



Здоровая мама = здоровый малыш

Здоровье ребенка во многом зависит от здоровья и благополучия матери. Говоря о материнском здоровье, мы имеем в виду здоровье женщин до и во время беременности, во время родов и в послеродовой период.

Общее состояние здоровья матери до беременности может повлиять на вероятность рождения больного ребенка и развития хронических состояний на более поздних этапах жизни. Высокий риск формирования отклонений в здоровье ребенка связан с наличием у матери не только заболеваний репродуктивной системы, но и с болезнями других органов: сахарным диабетом, заболеваниями почек, сердечно-сосудистой системы, вредными привычками, особенностями питания.

Во время беременности крайне важно контролировать ее течение и внутриутробное развитие плода не только для того, чтобы сохранить здоровье матери и малыша, но и для того, чтобы обеспечить эффективный переход к благополучным родам.

Несомненно, на здоровье ребенка и будущей мамы сказываются течение беременности и поведение беременной женщины: как она питается, сколько двигается, ее сон, наличие или отсутствие вредных привычек, насколько тщательно выполняет рекомендации врача, своевременно проходит обследования.

Общий уровень здоровья женщины оказывает влияние и на процесс родов. Аномалии родовой деятельности чаще встречаются на фоне неблагоприятного состояния здоровья матери, в том числе хронических очагов урогенитальной инфекции. С нарушением родового процесса связаны такие осложнения, как асфиксия плода, гипоксическое повреждение головного мозга ребенка, акушерские кровотечения, послеродовые воспалительные заболевания.

Таким образом, первостепенное значение для здоровья матери и ребенка имеет планирование беременности и заблаговременная подготовка женского организма к вынашиванию здорового малыша.

С рождением малыша забота о его здоровье продолжается. Для каждого ребенка, пока он не пойдет в детский сад или школу, семья – основная среда обитания. Именно семья оказывает основное влияние на характер, взаимоотношения с другими людьми, отношение к здоровью. Одна из важных задач родителей - научить ребенка заботиться о своем здоровье на протяжении всей жизни. Дети часто перенимают привычки родителей, поэтому мама и папа должны быть образцом для подражания. Здоровые привычки, закреплённые в детстве, переносятся во взрослую жизнь и снижают риски развития широко распространенных заболеваний: сердечно-сосудистых, онкологических, бронхо-легочных, сахарного диабета.