

По определению ВОЗ, **репродуктивное здоровье - это состояние полного** **физического, умственного и социального благополучия,** а не просто отсутствие болезней или недугов, во всех вопросах, касающихся репродуктивной системы, её функций и процессов. Другими словами - это способность людей к зачатию и рождению детей, возможность сексуальных отношений без угрозы заболеваний, передающихся половым путем, гарантия безопасности беременности и родов, выживание ребенка, благополучие матери и возможность планирования последующих беременностей, в том числе предупреждения нежелательной.

**Курение сигарет влияет на фертильность как  женщин, так и  мужчин, половую функцию мужчин, здоровье беременных женщин, здоровье ребенка в утробе матери, и здоровье маленьких детей.**

**Фертильность.**Ферти́льность (лат. fertilis — плодородный, плодовитый) — способность половозрелого организма производить жизнеспособное потомство.

У курящих женщин может быть **снижена**фертильность: для того, чтобы забеременеть зачастую им нужно **более года** (это наблюдается в 3,5 раза чаще, по сравнению с некурящими женщинами). Существует **«эффект дозы»** – зависимость между числом выкуренных сигарет за определенное время и длительностью периода отсрочки в наступлении желанной беременности. На задержку в наступлении беременности влияет как **активное,** так и**пассивное курение.**

Курение сигарет может также повлиять на **фертильность мужчин**: у курящих было обнаружено **меньшее количество сперматозоидов** в единице объема спермы, а также их **более низкая подвижность**, по сравнению с некурящими мужчинами. Неблагоприятное влияние курения на сперму может привести к тому, что у многих супружеских пар рождаются девочки, а не мальчики: клетки спермы, содержащие Y хромосому, более чувствительны к токсинам, которые содержатся в дыме сигарет.

**Оральные контрацептивы.**Контраце́пция (от новолат. «contraceptio» — букв. — исключение) — предотвращение беременности механическими (презервативы, шеечные колпачки и др.), химическими (влагалищные шарики и др.) и другими противозачаточными средствами и способами.

Риск развития различных **заболеваний сердца и сосудов**, включая инфаркт миокарда, нарушения мозгового кровообращения (тромбозы или кровоизлияния) возрастает **десятикратно**у курящих молодых женщин, принимающих оральные контрацептивы. Этот эффект еще более выражен у женщин старше 45 лет.

**Беременность.** Вред курения во время беременности научно доказан. Сигарета содержит **более 4000 химических веществ:** никотин, смолы, угарный газ и т.д. **Формирование нёба** происходит на **6-8 неделе беременности** и курение будущей мамы в этот период может проявиться в виде **«волчьей пасти»** или **«заячьей губы»** у ребенка.

Дети курящих матерей уже в раннем возрасте невнимательны, импульсивны, сверхактивны. А уровень **умственного развития ниже среднего.** Чаще всего развивается и так называемый **синдром «непоседы Фила»** — эти дети, как правило, агрессивны и склонны к обману.

Курение во время беременности может также увеличить риск развития **астмы** у детей младшего возраста.

Ребенок курящей матери появляется на свет **зависимым** от табачного дыма. Поэтому в дальнейшем часто становится курильщиком.

**Бросить курить еще до начала беременности — единственный способ родить** **здорового ребенка!** Если вы планируете беременность, курить нужно бросать заблаговременно. Как минимум за год. Этот срок нужен для выведения вредных веществ, накопленных за время курения, а также для восстановления всех сил организма, особенно органов дыхания.

**Самопроизвольный аборт.**У курящих беременных существенно возрастает **риск отслойки плаценты.** Выкидыши бывают в **два раза чаще**, чем у некурящих.

**Другие осложнения беременности.**Беременность и роды у курящих чаще протекают с осложнениями:

- **кровотечение**во время беременности;

- преждевременная **отслойка плаценты;**

- преждевременный **разрыв оболочек плода;**

- **врожденные дефекты** у детей.

Все **вредные** факторы курения, которые опасны для здоровья в обычном состоянии, **умножаются многократно**при беременности. Курение матери **(«пассивное курение плода»)** является причиной **синдрома внезапной смерти** **младенца в 30-50% случаев.**

**Развитие плода.**Никотин, угарный газ и множество других убийственно вредных веществ, попадая в организм женщины, моментально **проникают сквозь** **плаценту к ребенку.**Причем **концентрация** этих веществ в **организме плода** **гораздо выше**, чем в крови матери! **Более трети беременностей**, имеющих риск при отравлении организма матери никотином, заканчиваются **преждевременными родами.** **Смертность детей** во  время родов у курящих матерей в среднем **на 30%** **выше,** чем у некурящих.

В основе негативного влияния курения на плод лежит **прямое воздействие** продуктов табачного дыма **на нервную и иммунные системы** будущего ребенка, **задержку роста и снижение веса**при рождении.

**Здоровье и дальнейшее развитие ребенка.** Дети куривших во время беременности матерей на треть чаще, чем все остальные, рискуют к 16 годам заполучить **диабет или ожирение.** Половая система плода восприимчива к нехватке кислорода, поэтому будущий малыш обречен на то, что его репродуктивная система пострадает: **у мальчиков яички имеют меньшие размеры,** а **концентрация сперматозоидов в сперме в среднем на 20% ниже**, чем у детей некурящих женщин.

**Пассивное курение и беременность.**Воздействие пассивного курения на организм матери может означать:

-**токсикоз**беременных (наблюдается **в 80%** случаев);

-**преждевременные**роды, **мертворожденные** дети и дети с несовместимыми для жизни **пороками развития;**

-ослабление лёгких плода уже в ходе внутриутробного развития, что является катализатором для развития**пневмонии, бронхита, астмы;**

-развитие у ребенка **пищевой аллергии**, при этом определить в дальнейшем аллерген представляется весьма проблематичным делом;

-общее **снижение иммунитета**, а значит, болезненность в первые месяцы и даже недели жизни.

**Грудное вскармливание.**Табакокурение может привести к **неадекватной**выработке грудного молока. **Жирность**молока и его **продукция**у курящих матерей **ниже.**

**Рак матки.**Риск развития рака шейки матки у курящих женщин **в 4 раза выше,** причем степень риска возрастает пропорционально продолжительности срока курения.

**Менопауза.**Физиологическая менопауза у курящих женщин наступает приблизительно **на 2 года раньше**. Вероятность более ранней менопаузы зависит от количества выкуренных сигарет (более 10 в день). Полициклические ароматические углеводороды, содержащиеся в табачном дыме, могут служить пусковым механизмом для **преждевременной смерти яйцеклетки**, что в свою очередь может стать причиной более раннего наступления менопаузы.

 Данильчик Т.А.-акушер-гинеколог