

1. ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ ОБ АБОРТЕ

НЕЖЕЛАТЕЛЬНАЯ БЕРЕМЕННОСТЬ — распространенное событие во всем мире. Ежегодно десятки тысяч женщин решают сделать аборт.

Но что они знают об этой процедуре?

Всегда ли этот поступок обдуман?

Чем обернется это решение в итоге?

АБОРТ – это процедура, выполняемая с целью удаления оплодотворенной яйцеклетки с полости матки.

Искусственное прерывание беременности проводится по желанию женщины при сроке беременности до

12 недель при наличии информированного добровольного согласия.

2.МЕТОДЫ ПРЕРЫВАНИЯ БЕРЕМЕННОСТИ

МЕДИКАМЕНТОЗНЫЙ АБОРТ - проводится на ранних сроках беременности, как правило до **6 недель** беременности. Этот метод считается наиболее щадящим и безопасным, но и как любое медицинское вмешательство имеет ряд противопоказаний и побочных эффектов.

Суть медикаментозного аборта – прием препарата, блокирующего выработку гормона прогестерона, жизненно важного для плода. Результат – раскрытие шейки матки, выход плодного яйца.

Наиболее частые побочные эффекты: тошнота, рвота, диарея, дискомфорт и боль внизу живота; часто - обострение воспалительных заболеваний матки и придатков.

ВАКУУМНАЯ АСПИРАЦИЯ- Её также называют мини-абортом. Суть процедуры – введение в маточную полость специального аппарата для высасывания плодного яйца. Вакуумное прерывание доступно на сроке до **6-7 недель**. Как правило, вакуумная аспирация не вызывает проблем ни у врача, ни у женщины. Однако порой негативные последствия все же могут проявляться.

Неполный аборт или сохранившаяся беременность

Случается, что части плода, а иногда и весь плод остаются в матке. О первом состоянии свидетельствуют сильные боли, выделения со сгустками крови и неприятным запахом, о втором – признаки токсикоза.

Поэтому очень важно пройти контрольное УЗИ – его назначают через **1-2 недели** после вакуумной аспирации. Причем, не только в случае появления одного из перечисленных симптомов, но также если после операции все идет хорошо и женщина чувствует себя нормально.

Повреждения половых органов: шейки и стенок матки. Такое бывает при использовании металлических расширителей и кюретки и требует немедленного хирургического вмешательства.

Воспалительные процессы. Причина — попадание инфекции в женские половые органы. Несвоевременное лечение чревато серьезными последствиями, включающими развитие вторичного бесплодия.

ХИРУРГИЧЕСКИЙ АБОРТ- наиболее травматичный и опасный метод прерывания беременности. Его суть — расширение шейки матки специальными инструментами и выскабливание плодного яйца из полости матки. Метод доступен до **12** недель.

3.ОСЛОЖНЕНИЯ АБОРТА

К РАННИМ ОСЛОЖНЕНИЯМ ОТНОСИТСЯ:

Маточное кровотечение – наблюдается относительно редко и обычно у женщин с нарушением свертываемости крови. В отличие от обычных скудных кровянистых выделений, которые считаются нормальными и могут продолжаться даже в течение нескольких недель после аборта, маточное кровотечение представляет реальную угрозу для жизни женщины.

Перфорация стенок матки- Разрыв стенки устраняется экстренной операцией, в самых сложных случаях матку удаляют, поэтому перфорация стенок органа является одним из самых серьезных осложнений от хирургического аборта.

Неполный аборт (когда плодное яйцо удалено не полностью). Понять это можно по болям в животе или характерным выделениям. В ряде случаев остатки плодного яйца выходят сами, в остальных показано проведение повторного выскабливания.

Скопление сгустков крови в матке (гематометра) возникает из-за спазма (сильного сжатия) шейки матки, который происходит сразу после окончания аборта. Эта ситуация может быть очень опасной из-за высокого риска развития инфекции.

ОТДАЛЕННЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ

Даже самый опытный врач не скажет точно, как аборт повлияет на организм женщины. Поздние осложнения после аборта могут возникать через месяцы, и даже годы после операции. Это хронические воспалительные заболевания, спаечные процессы, гормональные нарушения и нарушения функций органов половой системы. Во время беременности в организме женщины происходят масштабные гормональные и физиологические перестройки, которые обеспечивают вынашивание, подготавливают организм к рождению, вскармливанию и т.д. Аборт – сильный стресс для организма, при котором страдает в первую очередь гормональная система.

Нарушения менструального цикла- когда после аборта месячные становятся нерегулярными, с частыми задержками – весьма распространенная проблема, она встречается более чем у **12%** пациенток.

Во-вторых, сильный гормональный сбой приводит к нарушениям работы яичников. Развивается дисфункция, которая способствует возникновению других осложнений.

Серьезные **гормональные нарушения** могут приводить к образованию доброкачественных и злокачественных опухолей. Эндокринные нарушения, вызываемые гормональным сбоем, включают в себя нарушения функций щитовидной железы и надпочечников. Прерывание беременности, существенно увеличивает риск возникновения **рака груди**.

Внематочная беременность встречается гораздо чаще среди женщин, перенесших аборт, т.к. спайки, образующиеся в маточных трубах, очень сильно затрудняют их проходимость.

Воспалительные заболевания, которые очень часто сопровождают аборты, могут негативно влиять на кровоснабжение плода - его питание и дыхание. Повышается риск замирания беременности, мертворождения, задержки роста плода, заболеваний новорожденных. При тяжелых осложнениях высока вероятность развития **бесплодия**.

Невынашивание беременности. Расширение шейки матки может привести к ее ослаблению и в будущем стать причиной выкидышей.

4. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ЖЕНЩИН ПЛАНИРУЮЩИХ ПРЕРЫВАНИЕ БЕРЕМЕННОСТИ

Незапланированная беременность ставит женщину в сложное жизненное положение, является причиной стресса, затрудняя осознанный и правильный выбор. В таких случаях необходима помощь квалифицированного специалиста-психолога.

Консультация медицинского психолога проводится по рекомендации врача и становится обязательной при обращении женщины за направлением на аборт. Она должна производиться в начале срока (недели) "тишины", чтобы обеспечить женщине достаточный срок для рефлексии и принятия мотивированного решения. Важно осознание ее собственного отношения, которое сделает ее устойчивой по отношению к внешнему влиянию. Поэтому сразу после сообщения женщиной медицинского факта наличия "нежелательной" беременности для неё должна быть обеспечена возможность попасть в кабинет к психологу, где с ней спокойно столько, сколько нужно времени разбирают все особенности ее жизненной ситуации, предлагают помощь, рассказывают про внутриутробное развитие и процедуру аборта. Женщина расписывается в специальном бланке, что она прошла данную беседу. После этого через несколько дней она идет снова ко врачу с решением либо брать направление на аборт, либо вставать на учет по беременности. Очень важно выдержать временной промежуток (неделю "тишины"), так как это позволяет эмоциям успокоиться, за это время можно через центр помощи уже получить определенную поддержку, возможна семейная консультация, беседа с отцом ребенка - словом все, что необходимо в данной ситуации.

5. ВОССТАНОВЛЕНИЕ И РЕАБИЛИТАЦИЯ ПОСЛЕ АБОРТА

Реабилитация после аборта направлена на то, чтобы снизить риск последующих осложнений. На продолжительность восстановления влияют возраст женщины, состояние ее здоровья, количество перенесенных ранее аборт и наличие детей (легче аборт переносят здоровые молодые женщины, имеющие детей).

ИНТИМНЫЕ ОТНОШЕНИЯ ПОСЛЕ АБОРТА

Сперматозоиды переносят бактерии на своем хвосте, поэтому на весь восстановительный период запрещаются половые связи. На полное восстановление оболочки эндометрия и влагалища обычно уходит порядка двух недель. Именно на такой срок необходимо отсрочить сексуальные отношения после инструментального аборта. При возникновении воспалительных процессов секс возможен не ранее, чем через полтора месяца после операции.

Еще одна причина ограничения секса после аборта – высокая вероятность наступления повторной беременности. К сожалению, ни один способ контрацепции в настоящее время не дает **100%** гарантии, и до тех пор, пока периодичность менструального цикла не установилась, вероятность наступления беременности после аборта велика, даже если вы считаете эти дни «безопасными». Беременность же сразу после аборта очень опасна для организма, который еще не успел восстановиться. Кроме того, оплодотворенная яйцеклетка, прикрепившаяся к свежей рубцовой ткани, будет получать мало питания.

Соблюдение нескольких простых правил может существенно снизить риск развития осложнений после искусственного прерывания беременности.

1	Запрет секса в первые две недели после аборта
2	Контроль выделений, появившихся после аборта и при необходимости консультирование с врачом
3	Избегание физических нагрузок в течение первых 2 недель после операции, своевременное опорожнение мочевого пузыря и кишечника
4	Соблюдение правил гигиены (регулярно проводить туалет наружных половых органов, носить белье из хлопка, в течение первого месяца после аборта запрещено принимать ванну, купаться в море или бассейне, посещать сауну)
5	Посещение гинеколога не реже раза в полгода

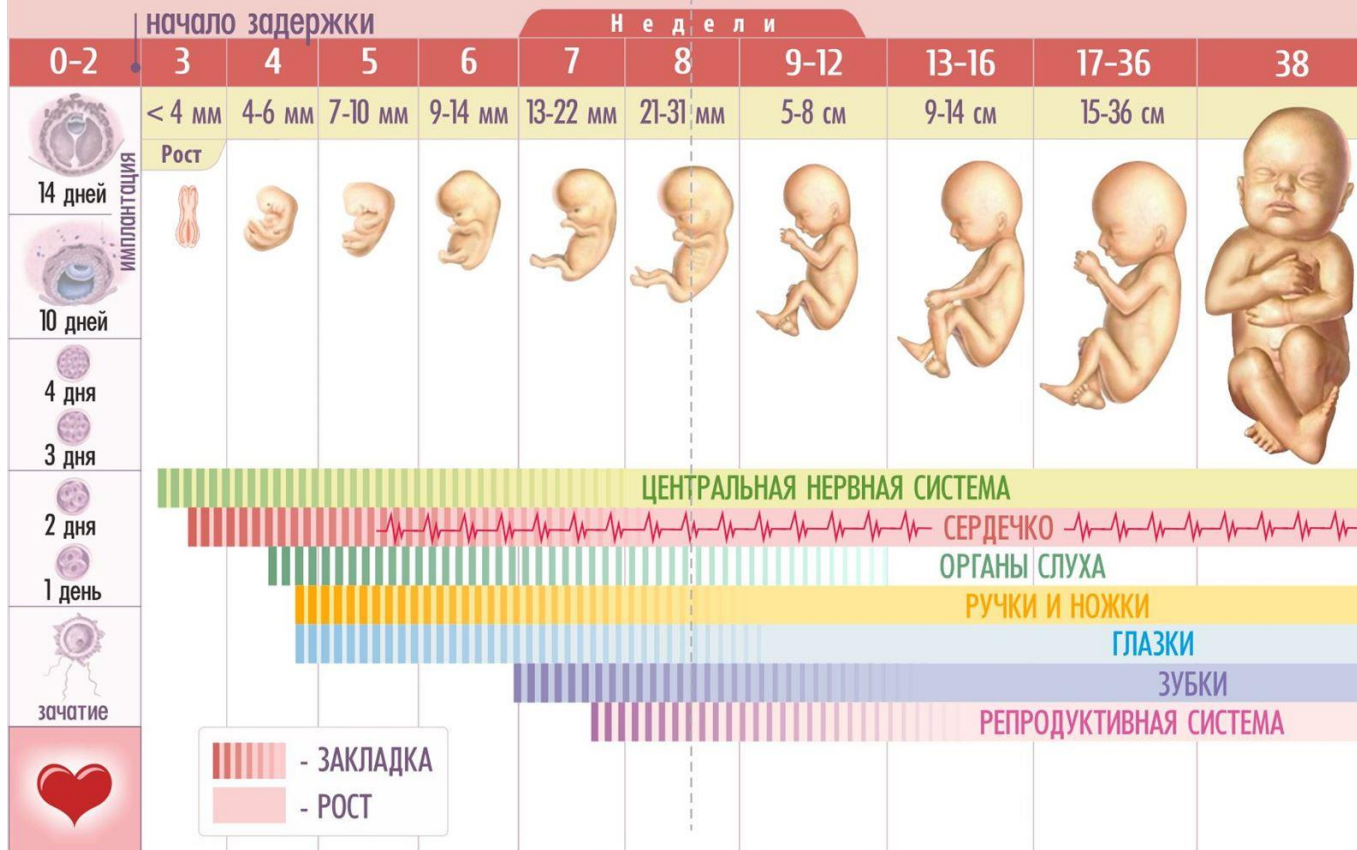
6. КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ЖЕНЩИН ПОСЛЕ АБОРТА

Основная задача при консультировании в этот период – помочь каждой женщине в решении вопроса, хочет ли она использовать контрацепцию вообще, а также хочет ли она пользоваться каким-либо конкретным методом контрацепции. Контрацептивное консультирование должно содержать информацию о методах, имеющихся в распоряжении и приемлемых для клиентки, их преимуществах и недостатках.

Медицинский работник должен помочь женщине выбрать метод контрацепции, который наиболее ей подходит, а также научить женщину и ее партнера использовать этот метод правильно (эффективно). Неправильное использование метода контрацепции может привести вновь к наступлению нежелательной беременности. Выбор метода контрацепции должен быть осознанным для каждой женщины, а его обсуждение должно дать возможность женщине задавать вопросы и выражать свое отношение или сомнение. При условии отсутствия медицинских противопоказаний использование любого метода контрацепции следует начинать сразу после аборта. Хотя большинство женщин не хотят забеременеть сразу после аборта, некоторые из них затрудняются сразу принять решение о применении определенного метода контрацепции. Женщинам, которые не выбрали метод контрацепции сразу, можно предложить временно использовать презервативы и посоветовать обратиться за консультацией (возможно, вместе с партнером) в удобное для нее время, как только решение будет принято.

7. Календарь внутриутробного развития ребенка

Календарь внутриутробного развития ребенка



1 неделя от зачатия:

Мамочка, я живой! Я живу внутри тебя и жду встречи!

3 неделя:

Мама, моё сердечко бьётся в такт с твоим!

6 неделя:

Мамуля, у меня появляются ручки. Совсем скоро я обниму ими тебя!

8 неделя:

Мамочка, у меня уже есть ротик. Обещаю, я всегда буду улыбаться тебе!

12 неделя:

Мама, теперь уже понятно, кем я стану: озорным сыночком или милой дочкой.