим мамам. Такой подход к вопросу в корне неверен.

Будущие отцы также должны заботиться о своем здоровье, поскольку около половины неудачных попыток зачатия являются результатом снижения мужской фертильности.

Помимо прохождения осмотра и сдачи назначенных врачом анализов, мужчине также необходимо закончить курс приема некоторых лекарств (например, антибиотиков или стероидов) минимум за 3 месяца до зачатия.

Будущие отцы также должны заботиться о своем здоровье, поскольку около половины неудачных попыток зачатия являются результатом снижения мужской фертильности.

Как и женщине, мужчине необходимо отказаться от вредных привычек, по возможности избегать

воздействия токсинов, а также принимать назначенные врачом витамины, которые повышают шансы на зачатие.

Будущим папам важно также помнить, что для поддержания оптимального уровня фертильности нельзя допускать повышения температуры в области паха. Для нормального образования и функционирования сперматозоидов температура в области яичек должна быть чуть ниже температуры тела (около 34-35°C). Таким образом, негативно на мужской фертильности сказываются условия, способствующие повышению этой температуры,

- 1) Горбов Анатолий Плохие привычки; Букмастер - Москва, 2014.
- 2) Ерофеева Людмила Возлюби свои привычки; Центрполиграф - Москва, 2009.
- 3) Корнилова М., Прохоров А., Хондожко А. Смешарики. Привычки; Эгмонт Россия Лтд. - Москва, 2009.
- 4) Саламатов В. Вредные привычки и зависимости. Нервно-психическое здоровье; Амфора - Москва, 2013.
- 5) Спиридонов Дмитрий Беременность неделя за неделей. Счастливая беременность - здоровый ребенок; Крылов - Москва, 2009.
- 6) Фэйзер Джейн Порочные привычки мужа; АСТ, АСТ Москва, Полиграфиздат - Москва, 2010.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kurovaya-rabota/16861>