

Здоровье родителей - залог здоровья будущего ребенка

Рождение нового человека – это, пожалуй, самое большое чудо природы. Испытать его стремятся практически все женщины, а почувствовать радость отцовства – большинство мужчин.

Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка прямолинейно связаны. К появлению ребенка в семье готовиться надо не на девятом месяце беременности, а задолго до того момента, когда тест покажет две заветные полоски. К сожалению, большинство молодых пар мало задумываются об этом.

Здоровье будущего ребенка, его нормальное развитие, счастье родителей во многом зависят от того, будет ли малыш желанным, а его появление на свет — заранее продуманным, запланированным. Лучше, конечно, если ребенок родится, когда семья достигнет определенной материальной независимости и стабильности. Но главное условие рождения полноценного ребенка — здоровье родителей перед зачатием, во время него, а женщины — и при вынашивании плода.

Здоровье будущего ребёнка зависит от многих факторов. Одним из них является наследственность. Это наша генетическая информация, содержащаяся в ДНК. Мы здесь мало что можем сделать. Но помните, что проявления наследственной болезни зависит от двух факторов: генетическая предрасположенность и влияние окружающей среды. Если эти факторы сработали против нас и эмбрион сформировался с генетической ошибкой, то наш организм распознает неперспективную беременность и происходит самопроизвольный аборт. Более 60% самопроизвольных абортов в первом триместре обусловлено наследственными болезнями.

Не менее важный фактор - медицинская история родителей. Если перед зачатием родители подверглись воздействию химических веществ (вредная работа, долгосрочное лечение медикаментами, прием наркотиков и т.д.) – это может являться причиной многих случаев уродства детей. Дети могут рождаться с отсутствующими или деформированными частями тела.

Духовно-эмоциональное состояние родителей - это состояние которое влияет на личность будущего человека. Чем более гармоничными будут отношения между будущими родителями, тем более гармоничным будет ребенок. Он будет обладать лучшими чертами обоих родителей. В противном случае ребенок родится, утративший гармонию и несущий в себе отпечаток эмоциональной подавленности родителей или сильного эмоционального конфликта.

Во время беременности различные возбудители инфекций и медикаменты оказывают повреждающее действие на ребенка. Они приводят к формированию грубых пороков развития: пороки развития нервной системы, врожденные пороки сердца, расщелина губы и другие.

Повреждающие факторы, которых следует избегать во время беременности: лекарственные средства и химические вещества. Каждая беременная женщина принимает около 4 наименований медикаментов часто необоснованно. Одним из важных факторов являются такие заболевания, как краснуха, грипп, вирус папилломы человека и другие. Вредные привычки у беременной: алкоголизм, курение, тревожность мамы или раздумья по поводу прерывания беременности вредят здоровью ребёнка.

Все больше научных данных свидетельствуют о связи между врожденными патологиями у детей и состоянием здоровья и образа жизни их отцов. Дефекты детского организма являются результатом генетических изменений, которые могут передаваться от поколения к поколению.

Мы знаем, что гормональные факторы и психологическое состояние женщины во время беременности влияют на здоровье ребенка, что то же справедливо и в отношении отца. Возраст и образ жизни мужчины сказываются на молекулах, контролирующих функции генов.

Например, у новорожденного может быть констатирован фетальный алкогольный синдром, хотя мать ребенка вообще не употребляла спиртного. У 75% детей с врожденным алкогольным синдромом отцы — алкоголики.

На сегодняшний день установлены зависимости между возрастными изменениями у отца и вероятностью шизофрении, аутизма и врожденных уродств у ребенка.

Есть и хорошая новость: здоровое питание мальчика в подростковом возрасте (будущего отца) тесно связано с уменьшением риска смерти от сердечно-сосудистых заболеваний у его детей и внуков.

А вот ожирение отца может спровоцировать у ребенка нарушение метаболизма, диабет и даже рак мозга. Если мужчина подвержен стрессам, это повышает риск психических нарушений у его потомства. Пристрастие отца к алкоголю, как правило, приводит к снижению веса новорожденного, уменьшению объема его мозга и ухудшению умственных способностей.

Исходя из этого мужчины должны сделать для себя необходимые выводы. Молодые люди должны помнить: здоровье их потомства полностью зависит от них. Поэтому, если решение обзавестись ребенком твердо и непоколебимо, необходимо придерживаться нескольких простых, но действенных правил.

Правило №1: Здоровый образ жизни.

Никаких сигарет, алкоголя и наркотиков! Даже если Вы бросите курить, узнав о беременности, вредные вещества в организме еще будут присутствовать некоторое время, а значит, в стороне от них не останется и ребенок. К тому же, никотин и алкоголь очень нехорошо влияют на качество спермы. А это, согласитесь, весомый аргумент для отказа от вредных привычек хотя бы за полгода до зачатия.

Правило №2: Полное медицинское обследование.

Как уже говорилось выше, лучше сразу узнать о болезнях и вылечить их, чем узнать о них уже в женской консультации. Не долеченные ТОРЧ-инфекции, например, могут привести к выкидышу или ребенок будет развиваться с патологиями.

Правило №3: Хорошие отношения в семье.

Если мама постоянно нервничает из-за измен, пьянства или агрессии папы, ребенок будет это чувствовать. Дети, рожденные в семьях, где были постоянные скандалы, уже в первые дни жизни проявляют повышенную плаксивость, нервозность или, напротив, апатию, что не может не вызвать тревогу. Стрессы могут также привести к прерыванию беременности. Поэтому прежде, чем решиться на рождение малыша, убедитесь, что вы оба хотите этого, а вашей любви хватит не только друг для друга, но и для крохотного родного существа, которое сделает семью настоящей и полноценной.

Помните, для вашего крохи вы целая вселенная!

**Заведующая
женской консультацией
Филонова Наталья Тимофеевна**