



ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ  
Телефон: +7 72 12 35 11 55  
E-mail: pf  
ksu@mail.ru

Ул. Карбышева, 7, корпус № 11  
instagram: ksu\_pedfak



## Что такое репродуктивное здоровье?

**Репродуктивное здоровье — это состояние физического, эмоционального, психологического и социального благополучия, связанного с репродуктивной системой. Это означает:**

- **Физическое здоровье:** Здоровые половые органы, отсутствие заболеваний.
- **Психологическое здоровье:** Эмоциональное благополучие, принятие важных решений по репродукции.
- **Социальное благополучие:** Возможность контролировать репродуктивные права, иметь доступ к медицинской помощи и поддержке.

## Как сохранить репродуктивное здоровье?

- 1. Регулярные осмотры у врача:** Профилактические осмотры и своевременное лечение заболеваний.
- 2. Правильное питание и физическая активность:** Поддержание здорового веса и активного образа жизни.
- 3. Использование контрацепции:** Чтобы планировать семью и предотвратить незапланированные беременности.
- 4. Защита от инфекций:** Использование контрацепций для предотвращения заболеваний, передающихся половым путем (ЗППП).
- 5. Психологическое здоровье:** Обсуждение важных вопросов с партнером, поддержка в отношениях и помощь в стрессовых ситуациях.

**Репродуктивное  
здоровье.  
Забота о себе - залог  
будущего.**

## Проблемы репродуктивного здоровья\*

1. **Заболевания половой сферы:** Например, инфекционные болезни (ИППП), бесплодие, рак половых органов.
2. **Насилие и психосоциальные факторы:** Влияние насилия, стресса или негативного отношения на здоровье.
3. **Низкий уровень осведомленности:** Невозможность получения информации о методах контрацепции, безопасном сексе или репродуктивных правах.
4. **Бесплодие:** Нарушения в репродуктивной функции, их причины и как их лечить.



## Репродуктивные права и помощь

### Репродуктивные права включают:

- **Право на информацию:** Каждый человек имеет право на полную информацию о репродуктивном здоровье.
- **Право на выбор:** Выбор о том, когда и сколько детей иметь.
- **Право на медицинскую помощь:** Доступ к услугам в области репродуктивного здоровья и планирования семьи.

### Где получить помощь?

- **Медицинские учреждения:** Врачи, гинекологи, урологи, репродуктологи.
- **Психологическая поддержка:** Консультации по вопросам отношений и здоровья.
- **Государственные и частные программы:** Программы по охране здоровья и профилактике заболеваний.

**Забота о репродуктивном здоровье — это не только забота о своем физическом состоянии, но и о психологическом и социальном благополучии. Ваше здоровье — в ваших руках, и своевременное внимание к нему помогает предотвратить многие проблемы и поддерживать активную и счастливую жизнь!**