Введение

Быть хорошими родителями - это большой труд, и если мы ничего не делаем для этого, то и ребенок не будет ничего делать для того, чтобы быть хорошим ребенком!

По данным статистики 85 % родов у женщин проходят с нарушениями и отклонениями от физиологической нормы, а каждый третий ребенок во время родов получает травму, которая влияет на его физическое и психическое состояние всю дальнейшую жизнь.

Большинство рождающихся детей являются физически ослабленными и требуют к себе повышенного внимания из-за предрасположенности к болезням.

Кроме того, сам процесс вынашивания ребенка будущими матерями сопровождается проявлениями токсикоза, состоянием утомляемости и психической неуравновешенностью, что отрицательно влияет на развитие ребенка.

Причинами таких осложнений являются:

В первую очередь отсутствие в образовательном процессе будущих родителей комплексной программы, формирующей культуру взаимоотношений между мужчиной и женщиной в семье, а также между родителями и будущим ребенком.

Во вторую очередь на развитие ребенка и на процесс родов существенно влияет образ жизни родителей. Здоровый образ жизни, гармоничные взаимоотношения родителей в семье - это основа успешных родов и будущего хорошего здоровья ребенка. Конфликты в семейных отношениях, вредные привычки будущих родителей, отсутствие элементов физической культуры - путь к осложнениям при родах и слабому здоровью будущего ребенка.

В связи с этим подготовка беременных к родам должна быть всесторонней, касающейся непосредственно или опосредованно всех систем и жизненно важных функций организма. Ее первоочередными задачами являются:

1. Регулирование течения тормозно - возбудительных процессов в центральной нервной системе и ее высшем отделе - коре головного мозга.

2. Создание у беременных благоприятного психологического и эмоционального фона, уверенности в благополучном течении и исходе беременности и родов.

3. Возможное совершенствование физического развития матери.

4. Выработка у беременной сознательного отношения к родам путем сообщения ей необходимых знаний по физиологии течения беременности, родов и послеродового периода.

5. Обучение правилам личной гигиены женщины в период беременности, в послеродовом периоде и по уходу за новорожденным.

6. Выработка у беременной женщины необходимых двигательных навыков для экономного расходования сил в родах.

1. Влияние возраста родителей на здоровье будущего ребенка

Ученые выяснили, что возраст родителей сильно влияет на здоровье детей. Исследователи утверждают, что возраст матерей не имеет такого сильного влияния на здоровье детей. А вот от возраста отца многое зависит. Оказалось, что у молодого мужчины гораздо меньше шансов на рождение полностью здорового ребенка, чем у мужчины среднего возраста. Это связано с избытком в молодом организме половых гормонов, которые негативно отражается на здоровье будущего поколения.

Больше всего рискуют здоровьем своих будущих детей мужчины до 20 лет. Их малышам грозит рождение недоношенными, у них больше угроза смертности в первый год жизни. Более солидный возраст родителей оказывает меньше негативного влияния на малышей. Мужчины за 40 могут иметь совершенно здоровых детей.

Для женщины, ставшей матерью в возрасте 40 лет, риск того, что в будущем у её ребёнка диагностируют аутизм, вдвое выше, чем для женщин, родивших в возрасте 25-29 лет. Но возраст отца играет роль в повышении риска аутизма только в том случае, если отцу ребёнка 40 лет и больше, а матери - меньше 30.

"Мы обнаружили, что на риск влияет скорее возраст отца, чем матери", - отмечает Hertz-Picciotto. Так, среди детей, рождённых женщинами до 25 лет, риск аутизма оказался вдвое больше у тех детей, чьим отцам было больше 40 лет. По-видимому, объясняет Hertz-Picciotto, это различие связано с тем, что, если оба родителя перешагнули 40-летний рубеж, то риск со стороны отца превышает таковой со стороны матери.

По словам Hertz-Picciotto, цель исследования - отнюдь не обвинить родителей старшего возраста в рождении нездоровых детей, а выяснить, что именно приводит к повышению риска аутизма в этом возрасте. Так, на 4-м десятке выше риск бесплодия, и люди, желающие иметь детей, чаще обращаются к методам искусственного оплодотворения.

У женщин в этом возрасте чаще обнаруживаются аутоиммунные заболевания, в том числе сахарный диабет беременных. Кроме того, в организмах обоих родителей с возрастом накапливаются различные токсины, что может вызывать изменения в сперматозоидах и яйцеклетках и, тем самым, повышать риск аутизма у будущего ребёнка.

1. Влияние вредных привычек на здоровье будущих детей

2.1 Курение

мать ребенок роды здоровье

Курение может привести к неполноценному развитию плода. После выкуренной сигареты возникает спазм кровяных сосудов плаценты, что вызывает у плода кислородное голодание на несколько минут. Токсичные вещества сигарет поступают прямиком в плаценту, минуя кровь матери. Это приводит к задержке внутриутробного развития плода, осложнениям во время родов, преждевременным родам, что очень опасно для жизни ребенка и матери. В редких случаях у курящей беременной женщины может родиться совершенно здоровый ребенок, но с признаками недостатка внимания или гиперактивности. Такой ребенок в будущем станет очень раздражительным, интеллектуальное развитие будет заметно ниже, чем у сверстников. Ребенок будет склонен к болезням дыхательных путей, ожирению, диабету.

Пассивное курение в виде дыма, который вы вдыхаете, когда курят другие люди серьезно вредит вашему будущему ребенку и приводит к:

- преждевременному рождению;

- недоношенности ребенка;

- преждевременному разрыву плаценты;

- проблемам с плацентой;

- выкидышу;

- рождению мертвого ребенка.

Дети, чьи матери курили или вдыхали сигаретный дым, часто рождаются с врожденной астмой и с проблемами в развитии, к тому же такие дети более подвергнуты инфекциям.

Курение отца - награждает ребёнка слабыми легкими и бронхами.

Курение матери - задержку развития плода, низкий вес, низкий иммунитет, высокую аллергенность.

2.2 Алкоголь

Алкоголь считается губительным для плода, поскольку при употреблении его женщиной он сразу поступает в плаценту. Употребление алкогольных напитков может привести к выкидышу или преждевременным родам.

В тяжелых случаях употребление алкоголя может привести к развитию фетальной алкогольной зависимости. Фетальная алкогольная зависимость - болезнь плода, которая развивается из-за находящегося в плаценте алкоголя. Это приводит к медленному интеллектуальному развитию у ребенка. Внешне эта болезнь сильно заметна, у ребенка узкие глаза, косоглазие, отставание в физическом развитии. Ребенок слабый, раздражительный; имеет слабые рефлексы и нарушение координации; наблюдаются дефекты речи и дефекты развития нервной системы.

Употребление алкоголя особенно опасно в первый триместр беременности, тогда, когда у плода происходит закладка и формирование внутренних органов. Это может повлиять на его психическое развитие, приведет к развитию порока сердца, неправильному развитию половых, внутренних органов и суставов.

В нашей жизни с алкоголем мы сталкиваемся довольно часто. Любые праздники мы встречаем традиционно с шампанским или вином, а то и напитками покрепче. Реклама в средствах массовой информации сделала свое дело, и употребление пива стало обыденным действием. Молодые люди, идущие по улице с бутылкой пива, - это привычная картина. Многие молодые мамы не совсем понимают, насколько вредные привычки, одна из которых – употребление алкоголя, влияют на их будущих детей. Влияние алкоголизма велико на будущего ребенка. И когда проводили исследования, выяснилось, что плацента не является барьером, т. е. алкоголь, который употребляет женщина, проходит через маточно-плацентарный барьер к плоду и совершает свое пагубное действие.

Поэтому в нашей стране запрещен прием любых алкогольных напитков во время беременности. Основное влияние алкоголя на плод происходит на центральную нервную систему. Это связано с тем. Что под воздействием алкоголя склеиваются эритроциты, и закупориваются капилляры, которые снабжают ЦНС. После каждого приема алкоголя происходит гибель большого количества нейронов. Т.е. образуется кладбище нейронов в ЦНС. У взрослого человека, систематически употребляющего алкоголь, происходит со временем деградация личности.

Влияние на плод еще большее. Связано с тем, что у плода внутри утробно нет фермента, который инактивирует алкоголь. Если у человека есть такой фермент, который помогает отчасти временно инактивировать алкоголь, то у плода и детей его нет. Если взять концентрацию алкоголя в крови за 1, то в печени концентрация составляет 1,4, а в мозгу – почти 1,8. это доказывает то, что преимущественно влияние идет на ЦНС.

В первом поколении алкоголиков рождаются нравственно испорченные люди с алкогольными излишествами. Второе поколение – пьянство и алкоголизм идет полным ходом, передается по наследству. В третьем поколении рождаются ипохондрики, меланхолики, самоубийцы, убийцы и маньяки. В четвертом поколении род закрывается – тупость, идиотизм, бесплодие. То есть природа пытается оградить себя от появления неполноценных детей.

Влияние алкоголя этилового спирта начинается далеко до зачатия У мужчин даже происходит анатомическое изменение половых органов и происходит влияние на сперматозоиды. Если посмотреть 20 век, пьющий, то мы увидим. В начале века – 200 млн., конец 20-го века – 70млн. и "Ура!" как говорится. Сейчас – 5-7 млн. а то и полное отсутствие. А если есть, то они малоподвижные, с отклонениями и жизнеспособность снижена. Если такой сперматозоид оплодотворит яйцеклетку, то ребенок будет заложен неполноценный, с заболеваниями. Если алкоголь влияет на мужчин таким образом, то влияние алкоголя на женщину еще более глубокое.

Проблема в том, что женщина появляется на свет с полным набором яйцеклеток. И в течение жизни она их только теряет. Заболевания во время беременности – и девочка родится с потерей 40% яйцеклеток. Если родилась ослабленной, в течение жизни только будет терять яйцеклетки. Сейчас мы наблюдаем, девочки в 12-13 лет не имеют яйцеклеток. Нет полового развития, роста молочной железы, оволосения. В будущем такая девочка никогда не сможет стать матерью. Это тем более страшно, что привычка употреблять алкоголь молодеет. Если подростки начинают выпивать в период полового созревания, то это приводит к рождению в будущем у них заведомо нездоровых детей. Очень большое пагубное воздействие алкоголя происходит во время зачатия.

Если женщина употребляет алкоголь во время беременности, то у ребенка развивается алкогольный синдром плода. Это влияние на ЦНС, микроцифалия, возбуждение, судорожный синдром, который долго заметен.… задержка роста внутриутробно. Задержка роста продолжается после родов. Т.е. характерный ребенок. Типичные проявления идут в строении лицевого черепа: уменьшение глазного яблока, косоглазие, несформированный подбородок, низкий лоб, имплазия ушных раковин. Внешний вид ребенка характерен для пьющих матерей.

Так же характерна патология со стороны других органов. Наиболее часто встречаются порок сердца, гемонгиома, нарушенная функция верхних и нижних конечностей. Именно эти дети часто умирают до родов, во время родов и сразу после родов. Все выше сказанное говорит о том, что алкоголь в любой форме приносит вред, особенно во время беременности будущему потомству и подрастающему поколению. Статистика неутешительная. Рождаемость резко упала, а здоровых детей в роддомах найти очень сложно.

2.3 Наркотические вещества

Все знают к чему приводит употребление взрослым человеком наркотиков, поэтому можно представить, что будет с плодом, если беременная женщина употребляет их. У наркоманок очень низкий шанс выносить и родить ребенка, в большинстве случаев их беременность заканчивается выкидышем. В редких случаях ребенок может родиться недоношенным, его здоровье будет полностью погубленным. У такого ребенка будут нарушены все системы и внутренние органы, он вырастит с серьезными отклонениями в развитии и будет инвалидом.

Кофеин при беременности.

Женщине во время беременности необходимо тщательно следить за количеством употребления напитков, содержащих кофеин (кофе, лимонад, крепкий черный чай, кока-кола и другие газированные безалкогольные напитки). Кофеин может вызвать в организме обезвоживание, что затруднит поступление к плоду кислорода.

Рекреационные уличные наркотики.

Рекреационные уличные наркотики на несет вред вам и вашему будущему ребенку.

Употребление кокаина на ранних стадиях беременности способствует выкидышам, рождению недоношенных детей с различными отклонениями, в том числе с проблемами мочевого тракта и сердечными пороками, они часто рождаются преждевременно и с меньшим размером головы, чем обычные дети, у них проблемы с пищеварительной системой и сном.

Героин и другие наркотики провоцируют выкидыш, преждевременное рождение ребенка и недоношенность, дети страдают от синдрома отмены после своего рождения, и в высшей степени подвержены синдрому внезапной детской смерти (СВДС).

PCP ("пыль ангела") может является причиной малого веса у ребенка и плохой координацией движений.

ЛСД приводит к врожденным порокам.

Вдыхание запаха клея и ацетона причина врожденных дефектов, таких как и от употребления алкоголя.

Амфетамин – мощный стимулятор, вызывающий врожденные дефекты, "волчья пасть", проблемы с сердцем и дефекты конечностей.

Марихуана провоцирует рождение недоношенного ребенка, ребенка с симптомами отмены, включающие в себя чрезмерный крик и паркинсоническое дрожание. У таких детей риск расстройства внимания и развития. Употребление марихуаны в течение первого месяца вскармливания грудью тормозит развитие моторных навыков у ребенка.

Медицинские наркотики

Это наркотики, которые отпускаемые по рецепту, либо незаконно продаваемые, либо употребляемые не по назначению могут быть потенциально опасны для использования. Самыми распространенными медицинскими наркотиками являются:

OксиКонтин – обезболивающий препарат, вызывающий эйфорию. Передозировка может вызвать остановку дыхания и смерть.

Кетамин ("Специальный K") – транквилизатор, опробованный на людях и животных, вызывает бред, амнезию, депрессию, и длительные нарушения памяти.

Рогипнол – мощный транквилизатор, запрещенный во многих странах, но незаконно ввозится. Его часто называют "наркотик для изнасилований на свидании".

"Дизайнерские" наркотики.

"Дизайнерские" наркотики – самые популярные на сегодняшний день среди развлекательных наркотиков.

Экстази (MDMA) – стимулятор. Его употребление во время беременности способствует рождения ребенка с врожденными сердечными пороками и косолапостью.

GHB – "наркотик для изнасилований на свидании", вызывает беспамятство, эпилептический припадок, серьезные осложнения дыхания и кому у женщин, принявших высокую дозу наркотика.

GBL – наркотик, на основе GHB и имеющий те же свойства.

Степень воздействия наркотика на организм мужчины разная, в зависимости от типа употребляемого наркотика.

Заключение

Мужчины, желающие стать отцами и прожить долгую и здоровую жизнь со своими детьми, обязаны вместе со своими половинками перестать употреблять наркотики, алкоголь и табак.

Лучший способ защитить малыша от воздействия наркотиков, алкоголя и табака – перестать употреблять эти вещества еще до беременности обоим родителям.

Чтобы родить совершенно здорового ребенка беременной женщине необходимо изменить свой образ жизни, придерживаться правильного питания, сна, часто бывать на свежем воздухе и исключить вредные привычки. И все это того стоит, ведь вы отвечаете за жизнь и здоровье еще совсем маленького человечка.

Здоровый образ жизни и отказ от вредных привычек поможет нам стать здоровее. И тогда, возможно, все национальные проекты заработают.