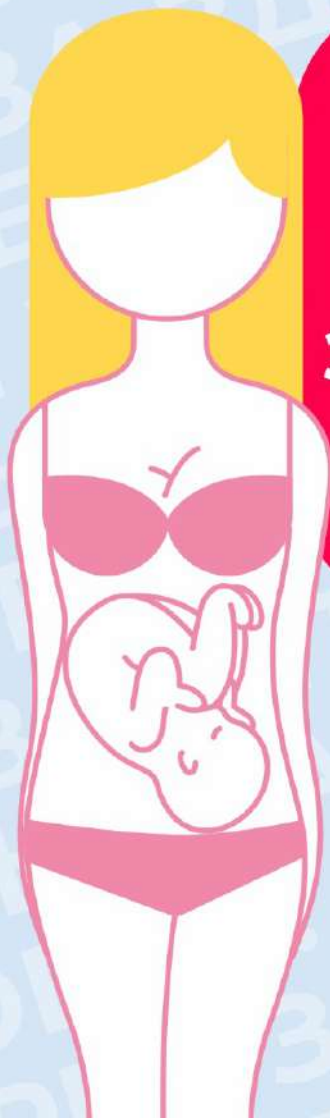


**ПРИМОРЬЕ  
ЗА ЗДОРОВЬЕ!**

НАЦИОНАЛЬНЫЕ  
ПРОЕКТЫ  
РОССИИ  
ПО РЕШЕНИЮ  
ПРЕЗИДЕНТА



1/7

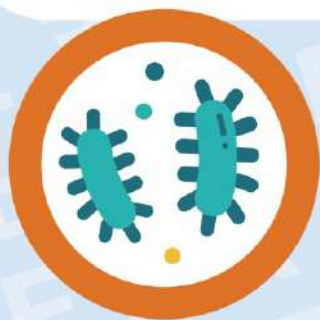


**Ответственное  
отношение к  
репродуктивному  
здоровью и здоровой  
беременности  
исключает:**



## Инфекции, передаваемые половым путем

Инфекции, передаваемые половым путем приводят к **хроническим** заболеваниям женских половых органов, затрудняющих возникновение и развитие беременности, течение родов. Возбудители некоторых инфекций оказывают **повреждающее** воздействие на половые клетки, увеличивая риск рождения детей с различными **аномалиями**.





## Алкоголь

Продукт метаболизма алкоголя — **ацетальдегид** — способен **повредить ДНК** и увеличивать частоту **мутаций** в половых клетках, что может привести к рождению ребенка с различными **физическими дефектами**. Даже однократное употребление спиртных напитков и наркотиков оказывает повреждающее действие на половую клетку, готовую к оплодотворению.





## Курение

**!** Курение у молодых женщин сопоставимо с **удалением одного яичника**. Содержащиеся в табачном дыме вещества снижают уровень женских половых гормонов в крови, что приводит:

- к формированию **незрелых яйцеклеток**, неспособных дать начало новой жизни;
- недостаточной **подготовке матки** к вынашиванию плода;
- **нарушению** менструального цикла.



У курящих женщин шанс забеременеть на 10-40% ниже, риск бесплодия в 2 раза выше, чем у некурящих.

**ПРИМОРЬЕ  
ЗА ЗДОРОВЬЕ!**

НАЦИОНАЛЬНЫЕ  
ПРОЕКТЫ  
РОССИИ  
ПО РЕШЕНИЮ  
ПРЕЗИДЕНТА



5/7



## Аборты

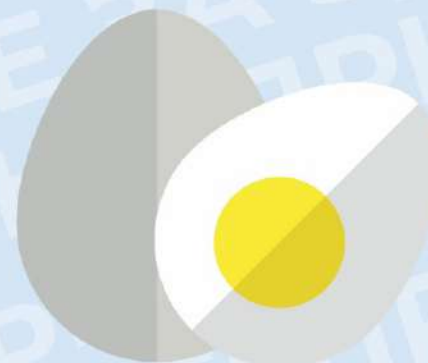
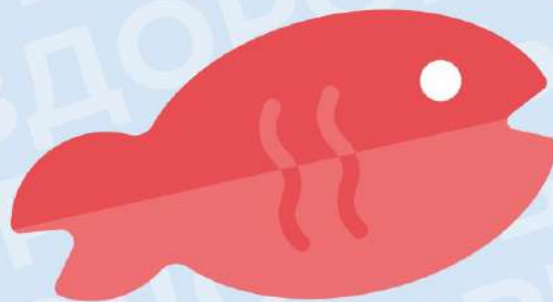
Через год после искусственного аборта у 15% женщин, а через 3-5 лет у каждой второй - обнаруживаются **нарушения в репродуктивной системе.**





## Нерациональное питание

Низкое содержание жиров в пище в течение 2-3 месяцев приводит к снижению уровня половых гормонов и нарушению менструального цикла. Рацион питания с калорийностью ниже 1000 калорий в течение месяца и более может привести к **обратному развитию репродуктивных органов** вплоть до необратимых последствий.



**ПРИМОРЬЕ  
ЗА ЗДОРОВЬЕ!**

НАЦИОНАЛЬНЫЕ  
ПРОЕКТЫ  
РОССИИ  
ПО РЕШЕНИЮ  
ПРЕЗИДЕНТА



7/7



## Гиподинамия

Гиподинамия способствует **застойным** явлениям в органах малого таза, что повышает риск развития воспалительных заболеваний женских половых органов. Длительные статические позы приводят к снижению выработки половых гормонов, **задерживают рост яичников и в целом половое развитие.**

