



Просто и понятно о деликатном

ЕЛЕНА СЕРГЕЕВНА ПЛАНИНА, ВРАЧ АКУШЕР-ГИНЕКОЛОГ ЧКАЛОВСКОЙ ЦРБ, ОТВЕЧАЕТ НА ВОПРОСЫ О ЖЕНСКОМ ЗДОРОВЬЕ

Елену Сергеевну Планину знает практически каждая женщина нашего округа. Это не удивительно, потому что она - врач, спешащий на помощь в наших женских недомоганиях, ведущий беременных, следящий за состоянием женщин в послеродовой период. Сегодня Елена Сергеевна отвечает на деликатные вопросы, связанные с женским здоровьем и деторождением.

Екатерина КИРИКОВА,
фото автора

- Елена Сергеевна, в каком возрасте лучше всего рожать первого ребенка? Как возраст женщины влияет на протекание беременности?

- Первого ребенка, согласно физиологическим особенностям строения организма, стоит рожать в промежутке от 20 до 30 лет. Хотя надо отметить, что организм женщины полностью готов к деторождению после 5-8 лет от начала первой менструации.

Возраст женщины, безусловно, влияет на протекание беременности. Если говорить о процессе вынашивания ребенка в подростковом возрасте (до 18 лет), то обычно молодые мамы не торопятся вставать на учет у гинеколога, скорее всего, из-за страха пред родителями или позднего обнаружения беременности. Вследствие этого пропускаются первые важные обследования, что может быть чревато неприятными последствиями. У подростков чаще случаются преждевременные роды, так как организм не готов к этому процессу. В самих родах молодые мамы часто получают травмы (разрывы).

Возрастными беременными мы называем женщин, которые рожают первого ребенка после 35 лет. С этой категорией пациентов работать гораздо легче, так как они осознанно подходят к процессу вынашивания ребенка и выполняют все рекомендации врача. Но поздняя беременность повышает риск рождения ребенка с генетическими патологиями, чаще всего это синдром Дауна. У женщин этой возрастной категории обостряются во время беременности хронические заболевания. У многих происходит дебют сахарного диабета, артериальной гипертензии, часто развивается гестоз (глубокое нарушение функций жизненно важных органов и систем). Также у возрастных беременных, как и у подростков, часто случаются преждевременные роды.

- Аборт: "за" и "против". Бывают ли случаи, когда без этой процедуры не обойтись?

- Считаю, что аборт - всегда плохо. Тем более сейчас, когда существует много различных методов контрацепции. От этого решения мы всегда стараемся женщину отговорить. У нас существует "неделя тишины", когда у пациентки есть 7 дней на раздумья. Также мы



• Е.С. Планина

всегда даем женщине координаты психолога, с которым они вместе могут обсудить все "за" и "против" этого важного шага. И часто после "недели тишины" пациентки возвращаются, встают на учет, а потом благополучно рожают здоровых малышей.

В России в настоящее время аборты разрешены до 12 недели беременности. После 12 недель - только по медицинским показаниям. Чем опасно прерывание беременности? Первый аборт опасен бесплодием. Также существует большая вероятность развития хронических инфекционных заболеваний: эндометрит, воспаление придатков, а также нарушение менструального цикла, который потом восстановить достаточно тяжело.

По статистике, в нашем округе абортов делается немного, но, возможно, это связано с обращениями за этой процедурой в частные клиники.

- Расскажите о влиянии алкоголя, сигарет, наркотиков на беременность.

- Все перечисленные вредные привычки всегда вызывают задержку развития плода. Не стоит успокаивать себя различными мифами: что плацента обязательно защитит ребенка от влияния алкоголя и никотина, что будущей матери нельзя резко бросать курить и т.д.

Угарный газ из сигаретного дыма связывается с гемоглобином в крови человека, образуя опасное вещество карбоксигемоглобин. Он мешает адекватному поступлению кислорода в ткани. Будущий малыш особенно страдает от нехватки кислорода. Такое состояние называется хроническая гипоксия.

Плод курящей матери становится пассивным курильщиком. Плацента, служащая барьером для многих опасных веществ, не является таковым для никотина. Плацента курящих матерей выглядит тощей, маленькой, с крупными очагами инфаркта (некроза).

Беременность у курящих женщин нередко заканчивается спонтанными прерываниями беременности, рождением недоношенного ребенка. Выше риск возникновения маточных кровотечений до, во время и после родов.

Алкоголь в первые недели беременности может вызывать различные мутации и серьезные нарушения в формировании центральной нервной системы, что приводит к огромному риску гибели плода. Даже однократное применение алкоголя матерью во время беременности вызывает гибель миллионов клеток головного мозга малыша.

Часто случается и так, что у матери, злоупотребляющей алкоголем, никотином, наркотиками, внешне ребенок выглядит здоровым, но это является "маской" мнимого благополучия. Впоследствии влияние вредных привычек на развитие этого малыша даст о себе знать. Что можно ожидать у ребенка такой мамы? Замедление физического развития по сравнению со сверстниками; замедление психического, интеллектуального и эмоционального развития; различные неврологические отклонения; повышенный риск возникновения аллергических заболеваний; ослабление иммунитета, вплоть до иммунодефицита; частое развитие фоновой патологии (анемия, рахит, гипотироз); склонность к частым острым респираторным заболеваниям и другим воспалительным заболеваниям; повышенный риск формирования хронической патологии органов дыхания, порока развития сердца.

- Роды дома. Как Вы к этому относитесь?

- К родам в домашних условиях я отношусь отрицательно, потому что они должны проходить в медицинском учреждении под руководством опытного врача-акушера, младшего медицинского персонала и врача-неонатолога для оказания первой помощи матери и ребенку. Рождение ребенка - процесс сложный и часто непредсказуемый, во время которого может случиться все, что угодно, и неподготовленный чело-

век просто может не справиться с трудностями.

Сейчас в роддоме можно получить больше комфорта, чем дома, да еще и профессиональный персонал. Современные роддома оснащены профессиональным оборудованием и располагают хорошей технологической помощью, позволяют рожать разными способами: вертикальные роды, с мячами, в воде, в душе, с мужем, с мамой и т. д. Исходя из этого, нет никакого смысла рисковать жизнью и здоровьем матери и новорожденного.

- Бесплодие - это приговор? Что ведет к бесплодию? Можно ли его избежать?

- Бесплодием мы называем состояние женщины, когда при постоянной половой жизни без использования любых методов контрацепции в течение 12 месяцев не наступает беременность. Женское бесплодие бывает разным. Различают первичное бесплодие (когда в течение жизни беременность у женщины никогда не наступала) и вторичное бесплодие (когда хотя бы один раз беременность все-таки была).

Факторы, приводящие к обсуждаемой проблеме, могут быть самыми разными. Например, если говорить об эндокринном бесплодии, то это невозможность наступления беременности из-за отсутствия овуляции или наличие опухолей. Трубно-перитонеальный фактор бесплодия характеризуется нарушением проходимости либо перистальтики (сократительных движений) маточных труб женщины, а также наличием спаечного процесса в малом тазе. Бывает, что причина бесплодия так и остается неизвестной. Человек - существо сложное. Вроде бы явных заболеваний не выявлено, и мужчина, и женщина здоровы, но беременность почему-то не наступает.

Сейчас бесплодие - это не приговор благодаря ЭКО (экстракорпоральное оплодотворение). В Чкаловске на данный момент на учете стоят две молодые женщины после процедуры ЭКО.

- Какова роль матери в половом воспитании и формировании готовности дочери к материнству?

- Матери всегда сложно говорить о половом воспитании со своим ребенком. Но делать это нужно, иначе он может получить не всегда достоверную информацию из других источников. Девочку нужно подготовить к приходу первой менструации, чтобы, когда этот процесс начнется, она не испугалась, а знала, что с ней все в порядке, просто это очередной этап ее взросления. Сейчас первые менструации у девочек наступают в 12-14 лет, появляются вторичные половые признаки. Часто подростки очень стесняются происходящего с их телом изменений, поэтому мама, самый близкий для девочки человек, должна мягко подготовить свое чадо к этой си-

туации. Также не стоит забывать рассказывать ребенку о правилах и средствах личной гигиены.

К сожалению, сейчас половая жизнь у некоторых подростков начинается очень рано. Это очень щепетильный момент, как оградить ребенка от преждевременного полового взросления, потому что сейчас много открытых источников информации, откуда можно узнать обо всем на свете, минуя родителей. Поэтому, считаю, не нужно пускать жизнь подростка на самотек, а делать ее насыщенной: школа, кружки, секции, курсы, совместный культурный отдых с родителями, чтобы ребенок своевременно и благополучно проходил все этапы взросления.

- Какие женские болезни в настоящее время самые распространенные?

- Сейчас очень часто к врачу-гинекологу обращаются пациентки с нарушением менструального цикла. Это связано с экологией, питанием, началом ранней половой жизни. Часто встречаются инфекции, передаваемые половым путем, особенно у пациенток молодого возраста. Сейчас у молодых женщин нередко встречаются миомы и фибромы матки (доброкачественные опухоли). Распространенное заболевание - эрозия шейки матки, которое вызывается вирусом папилломы человека и различными инфекционными заболеваниями из-за раннего начала половой жизни и большого количества половых партнеров.

- Какие женские болезни подстерегают женщин старшего возраста? Самые опасные из них?

- Женщины более старшей возрастной группы часто обращаются с доброкачественными опухолями матки и яичников (миома матки, кисты яичников). У женщин в период менопаузы встречаются атрофические кольпиты (истощение тканей и раздражение слизистой женских половых органов вследствие нехватки гормона эстрогена). И очень часто обращаются с выпадением шейки матки и самой матки. Это связано с тяжелыми родами в молодости, с большим подъемом тяжестей, малоактивным образом жизни. Если говорить о самых опасных болезнях, это онкология. Рак шейки матки сейчас встречается чаще, чем рак тела матки. Онкология тела матки - заболевание женщин старше пятидесяти лет. Раку шейки матки подвержены женщины более молодые - с 35 лет. Мазок на онкологию сейчас включен в онкоцитологический скрининг, и один раз в год каждая женщина должна его пройти. Вообще, если нет жалоб, то гинеколога достаточно посещать один раз в год для профилактического осмотра, чтобы избежать многих возможных серьезных проблем. Желаю всем здоровья. Оно - в руках каждого.

- Спасибо за интервью!