**Дистанционное обучение Т-21 11.11.2021 (31)**

 **Ситников В.М. ОБЖ (основы безопасности жизнедеятельности)**

 **Тема 6 Обеспечение военной безопасности государства**

 **Занятие 31** *(для юношей)* **Общевоинские уставы ВС РФ, их предназначение. Общие обязанности военнослужащего. Обязанности солдата перед построением и в строю**

*(для девушек)* **Здоровый образ жизни - необходимое условие репродуктивного здоровья, инфекции передаваемые половым путем.**

*(для юношей)* **Общевоинские уставы ВС РФ, их предназначение**

Воинский устав — документ, регламентирующий функционирование вооружённых сил (ВС).

Дела о серьёзных нарушениях уставов, например, о дезертирстве, предательстве, тяжких уголовных преступлениях, иных правонарушений, совершённых военнослужащими рассматриваются специальным юридическим органом, носящим название военный суд.

Боевые уставы родов войск — официальные документы, определяющие цели, задачи, способы и принципы применения подразделений, частей, соединений и объединений различных родов войск видов вооружённых сил при ведении самостоятельных и совместных боевых действий.

**Боевые уставы** — официальные руководящие документы, устанавливающие основные принципы боевой деятельности объединений, соединений, частей (кораблей) видов вооружённых сил и родов войск (сил) при ведении военных (боевых) действий.

Боевой устав разрабатывается на основе опыта войн и военных конфликтов, положений военной доктрины страны и военно-теоретической мысли.

В российской армии периода Первой мировой войны применялись “Устав полевой службы” 1912 г. и “Наставление для действий пехоты в бою” 1914 г..

Название «боевой устав» впервые появилось в РККА в 1924 г.. Утвержденный РВС СССР общий план издания уставов и наставлений включал: Боевой устав пехоты, Боевой устав кавалерии и Боевой устав артиллерии. Каждый Боевой устав включал несколько частей: назначение данного рода войск, обучение одиночного бойца, обучение части и боевые действия.

В последующие годы действовали Боевой устав бронесил РККА (1924, 1925, 1929 гг.), Боевой устав пехоты (1927-28 гг.), Боевой устав артиллерии РККА (1927-29 гг.), Боевой устав конницы (1927-29 гг.), Боевой устав ВВС РККА (1929-30 гг.), Боевой устав ВМС РККА (1930 г.).

 Во время Великой Отечественной войны 1941-45 гг. действовали Боевой устав пехоты (ч. I и II, 1942 г.), Боевой устав бронетанковых и механизированных войск (ч. 1, 1944 г.), Боевой устав артиллерии (1938 г.), Боевой устав зенитной артиллерии (1941-44 гг.), Боевой устав кавалерии (ч. 1, 1944 г.) и др.

**Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации** представляют из себя свод основных правил, изучение которых позволит сформировать у служащих общее представление о защите их собственных прав и интересов государства от внутренних, внешних и прочих угроз в РФ, а также поможет освоить основы прохождения воинской службы.

Изучение воинского Устава является одним из самых важных пунктов прохождения начальной подготовки к военной службе, потому что именно он знакомит новоиспеченных служащих с основными понятиями и терминами.

Каждый из четырех видов уставов должен быть тщательно изучен каждым военнослужащим, потому что все они раскрывают определенный свод правил. Таким образом, Устав внутренней службы содержит общие права и обязанности военнослужащих, особенности внутреннего распорядка, а также правила взаимодействия между служащими.

***Устав внутренней службы
Вооруженных Сил Российской Федерации***

Настоящий Устав определяет общие права и обязанности военнослужащих Вооруженных Сил и взаимоотношения между ними, обязанности основных должностных лиц полка и его подразделений, а также правила внутреннего порядка.

Уставом внутренней службы руководствуются все военнослужащие воинских частей, кораблей, штабов, управлений, учреждений, предприятий, организаций и военных образовательных учреждений профессионального образования («воинские части») Вооруженных Сил Российской Федерации. Положения Устава, в том числе и обязанности должностных лиц полка и его подразделений, в равной степени относятся к военнослужащим всех воинских частей, кораблей и подразделений. Обязанности должностных лиц, не указанных в Уставе, определяются соответствующими положениями, наставлениями и руководствами.

Действие Устава распространяется на военнослужащих пограничных войск, внутренних войск Министерства внутренних дел, железнодорожных войск, войск гражданской обороны, военнослужащих системы федеральных органов государственной безопасности. Главного управления охраны Российской Федерации, Федерального агентства правительственной связи и информации при Президенте Российской Федерации, Государственной противопожарной службы Министерства внутренних дел и других министерств и ведомств Российской Федерации. На кораблях внутренняя служба и обязанности должностных лиц дополнительно определяются Корабельным уставом Военно-Морского Флота.

В военное время в полевых условиях и в мирное время на учениях и занятиях по обучению военнослужащих действиям в бою внутренняя служба определяется боевыми уставами, наставлениями по обеспечению боевых действий, а также настоящим Уставом

***Дисциплинарный устав
Вооруженных Сил Российской Федерации***

Настоящий Устав определяет сущность воинской дисциплины, обязанности военнослужащих по ее соблюдению, виды поощрений и дисциплинарных взысканий, права командиров (начальников) по их применению, а также порядок подачи и рассмотрения предложений, заявлений и жалоб.

Все военнослужащие воинских частей, кораблей, штабов, управлений, учреждений, предприятий, организаций и военных образовательных учреждений профессионального образования («воинские части») Вооруженных Сил Российской Федерации независимо от своих воинских званий, служебного положения и заслуг должны строго руководствоваться требованиями настоящего Устава.

Действие Устава распространяется на военнослужащих пограничных войск, внутренних войск Министерства внутренних дел, железнодорожных войск, войск гражданской обороны, системы федеральных органов государственной безопасности. Главного управления охраны Российской Федерации, Федерального агентства правительственной связи и информации при Президенте Российской Федерации, Государственной противопожарной службы Министерства внутренних дел, других министерств и ведомств Российской Федерации.

Кроме того, положения Дисциплинарного устава распространяются на граждан, уволенных с военной службы с правом ношения военной формы одежды, при ношении ими военной формы одежды.

***Устав гарнизонной и караульной служб
Вооруженных Сил Российской Федерации***

Настоящий Устав определяет предназначение, порядок организации и несения гарнизонной и караульной служб, права и обязанности должностных лиц гарнизона и военнослужащих, несущих эти службы, а также регламентирует проведение гарнизонных мероприятий с участием войск.

Действие Устава распространяется на военнослужащих пограничных войск, внутренних войск Министерства внутренних дел, железнодорожных войск, войск гражданской обороны, системы федеральных органов государственной безопасности, Главного управления охраны Российской Федерации, Федерального агентства правительственной связи и информации при Президенте Российской Федерации, Государственной противопожарной службы Министерства внутренних дел, других министерств и ведомств Российской Федерации.

Уставом гарнизонной и караульной служб руководствуются все военнослужащие и должностные лица воинских частей, кораблей, штабов, управлений, учреждений и военных образовательных учреждений профессионального образования («воинские части») Вооруженных Сил Российской Федерации.

***Строевой устав
Вооруженных Сил Российской Федерации***

Настоящий Устав определяет строевые приемы и движение без оружия и с оружием; строи подразделений и воинских частей в пешем порядке и на машинах; порядок выполнения воинского приветствия, проведения строевого смотра; положение Боевого Знамени воинской части в строю, порядок его выноса и относа; обязанности военнослужащих перед построением и в строю и требования к их строевому обучению, а также способы передвижения военнослужащих на поле боя и действия при внезапном нападении противника.

Действие Устава распространяется на военнослужащих пограничных войск, внутренних войск Министерства внутренних дел, железнодорожных войск, войск гражданской обороны, системы федеральных органов государственной безопасности, Главного управления Российской Федерации, Федерального агентства правительственной связи и информации при Президенте Российской Федерации, Государственной противопожарной службы Министерства внутренних дел, других министерств и ведомств Российской Федерации.

Строевым уставом должны руководствоваться все воинские части, корабли, штабы, управления, учреждения, предприятия, организации и военные образовательные учреждения профессионального образования («воинские части») Вооруженных Сил Российской Федерации.

 **Общие обязанности военнослужащего Устав внутренней службы ВС РФ.**

16. Военнослужащий в служебной деятельности руководствуется [Конституцией](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_2875/#dst0) Российской Федерации, федеральными конституционными законами, федеральными законами, общевоинскими уставами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации.

Защита государственного суверенитета и территориальной целостности Российской Федерации, обеспечение безопасности государства, отражение вооруженного нападения, а также выполнение задач в соответствии с международными обязательствами Российской Федерации составляют существо воинского долга, который обязывает военнослужащего:

- быть верным Военной присяге (обязательству), беззаветно служить народу Российской Федерации, мужественно и умело защищать Российскую Федерацию;

- строго соблюдать [Конституцию](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_2875/#dst0) Российской Федерации и законы Российской Федерации, требования общевоинских уставов, беспрекословно выполнять приказы командиров (начальников);

- совершенствовать воинское мастерство, содержать в постоянной готовности к применению вооружение и военную технику, беречь военное имущество;

- быть дисциплинированным, бдительным, хранить государственную тайну;

- дорожить воинской честью и боевой славой Вооруженных Сил, своей воинской части, честью своего воинского звания и войсковым товариществом, с достоинством нести высокое звание защитника народа Российской Федерации;

- соблюдать общепризнанные принципы и нормы международного права и международные договоры Российской Федерации.

17. Военнослужащий должен быть честным, храбрым, при выполнении воинского долга проявлять разумную инициативу, защищать командиров (начальников) в бою, оберегать Боевое знамя воинской части.

18. Военнослужащий обязан проявлять патриотизм, способствовать укреплению мира и дружбы между народами, предотвращению национальных и религиозных конфликтов.

19. Военнослужащий обязан уважать честь и достоинство других военнослужащих, выручать их из опасности, помогать им словом и делом, удерживать от недостойных поступков, не допускать в отношении себя и других военнослужащих грубости и издевательства, содействовать командирам (начальникам) и старшим в поддержании порядка и дисциплины. Он должен соблюдать правила воинской вежливости, поведения, выполнения воинского приветствия, ношения военной формы одежды и знаков различия.

Обо всех случаях, которые могут повлиять на исполнение военнослужащим его обязанностей, а также о сделанных ему замечаниях он обязан докладывать своему непосредственному начальнику.

За нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, связанное с унижением чести и достоинства, издевательством или сопряженное с насилием, а также за оскорбление одним военнослужащим другого виновные привлекаются к дисциплинарной ответственности, а при установлении в их действиях состава преступления - к уголовной ответственности.

20. Военнослужащий обязан знать и соблюдать в повседневной деятельности требования безопасности военной службы. Он должен заботиться о сохранении своего здоровья, повседневно заниматься закаливанием, физической подготовкой и спортом, воздерживаться от вредных привычек (курения, употребления алкоголя), не допускать употребления наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, новых потенциально опасных психоактивных веществ либо других одурманивающих веществ.

(в ред. [Указа](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_288404/decd7a61deb5e76e427c6f706473e6686770d24b/#dst100014) Президента РФ от 22.01.2018 N 16)

(см. текст в предыдущей редакции)

21. По служебным вопросам военнослужащий должен обращаться к своему непосредственному начальнику, а при необходимости с разрешения непосредственного начальника - к старшему начальнику.

По личным вопросам военнослужащий также должен обращаться к непосредственному начальнику, а в случае особой необходимости - к старшему начальнику.

При обращениях (внесении предложения, подаче заявления или жалобы) военнослужащий руководствуется законодательством Российской Федерации и Дисциплинарным [уставом](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_356856/c401b0ba6064c7e607a9ea1b9aeb05e4d7e20fdf/#dst102759) Вооруженных Сил Российской Федерации.

22. Военнослужащий обязан знать и соблюдать нормы международного гуманитарного права, правила обращения с ранеными, больными, лицами, потерпевшими кораблекрушение, медицинским персоналом, духовными лицами, гражданским населением в районе боевых действий, а также с военнопленными.

23. Военнослужащий в ходе боевых действий, даже находясь в отрыве от своей воинской части (подразделения) и в полном окружении, должен оказывать решительное сопротивление противнику, избегая захвата в плен. В бою он обязан с честью выполнить свой воинский долг. Если военнослужащий, находясь в беспомощном состоянии, в том числе вследствие тяжелого ранения или контузии, будет захвачен противником в плен, он должен искать и использовать любую возможность для своего освобождения и освобождения своих товарищей из плена и возвращения в свою воинскую часть.

Военнослужащий, захваченный противником в плен, при допросе имеет право сообщить только свою фамилию, имя, отчество, воинское звание, дату рождения и личный номер. Он обязан сохранять честь и достоинство, не разглашать государственную тайну, проявлять стойкость и мужество, помогать другим военнослужащим, находящимся в плену, удерживать их от пособничества противнику, отвергать попытки противника использовать военнослужащего для нанесения ущерба Российской Федерации и ее Вооруженным Силам.

За военнослужащими, захваченными в плен или в качестве заложников, а также за интернированными в нейтральных странах сохраняется статус военнослужащих. Командиры (начальники) обязаны принимать меры по освобождению указанных военнослужащих в соответствии с нормами международного гуманитарного права.

**Обязанности солдата перед построением и в строю строевой устав ВС РФ**

Основные положения строевого устава:

**1. Строй** - установленное Уставом размещение военнослужащих, подразделений и воинских частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.

**2. Шеренга** - строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии на установленных интервалах. Линия машин - строй, в котором машины размещены одна возле другой на одной линии.

**3. Фланг** - правая (левая) оконечность строя. При поворотах строя названия флангов не изменяются.

**4. Фронт** - сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом (машины - лобовой частью).

**5. Тыльная сторона строя** - сторона, противоположная фронту.

**6. Интервал** - расстояние по фронту между военнослужащими (машинами), подразделениями и воинскими частями.

**7. Дистанция** - расстояние в глубину между военнослужащими (машинами), подразделениями и воинскими частями.

**8. Ширина строя** - расстояние между флангами.

**9. Глубина строя** - расстояние от первой шеренги (впереди стоящего военнослужащего) до последней шеренги (позади стоящего военнослужащего), а при действиях на машинах - расстояние от первой линии машин (впереди стоящей машины) до последней линии машин (позади стоящей машины).

**10. Двухшереножный строй** - строй, в котором военнослужащие одной шеренги расположены в затылок военнослужащим другой шеренги на дистанции одного шага (вытянутой руки, наложенной ладонью на плечо впереди стоящего военнослужащего). Шеренги называются **первой и второй**. При повороте строя названия шеренг не изменяются. **Ряд** - два военнослужащих, стоящих в двухшереножном строю в затылок один другому. Если за военнослужащим первой шеренги не стоит в затылок военнослужащий второй шеренги, такой ряд называется неполным. При повороте двухшереножного строя кругом военнослужащий неполного ряда переходит во впереди стоящую шеренгу.

**11. Одношереножный и двухшереножный** строи могут быть сомкнутыми или разомкнутыми. В сомкнутом строю военнослужащие в шеренгах расположены по фронту один от другого на интервалах, равных ширине ладони между локтями. В разомкнутом строю военнослужащие в шеренгах расположены по фронту один от другого на интервалах в один шаг или на интервалах, указанных командиром.

**12. Колонна** - строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу, а подразделения (машины) - одно за другим на дистанциях, установленных Уставом или командиром. Колонны могут быть по одному, по два, по три, по четыре и более. Колонны применяются для построения подразделений и воинских частей в развернутый или походный строй.

**13. Развернутый строй** - строй, в котором подразделения построены на одной линии по фронту в одношереножном или двухшереножном строю (в линию машин) или в линию колонн на интервалах, установленных Уставом или командиром.

**Развернутый строй**, как правило, применяется для проведения проверок, расчетов, смотров, парадов, а также в других необходимых случаях.

**14. Походный строй** - строй, в котором подразделение построено в колонну или подразделения в колоннах построены одно за другим на дистанциях, установленных Уставом или командиром. Походный строй применяется для передвижения подразделений при совершении марша, прохождения торжественным маршем, с песней, а также в других необходимых случаях.

**15. Направляющий** - военнослужащий (подразделение, машина), движущийся головным в указанном направлении. По направляющему сообразуют свое движение остальные военнослужащие (подразделения, машины).

**Замыкающий** - военнослужащий (подразделение, машина), движущийся последним в колонне.

**16. Управление строем** осуществляется командами и приказаниями, которые подаются командиром голосом, сигналами и личным примером, а также передаются с помощью технических и подвижных средств. Команды и приказания могут передаваться по колонне через командиров подразделений (старших машин) и назначенных наблюдателей.

**Управление в машине** осуществляется командами и приказаниями, подаваемыми голосом и с помощью средств внутренней связи. В строю старший командир находится там, откуда ему удобнее командовать. Остальные командиры подают команды, оставаясь на местах, установленных Уставом или старшим командиром. Командирам подразделений от роты и выше в походном строю батальона и полка разрешается выходить из строя только для подачи команд и проверки их исполнения.

17. Команда разделяется на предварительную и исполнительную; команды могут быть и только исполнительные. Предварительная команда подается отчетливо, громко и протяжно, чтобы находящиеся в строю поняли, каких действий от них требует командир. По всякой предварительной команде военнослужащие, находящиеся в строю, принимают строевую стойку, в движении переходят на строевой шаг, а вне строя поворачиваются в сторону начальника и принимают строевую стойку. При выполнении приемов с оружием в предварительной команде при необходимости указывается наименование оружия. Например: **«Автоматы на - ГРУДЬ». «Пулеметы на ре-МЕНЬ»** и т. д. Исполнительная команда (в Уставе напечатана крупным шрифтом) подается после паузы, громко, отрывисто и четко. По исполнительной команде производится немедленное и точное ее выполнение. С целью привлечь внимание подразделения или отдельного военнослужащего в предварительной команде при необходимости называется наименование подразделения или звание и фамилия военнослужащего. Например: **«Взвод (3-й взвод) - СТОЙ». «Рядовой Петров, кру-ГОМ».** Голос при подаче команд должен соразмеряться с шириной и глубиной строя, а доклад произноситься четко, без резкого повышения голоса.

18. Сигналы для управления строем и сигналы для управления машиной указаны в приложениях 3 и 4 к настоящему Уставу. При необходимости командир может назначать дополнительные сигналы для управления строем.

19. Команды, относящиеся ко всем подразделениям, принимаются и немедленно исполняются всеми командирами подразделений и командирами (старшими) машин. При передаче команды сигналом предварительно подается сигнал **«ВНИМАНИЕ»**, а если команда относится только к одному из подразделений, то подается сигнал, указывающий номер этого подразделения. Готовность к принятию команды сигналом обозначается также сигналом **«ВНИМАНИЕ».**Получение сигнала подтверждается его повторением или подачей соответствующего сигнала своему подразделению.

20. Чтобы отменить или прекратить выполнение приема, подается команда **«ОТСТАВИТЬ».** По этой команде принимается положение, которое было до выполнения приема.

21. При обучении допускаются выполнение указанных в Уставе строевых приемов и движение по разделениям, а также с помощью подготовительных упражнений. Например: **«Автомат на грудь, по разделениям: делай - РАЗ, делай - ДВА, делай - ТРИ». «Направо, по разделениям: делай - РАЗ, делай - ДВА».**

**Военнослужащий обязан:**

\* проверить исправность закрепленных за ним оружия и боеприпасов, вооружения и военной техники, средств индивидуальной защиты и индивидуальной бронезащиты, шанцевого инструмента, обмундирования и снаряжения;

\* аккуратно заправить обмундирование, правильно надеть и подогнать снаряжение, помочь товарищу устранить замеченные недостатки;

\* знать свое место в строю, уметь быстро, без суеты занять его; в движении сохранять равнение, установленные интервал и дистанцию; соблюдать требования безопасности; не выходить из строя (машины) без разрешения;

 \* в строю без разрешения не разговаривать и не курить; быть внимательным к приказаниям и командам своего командира, быстро и точно их выполнять, не мешая другим;

\* передавать приказания, команды без искажений, громко и четко.

 *Д.З. – знать Общие обязанности военнослужащего и обязанности солдата перед построением и в строю*

 *(для девушек)* **Здоровый образ жизни - необходимое условие репродуктивного здоровья, инфекции передаваемые половым путем.**

 Ещё во время внутриутробного развития у плода закладываются все системы органов, в том числе и репродуктивной. Получается, что ребёнок ещё не родился, а его здоровье с точки зрения репродукции либо вполне благополучно, или уже получило свою долю негативного воздействия.

Репродуктивное здоровье – это составляющая общего состояния организма. Оказывается, оно напрямую зависит от образа жизни матери во время беременности, а также от здоровья отца.

**Понятие репродуктивного здоровья**

Этот термин напрямую связан с демографической наукой, которая занимается изучением уровня смертности и рождаемости в обществе. Но репродуктивное здоровье – это часть общего здоровья человека, которое подразумевает физическое, духовное и социальное благополучие.

 Если говорить о здоровье репродуктивной системы, то имеется в виду не только отсутствие заболеваний в половой системе, нарушений функций, но и душевное состояние и общественное благополучие. В настоящее время о репродуктивном здоровье заботятся не только врачи, но и психологи и социологи.

**Статистические данные**

 Статистика - вещь упрямая, и она в последние годы даёт все более разочаровывающие результаты. Наше молодое поколение ведёт неправильный образ жизни, а в некоторых случаях имеет и наследственность не очень хорошую, поэтому большой процент молодых людей рискуют пополнить армию бездетных. Репродуктивное здоровье подростков оставляет желать лучшего. К факторам, которые пагубно на него влияют, можно отнести: раннее начало половой жизни; большой процент заболеваний, которые передаются половым путём; огромное количество молодых людей, которые употребляют алкоголь и курят.

 Все это приводит к тому, что ещё совсем молоденькие девочки приходят на аборт, а это не может не повлиять на их репродуктивное здоровье. Это приводит к различным болезням в половой системе, нарушениям месячного цикла. Беда ещё в том, что молодёжь при первых симптомах заболевания не спешит к врачу, надеясь, что все скоро само собой нормализуется. Сейчас большое количество детей уже рождаются с определёнными патологиями, а что можно тогда говорить об их здоровье, когда они подходят к тому возрасту, когда пора обзаводиться семьёй и рожать детей? Согласно статистическим данным, к началу семейной жизни практически каждый второй имеет хронические заболевания, которые могут прямо или косвенно влиять на репродуктивное здоровье человека. Именно поэтому в последнее время этот вопрос так волнует не только медицинских работников, но и все общество. Здоровые дети – это наше будущее, а как они могут рождаться таковыми, когда их будущие родители не могут похвалиться своим репродуктивным здоровьем?

**Условия сохранения репродуктивного здоровья**

Репродуктивное здоровье человека и общества тесно взаимосвязаны. Возникает вопрос, а что же можно сделать, чтобы будущее поколение рождалось здоровым и способным родить таких же здоровых детей? Если внимательно изучить рекомендации, то в них нет ничего невыполнимого.

Самое первое, что должен знать любой подросток, вступающий в половую жизнь, что предохранение от нежелательной беременности должно стоять на первом месте. Заниматься активно профилактикой и лечением всех заболеваний половой сферы. Современные контрацептивы позволяют не допустить нежелательной беременности, необходимо ими пользоваться. Адекватное лечение всех инфекций, передаваемых половым путём. Любую беременность желательно планировать. Вести здоровый образ жизни. Неукоснительно соблюдать правила личной гигиены, причём это касается не только девушек, но и мужчин. Укреплять свой иммунитет. Стараться правильно питаться и не употреблять продукты, которые вредят здоровью.

Правила, которые вполне под силу соблюдать любому, но, к сожалению, не все об этом задумываются. А репродуктивное здоровье подростков непременно скажется на их состоянии во взрослой жизни, на здоровье и благополучии их детей. Прямая обязанность родителей — постоянно просвещать девочек и мальчиков в этих вопросах.

**Болезни и репродуктивная функция**

 В настоящее время имеется огромный перечень болезней, которые отрицательно влияют на репродуктивное здоровье семьи.

 Инфекционные заболевания. Среди них имеются такие, которые могут приводить к бесплодию, например, ветряная оспа, свинка, особенно у мальчиков.

Про венерические инфекции говорить вообще не приходится.

 Общесоматические болезни.

Проблемы с сердечно-сосудистой системой, почками, печенью, сахарный диабет могут не только ухудшать состояние организма, но и нарушать гормональный фон, а это не может не отразиться на репродуктивном здоровье.

Врождённые заболевания. Многие врачи убеждены, что в большинстве случаев бесплодие берет своё начало из раннего детства. Причём это касается как мальчиков, так и девочек.

Приём лекарственных препаратов.Некоторые оказывают достаточно сильное влияние на репродуктивную функцию. К таким можно отнести: кортикостероиды; противосудорожные лекарства; антидепрессанты; транквилизаторы; нейролептики. Конечно, в некоторых ситуациях без этих препаратов просто не обойтись, но всегда необходимо оценивать риск для здоровья, особенно если вы ещё собираетесь иметь детей.

**Внешняя среда и репродуктивное здоровье**

Репродуктивное здоровье – это не только состояние половой сферы человека, но и общее благополучие, которое не всегда находится на высоком уровне. Большое количество внешних факторов оказывают самое непосредственное влияние на репродуктивную функцию.

**Стрессы**

Наша жизнь такова, что стрессовые ситуации подстерегают практически везде: дома и на работе. От этого возникает хроническое недосыпание, усталость, развитие неврозов - и вот уже налицо нарушения в репродуктивной системе.

**Вредные привычки**

Большое количество как женщин, так и мужчин употребляют алкогольные напитки и курят. Это оказывает влияние на формирование половых клеток, они уже на этом этапе могут получать различные дефекты. О каких здоровых детях можно говорить, если яйцеклетки и сперматозоиды изначально нездоровы! Травмы половых органов, особенно у мужчин, нарушают сперматогенез и приводят к снижению половой функции.

**Влияние высокой температуры**

На производстве имеются цеха, где технологический цикл идёт при повышенных температурах. Некоторые врачи придерживаются мнения, что для мужского организма это вредно. Именно по этой причине не рекомендуется мальчикам надевать памперсы на длительное время.

**Неправильное питание**

Избыток химии в современных продуктах приводит не только к общим проблемам со здоровьем, но и влияет на нашу репродуктивную функцию. Основы правильного питания необходимо закладывать у ребёнка с детства.

От такого воздействия полностью избавиться не получится, но каждый в силах изменить ситуацию к лучшему и в некоторой степени исключить или уменьшить воздействие негативных факторов.

**Факторы риска для репродуктивного здоровья**

В научных кругах уже давно проводятся различные исследования по влиянию факторов на здоровье беременных женщин и вообще на женский пол в репродуктивном возрасте. В ходе многолетних наблюдений были определены несколько групп факторов:

 Социально-психологические - это влияние стрессов, нервного напряжения и чувства тревоги и страха.

 Генетические- наличие или отсутствие мутаций в половых клетках.

 Профессиональные - если ваша профессиональная деятельность связана с вредными и опасными веществами или видами работы, то необходимо с наступлением беременности, а лучше ещё до её планирования, исключить влияние таких факторов.

 Экологические- на эти факторы мы можем повлиять меньше всего, ну, если только переехать в более благоприятный район с точки зрения экологии.

**Последствия ухудшения репродуктивного здоровья**

То, что характеристика репродуктивного здоровья в последние годы оставляет желать лучшего, вам подтвердит любой врач. Это доказывают следующие примеры: Большинство населения детородного возраста страдает различными инфекционными и воспалительными заболеваниями. Резко ухудшается репродуктивное здоровье, как мужчин, так и женщин. С каждым годом растёт число бесплодных браков. Младенческая смертность не уменьшается, а, наоборот, растёт. Рождается большое количество детей с генетическими заболеваниями. Онкология становится бичом нашего общества, причём огромное количество больных принадлежит к молодому поколению. Генофонд нации стремительно истощается. Какие ещё доказательства нужны, чтобы понять, что необходимо что-то делать, чтобы укрепить и улучшить репродуктивное здоровье прежде всего молодёжи.

**Охрана репродуктивного здоровья населения**

В понятие охраны входит большое количество методов, процедур и услуг, которые способны поддержать репродуктивное здоровье молодых семей и каждого отдельного человека. В современных условиях проблемы охраны имеют большую значимость и актуальность.

Необходима большая работа по профилактике различных заболеваний, прежде всего тех, которые оказывают влияние на половую сферу. Просвещение должно начинаться с семьи и продолжаться в учебных заведениях. Об этом надо разговаривать с подрастающим поколением. Особую роль надо отвести:

- профилактике абортов, особенно в раннем возрасте;

- предохранению от заражения различными инфекциями, которые передаются половым путём;

- рассматривать вопросы планирования семьи и рождения детей.

К этому необходимо готовиться, а первым шагом может стать посещение генетической консультации, где специалисты помогут просчитать вероятность рождения детей с различными патологиями. Несмотря на не очень благоприятную экологическую обстановку, репродуктивное здоровье человека в большей степени зависит от него самого. Это в ваших силах, никто за вас этого не сделает. Помните о своих детях и будущих внуках, от вашего образа жизни зависит и их здоровье также.

 **Инфекции, передающиеся половым путем. В чем опасность и как их избежать**

**ИППП (инфекции, передающиеся половым путем)** — группа заболеваний, которые передаются от человека к человеку при сексуальном контакте. Они поражают не только половые органы, но и весь организм, и нередко приводят к серьезным последствиям.

Современная медицина насчитывает около 30 инфекций, которые можно отнести к ИППП. Большая часть из них может протекать бессимптомно, и это делает их весьма опасными для здоровья разных органов и систем.

**ИППП классифицируют в зависимости от возбудителя. Всего различают 4 вида половых инфекций:**

* Бактериальные (сифилис, хламидиоз, мягкий шанкр, микоплазмоз, уреаплазмоз, гонорея);
* Вирусные (ВИЧ, генитальный герпес, гепатит В, остроконечные кондиломы, вызываемые вирусом папилломы человека, цитомегаловирус);
* Грибковые (кандидоз (молочница));
* Протозойные (трихомониаз).

Ежедневно более одного миллиона человек в мире приобретают ИППП. По оценкам, ежегодно 357 миллионов человек приобретают одну из четырёх ИППП – хламидиоз (131 миллион), гонорею (78 миллионов), сифилис (5,6 миллиона) или трихомониаз (143 миллиона). Более 500 миллионов человек живут с инфекцией генитального герпеса. 80 % населения имеет в организме вирус папилломы человека (ВПЧ).

**На основании жалоб и по результатам внешнего осмотра врач может предположить, какая инфекция присутствует у пациента:**

* для бактериальных инфекций характерно появление выделений из половых путей и мочеиспускательного канала, увеличение лимфатических узлов в паху, воспаление слизистых оболочек половых путей, образование язв, бубонов, сыпи, широких кондилом в зависимости от вида возбудителя;
* для вирусных инфекций характерно бессимптомное течение, при заражении отдельными разновидностями вирусов в паховой и перианальной области, на наружных половых органах появляются наросты, везикулы, мокнущие язвы;
* грибковая инфекция выражается зудом, обильными выделениями из половых путей, дискомфортом при мочеиспускании, налетом на наружных половых органах;
* паразитарные инфекции выражаются сильным не стихающим зудом в паху и промежности, на кожном покрове видны расчесы и высыпания.

**Часто можно встретить следующие осложнения ИППП:**

* цистит и уретрит;
* женское и мужское бесплодие;
* простатит и снижение потенции;
* врожденные патологии плода и не вынашивание.

Самые тяжелые патологии ЗППП встречаются при сифилисе, ВИЧ-инфекции и гепатитах. Сифилис на поздних стадиях заболевания может привести к поражению нервной системы. При этом возникают психические нарушения, могут пострадать слух и зрение. Так как сифилис носит системный характер, пострадать может любой орган.

ВИЧ-инфекция без лечения переходит в СПИД – синдром приобретенного иммунодефицита. Это приводит к тому, что организм человека становится уязвимым для любого микроорганизма. Поэтому последствия СПИДа включают много болезней. Например, это могут быть саркома Капоши, обширные грибковые поражения различных органов.

Гепатиты В и С оказывают негативное влияние на печень. Отсутствие лечения и нарушение врачебных рекомендаций могут привезти к циррозу печени.

**Профилактика ИППП:**

Первая ступень профилактических мероприятий — донесение до молодых людей информации о том, какие инфекции передаются половым путем, и чем опасно заражение ими. По статистике более 20% пациентов венерологов не знают элементарных правил контрацепции или игнорируют их. Между тем, чтобы избежать неприятных диагнозов и их негативных последствий, достаточно:

* использовать барьерные контрацептивы, лучше всего презервативы;
* вести упорядоченную половую жизнь и не менять партнеров слишком часто;
* избегать случайных сексуальных контактов;
* соблюдать личную гигиену;
* не пользоваться предметами личной гигиены других людей (зубной щеткой, станком для бритья, полотенцем и т.д.).

В профилактике инфекций, передающихся преимущественно половым путем, особую роль играет своевременное выявление заболеваний. Мужчинам и женщинам половозрелого возраста рекомендовано регулярно сдавать анализы на такие опасные инфекции, как гепатит С, ВИЧ, сифилис и другие. Обязательными такие анализы считаются для беременных женщин и тех, чья работа подразумевает непосредственный контакт с людьми: врачи, повара, обслуживающий персонал, педагоги, водители и другие.

**Берегите своё здоровье!**

Материалы для самоподготовки - сайт: <http://fb.ru/article/183331/reproduktivnoe-zdorove---eto-chto-takoe-kakovyi-ego-sostavlyayuschie-i-harakteristiki>