МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ, МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА

ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ

Кафедра практичної психології

Реферат з практичної психології

Шкідливі звички батьків і здоров’я майбутньої дитини

Загоровська Марія Миколаївна,

студентка групи

Київ

Вступ

Шкідливі звички - ряд звичок, що є шкідливими для організму людини. Вони перешкоджають людині розвиватися як розумово, так і фізично. Серед цих звичок виділяють декілька найбільш шкідливих - це наркоманія, алкоголізм, токсикоманія та тютюнопаління. Кожна з цих звичок викликають залежність людини від тої чи іншої речовини, яку вона вживає.

## 1. Тютюнопаління

Через вживання нікотину, у людини-курця може виникнути захворювання на рак легенів. Велике навантаження отримує і серце. Вчені підрахували,що курець у 10 разів більше хворіє на рак та на інфаркт міокарда, ніж люди, які не курять. Найважливішим компонентом тютюнового диму є нікотин. Регулярне вживання нікотину викликає тютюнову залежність. Тривале і часте паління тютюну завдає значної шкоди здоров'ю курців, та оточуючих їх людей, що не палять i тварин. Від хвороб, розвиток яких є наслідком тютюнопаління, щорічно помирає 5,4 млн. осіб. Тобто 1 з 10 смертей у світі спричинена саме вживанням тютюнових виробів.



*Країни світу за споживанням сигарет на душу населення (тільки дорослі, дані по населенню за 2007 рік)*

### *«Тютюнова» статистика України*

· В Україні щоденно курить 45 % дорослих чоловіків і 9 % дорослих жінок; серед молоді курить 45 % юнаків і 35 % дівчат;

· 68 % курців заявили, що зацікавлені у відмові від куріння, а серед тих, хто будь-коли курив щодня, 26 % вже є колишніми курцями;

· Понад 90 % населення України підтримує заборону куріння на всіх робочих місцях;

· Підтримка повної заборони реклами тютюну серед населення - 70 %;

· 31 % вважає, що куріння кальяну призводить до серйозних захворювань;

· Всього в країні нараховується близько 9 мільйонів активних курців, що складають третину всього працездатного населення країни;

· Україна посідає 17 місце в списку країн-лідерів за кількістю курців;

· Щорічно до числа курців долучаються не менш 100 000 українців;

· Кожен четвертий підліток в Україні викурює першу сигарету у віці 10 років;

· Україна є другою країною у світі (після Чилі), де у віці 13-15 років курять більш 30 % юнаків і дівчат;

· Україна займає ІІ місце за кількістю викурених цигарок на одного громадянина. На кожного українця припадає понад 2500 сигарет - майже 7 щоденно;

· Розрахунки Всесвітнього банку свідчать про те, що економічні збитки України від тютюну складають близько 2 мільярдів доларів щорічно;

· За офіційною статистикою в Україні щороку від хвороб пов'язаних з курінням помирає 120 тисяч чоловік.

Поширеність щоденного куріння за останні 5 років в Україні суттєво зменшилась. Так, у 2005 році щоденно палили 62 % чоловіків (від 15 років і старше), а в 2010 вже 45 %. Кількість жінок-курців скоротилася майже вдвічі - з 17 % до 9 %.

*За даними ВООЗ та МОЗ України*

Дослідження показує: якщо молодь віком 12-17 років віку палить, то ймовірність вживання ними героїну у 12 разів, а кокаїну у 51 раз вища, ніж у тих, хто не палить.Якщо молодь 12-17-літнього віку випалює більше пачки цигарок, то ймовірність вживання ними героїну вища у 51 раз, а кокаїну у 106 разів. Приголомшливий факт: молодь, яка ніколи не палила, майже ніколи не вживає героїн або кокаїн.

Вплив куріння на здоров'я майбутньої дитини.

Нікотин, що поступає з сигарет або замісної терапії, справляє негативний вплив на здоров'я людини. Дослідження серед жінок-курців показують, що 74 відсотка хотіли б відмовитися від куріння, але, незважаючи на ці спроби, більшість жінок залишаються залежними від нікотину і стикаються з труднощами подолання їх пристрасті до цього наркотичного засобу.

Вагітні жінки, які курять, часто бувають дуже мотивованими, щоб кинути палити, особливо на ранній стадії вагітності, але багато з них продовжують курити. Куріння серед майбутніх матерів знаходиться на дивно високому рівні 23% і лише 3% жінок кидають палити, покладаючись лише на власну силу волі.

Існує підвищений ризик, коли майбутня мати палить. Ризик викидня вище на 27% серед курців. Смертність під час пологів (визначена як народження мертвого плоду або смерть новонародженого протягом першого тижня життя) збільшується на одну третину серед дітей, матері яких палять. Ризик народження дитини з недостатньою вагою вище в три рази. Більше того, чим більше сигарет жінка викурює під час вагітності, тим вище можливе зниження ваги при народженні.

Недавні дослідження показали, що сигарети можуть знизити кровотік в плаценту, що обмежує кількість поживних речовин, що потрапляють до плоду. Існує 35% збільшення випадків раптової смерті немовлят у сні, пов'язаних з курінням під час вагітності. Куріння матері пов'язане з підвищеним ризиком розвитку раку у дитини. Немовлята батьків, які палять в два рази більше схильні до ризику серйозних повітряно-крапельних інфекцій, ніж немовлята некурящих батьків. Куріння під час вагітності також збільшує ризик виникнення астми у маленьких дітей.

Куріння під час вагітності пов'язано з порушеннями поведінки і браком уваги. Жінки, які викурювали більше пачки сигарет на день, були значно більше схильні до появи дітей з порушеннями поведінки. Зловживання шкідливими речовинами вище серед дітей у жінок, які курили під час вагітності, а також вище ризик поганого поводження. Куріння під час вагітності також може впливати на фізичний ріст і розумовий розвиток дитини в довгостроковому періоді. Було відзначено, що у дітей жінок, що палять спостерігався знижений ріст у порівнянні з некурящими, а також більш низька успішність у читанні та математики аж до віку шістнадцяти років, і навіть більш висока кваліфікація, отримана до двадцяти трьох років.

У середньому, у курців спостерігається більше ускладнень під час вагітності та пологів, до яких можуть відноситися кровотечі під час вагітності, передчасне відділення плаценти і передчасний розрив мембран. Деякі дослідження також показали наявність зв'язку між курінням і позаматкової вагітністю і вродженими дефектами у дітей, що палять. Жінки найчастіше відчувають нудоту, інфекції сечових шляхів, молочницю, погано себе почувають і частіше відвідують лікарні. Існують також свідчення того, що куріння порушує гормональний баланс жінки під час вагітності і що це може надати наслідки на репродуктивні органи їхніх дітей.

Будь-який шкідливий вплив, який чиниться на ранніх етапах перебігу вагітності, підвищує ймовірність появи "заячої губи" (тобто щілини губи) та інших деформацій будови обличчя.

В Австралії у групі з 497 дітей, народжених протягом 10 років у матерів, які вживали тютюн і інші психоактивні речовини, проаналізували поширення вроджених вад розвитку, у тому числі дефект губи і твердого піднебіння, вади розвитку травної системи. З'ясувалося, що дефекти губи і твердого піднебіння зустрічалися в цій групі в 10 разів частіше, ніж загалом у популяції.

Куріння під час вагітності є причиною 20-30% випадків народження дітей з недостатньою масою тіла.

Тютюн, як і низка інших психотропних речовин, спричиняє передчасне переривання вагітності, тобто дитина не встигає досягти необхідного внутрішньоутробного віку та відповідного рівня розвитку, народжуючись раніше від визначеного терміну.

Наслідки внутрішньоутробного впливу компонентів тютюнового диму торкаються практично усіх систем органів і можуть проявитися як структурними дефектами, так і проблемами поведінки та розвитку.

2. Алкоголізм

Алкоголі́зм - захворювання, що викликається систематичним вживанням алкогольних напоїв, що характеризується патологічним потягом до них, призводить до психічних і фізичних розладів та порушує соціальні стосунки особи, яка страждає цим захворюванням. Найважчою стадією є синдром фізичної залежності від алкоголю, при якому раптове припинення його вживання може викликати такі абстинентні симптоми, як тремор, страх, галюцинації або марення. Алкоголізм характерний психо-фізичною залежністю від алкоголю, основою якої є наявність алкоголю в обмінних процесах людського організму, розвивається внаслідок хронічного зловживання спиртними (алкогольними) напоями. У ширшому розумінні алкоголізм - сукупність шкідливих звичок, пов'язаних із зловживанням алкоголем, впливів на здоров'я, життя, працю і добробут людей. Психологічно має дві стадії: звичка та хвороба.

*Алкоголізм, або алкогольна залежність, асоціюється з рядом ознак:*

· Хворобливий потяг до алкоголю;

· Ріст толерантності (зростає витривалість до великої кількості алкоголю);

· Втрата кількісного контролю;

· Наявність синдрому відміни або абстинентного синдрому.

Однозначним є визначення впливу алкоголю на організм людини, як порушення нормального функціонування, що характерне появою різного роду соматичних захворювань. Ці захворювання разом із алкоголізмом на 15-17 років вкорочують життя людини. Понижена працездатність мозку, яка спричинює негативні зміни в центральній нервовій системі, особливо процесів мислення, пам'яті, уяви, сприйняття, відчуття. Перш за все відбувається отруєння кори головного мозку, де концентрація алкоголю на 60-70 % більша, аніж в крові. Аналогічні показники простежуються і на потомстві. Відхилення фізичного й розумового розвитку дітей з'являються як результат зачаття в нетверезому стані, або вплив алкоголю на плід, що розвивається в утробі матері. Виникає загроза епілепсії у дітей, оскільки алкоголь вільно проникає у плід через плаценту, пошкоджує нервову систему.

Вплив алкоголю на здоров'я майбутньої дитини

Сьогодні доведено, що дитина в утробі матері «п'є» спиртне разом з нею. Правда, не в тій кількості, що й ненька, а рівно половину від прийнятого нею. Хоча останні дані свідчать про те, що алкоголь проникає через плацентарний бар'єр у повному обсязі. У перші дні, поки ембріон ще на шляху до матки, алкоголь небезпечний лише в тому сенсі, що може спровокувати викидень. Поки плацента не сформувалася і плід не почав харчуватися від жінки, небезпеки від алкоголю немає. Абсолютно безпечними вважаються в середньому два тижні між заплідненням і пропущеної менструацією. Звичайно, якщо з якихось причин дози спиртного були занадто великі і вживалися щодня - варто про це сказати лікарю. Вживання батьком алкоголю також небезпечне для дитини. Вчені встановили зв'язок між алкоголізмом батька і уповільненим внутрішньоутробним розвитком плоду. Деякі з них вважають, що надмірне вживання алкоголю батьком дитини також може викликати в нього плодовий алкогольний синдром. Навіть невеликі дози регулярно вживаного спиртного можуть знизити рухливість сперматозоїдів і пошкодити їх спадкову структуру, що негативно відіб'ється на здоров'ї майбутньої дитини.

*Факти впливу спиртного в період вагітності:*

· Помірне вживання алкоголю під час вагітності підвищує ймовірність викидня, а надмірне - часто веде до аномалій у плода. Хронічне пияцтво під час вагітності може призвести до аномалії розвитку плода, званої плодовим алкогольним синдромом.

· Вчені довели: м'яке помірне вживання алкоголю під час вагітності може призвести до тривалих змін у головному мозку, і що головне, збиток ви не бачите.

· Якщо алкоголь потрапляє у кров плоду, то в першу чергу вражаються печінка, судинна система, а також ті структури мозку, які визначають розумову діяльність.

· Якщо разом з алкоголем вживаються наркотики, ймовірний шкоду для плоду багаторазово зростає. Особливу небезпеку становлять болезаспокійливі і збуджуючі наркотичні засоби, а також препарати проти судом.

· У жінки при вживанні алкоголю пошкоджуються яйцеклітини, кожна з яких несе генетичну інформацію про вашому майбутню дитину. Так що алкоголь небезпечний навіть до вагітності.

· Дитина «культурно» питущих батьків має меншу масу тіла, меншим зростанням і відстає у розвитку від однолітків, народжених від непитущих. Така дитина має ослаблену імунну систему і більш схильний до різних захворювань. Але головне: він має вроджену схильність до алкоголізму.

· Всі різновиди алкоголю токсичні для зростаючого, що розвивається організму плода. Будь-який напій, що містить алкоголь, потенційно небезпечний для плоду.

· Будьте обережні у вживанні продаваних без рецепта засобів від кашлю та застуди. Багато з них містять алкоголь, деякі - до 25 відсотків!

*Сучасна наука розрізняє такі основні шляхи впливу алкоголізму чоловіків і жінок на їх нащадків:*

· *Тератогенний*. Народження неповноцінної дитини, завдяки вживання жінкою в день зачаття або в перші тижні вагітності спиртних напоїв. Алкоголь, проникаючи через плаценту, може проявити пряму токсичну дію на клітини ембріону і плоду, викликаючи різні аномалії, що одержали назву алкогольний синдром або алкогольна ембріонатія.

· *Мутагенний*. Різні пошкодження хромосом, розтяжки і розриви, утворення кільцевих хромосом статевих клітин в результаті хронічного зловживання алкоголю батьками. У плоду замість двох статевих хромосом утворюється три, що призводить до народження розумово відсталої дитини.

· *Соматогенний*. Пов'язаний з травмами і хронічними захворюваннями батьків-алкоголіків, що негативно відбувається на розвиток плоду.

· Грудні діти хворіють алкоголізмом через кров і молоко матері.

3. Наркоманія

шкідлива звичка здоров’я дитина

Наркоманія - група хвороб, що виникає внаслідок систематичного, у наростаючій кількості вживання речовин, які включені до затвердженого на офіційному рівні списку наркотиків. Проблема наркоманії нині є однією з найактуальніших в усьому світі. Це зумовлено як зростанням частоти даної патології, особливо серед молоді, так і низькою ефективністю запропонованих лікувально-профілактичних заходів. Нині жінки складають 20-25 % усіх хворих на наркоманію у світі. Серед тих, хто зловживають наркотиками, висока частка припадає на жінок дітородного віку та вагітних.

Вплив наркотиків на народження майбутньої дитини.

Найчастішими ускладненнями вагітності у жінок, які зловживають наркотичними речовинами, є: фетоплацентарна недостатність, яка, на погляд деяких спеціалістів, носить первинний характер, та пов’язані з нею внутрішньоутробна гіпоксія та гіпотрофія плода; передчасне переривання вагітності, швидкі пологи внаслідок підвищення тономоторної активності міометрія; перинатальне інфікування ФПК, з розвитком мало- і багатоводдя, передчасним розривом плодових оболонок. Експериментальні дослідження з метою з'ясування впливу наркотичних речовин на репродуктивну функцію проводились ще у 50-х роках. Так, 1955 року встановлено, що морфін блокує овуляцію у щурів. Тривале введення його викликає структурні зміни в яєчниках, передміхуровій залозі, сім'яних міхурках, крім того, відбувається зниження рівня тестостерону в крові. Смертність новонароджених, матері котрих вживали наркотики під час вагітності, є дуже високою при героїновій (75%) та метадоновій (82%) наркотичній залежності. З героїновою наркоманією пов'язана підвищена частота викиднів, відшарування плаценти, хоріоамніоніт, плацентарна недостатність, прееклампсія, еклампсія, передчасний розрив плодового міхура та передчасні пологи. Проблема стану репродуктивної системи у хворих на наркоманію є дуже актуальною.

В*иди наркотиків та вливи їх на дітей:*

· *Гашишизм* - гашиш виготовляють із пилку коноплі, а марихуану, найбільш розповсюджений наркотики, - з її листя. Тетрагідроканабіноли, наркотичні речовини, що містяться в коноплі, потрапивши в організм вагітної жінки, викликають внутрішньоутробну затримку розвитку плоду. Чим більше майбутня мати викурює цигарок з марихуаною, тим меншою буде вага і окружність голови її дитини. Крім того такій матері загрожують передчасні пологи.

· *Кокаїнізм* - кокаїн вводять внутрівенно, нюхають, курять(„крек”) і вдихають. Він викликає викид адреналіну, від чого і виникає ейфорія. Але одночасно з ейфорією підвищується артеріальний тиск, відбувається спазм судин. У вагітних кокаїн виводиться із організму повільніше, тому ризик отруєння ним збільшується. Потрапляючи через плаценту до крові плоду, кокаїн викликає у нього спазм судин, сильне серцебиття, підвищує тиск. При цьому порушується кровообіг матки, розвивається плацентна недостатність, зменшується кількість кисню, що надходить до організму дитини. Так виникає гіпоксія, плід задихається. При тривалій гіпоксії фізичний і розумовий розвиток дитини уповільнюється, збільшується ризик викидню, передчасних пологів, відшарування плаценти. При вживанні матір’ю великих доз кокаїну новонароджений може померти від інсульту або у дитини можуть виявити порок розвитку сечовивідних шляхів.

· *Вживання амфітамінів* - дія цих препаратів і кокаїну схожа: вони викликають збудження, безсоння і втрату апетиту. Ті, хто вживають амфітаміни, зазвичай виснажені і не піклуються про своє здоров’я. Цей вид наркоманії особливо небезпечний для вагітних, оскільки через дефіцит поживних речовин і порушення кровообігу матки відбувається фізичний і розумовий розвиток плоду. Дитина, що знаходиться під дією амфітамінів, здається напівсонною, погано ссе молоко, швидко втрачає вагу.

· *Героїн* - сильний наркотик. Його починають вживати вже спробувавши марихуану, кокаїн. При передозуванні героїном відбувається зупинка дихання. Якщо його регулярно вживає вагітна жінка, дитина народжується наркоманом і переносить на собі, як і мати, всі жахи „ломки”. Крім того героїн викликає передчасні пологи і гіпоксію плоду. Такі немовлята розвиваються повільно, у них в 2 рази частіше спостерігається синдром раптової смерті.

· *Вживання ЛСД* - синтетичний галюциноген, який створювався для лікування психічних розладів, використовується і наркоманами. Його називають „елітним” антибіотиком, тому що він дорогий і залишає значно менше наслідків. Хоча є думка (поки не підтверджена), що ЛСД викликає мутації, викидні, передчасних пологів, відшарування плаценти і т. ін.

· *Токсикоманія* - токсикомани вдихають органічні розчинники, що входять до складу фарб, смол, лаків. Частіше всього використовують толуол. При тривалому вживанні знижується інтелект, розвивається атрофія крові головного мозку. Існують данні, що діти, матері яких вживали толуол, мають пороки розвитку, у них затримується фізичний і розумовий розвиток, також спостерігаються психічні розлади.Часто такі діти народжуються з дуже маленькою головою або крихітними очами, не рідко у них буває гідроцефалія(порушення в будові мозку).

Вживання наркотичних речовин вагітними жінками є однією з актуальних та драматичних проблем сучасного світового суспільства. Швидке зростання частоти даної патології ставить під загрозу фізичний та соціальний добробут майбутніх поколінь.

Список використаної літератури

1.Белобородов С. Потомство и наркотики // Семейный доктор. - 2000. - №4(76). - С. 45-46.

.Бехтерев В.М. Алкоголизм и борьба с ним. Л., 1927;

3.Братусь Б*.*С*.,* Сидоров П.И. «Психология, клиника и профилактика раннего алкоголизма». - М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. - 144 с.

. Вдовиченко Ю.П., Герасимова Т.В., Яким Я.С. Стан репродуктивної системи у жінок, хворих на наркоманію // Педіатрія, акушерство та гінекологія (ПАГ). -1998. -№4(364). -С. 97-99.

. Генкова Л.Л., Славков Н.Б. Почему это опасно.- М.: Просвещение, 1989.

.Гуревич Я.Є. Пияцтво губить людину. К., 1958;

. Зелінський О.О., Кожухар Г.В., Шаповал М.В. До проблеми наркоманії у вагітних жінок // Педіатрія, акушерство та гінекологія (ПАГ). -1999. -№1(371). -С. 74-76.

.Юліш Є.І., Самойленко І.Г., Левада М.Є., Воротченкова Л.М., Лютова Т.А., Безсудна Н.В., Самолова Т.О Особливості стану здоров’я дітей раннього віку в сім’ях батьків наркоманів // Педіатрія, акушерство та гінекологія (ПАГ). -1999. -№4(374). -С. 36.

.Куріння під час вагітності - [Електрониий ресурс] -http://mysecret.kiev.ua/vagitnist-i-alkogol