

REPRODUKTIVNO ZDRAVLJE

Dr sci. Snežana Uskoković Marković¹, Dipl. Ph spec. Marina Petrić²

¹Institut za analitičku hemiju, ² Institut za socijalnu farmaciju i farmaceutsko zakonodavstvo
Farmaceutski fakultet, Univerzitet u Beogradu

Recenzent:

Doc. dr Katarina Ilić
Institut za farmakologiju
Farmaceutski fakultet, Univerzitet u Beogradu

Adresa autora: snezaum@pharmacy.bg.ac.yu, mpetric@pharmacy.bg.ac.yu

Kratak sadržaj

Savremeni način života, posebno po pitanju seksualnih navika, dovodi do brojnih neželjenih trudnoća (abortusi) i poprasta polno prenosivih infekcija koje direktno ugrožavaju reproduktivno zdravlje žene. Cilj ovog rada je da razmotri činioce koji ugrožavaju reproduktivno zdravlje, da ukaže na značaj brige za reproduktivno zdravlje, kao i da da preporuke za očuvanje i poboljšanje reproduktivnog zdravlja.

Ključne reči: reproduktivno zdravlje, adolescenti, kontracepcija

REPRODUCTIVE HEALTH

Summary

Modern life style, specially sexual habits, result in unplanned pregnancy and abortion with a rise in sexually transmitted diseases. Those are facts which directly threaten reproductive health. The aim of this work is to clarify importance of care and the basic threats for reproductive health with recommendations for preservation and improvement of reproductive health.

Key words: reproductive health, adolescent, contraception

Prema definiciji Svetske zdravstvene organizacije reproduktivno zdravlje je stanje fizičkog, mentalnog i socijalnog blagostanja u svim oblastima vezanim za reproduktivni sistem, u svim fazama života. [1]

Reproduktivno zdravlje žena podrazumeva da su žene u mogućnosti da imaju zadovoljavajući i bezbedan seksualni život, sposobnost da imaju potomstvo, kao i slobodu da odluče da li i kada će ga imati. Sastavni deo ovoga je i pravo žena da budu informisane, da imaju pristup bezbednim, efikasnim, dostupnim i prihvatljivim metodama planiranja porodice, kao i pravo na adekvatne usluge zdravstvene zaštite koje ženi omogućavaju bezbednu trudnoću i porođaj.

Reproduktivna zdravstvena zaštita je skup metoda, tehnika i usluga koje doprinose reproduktivnom zdravlju i dobiti kroz sprečavanje i rešavanje reproduktivnih zdravstvenih problema, uključujući razmatranje simptoma, dijagnozu, tretman i prevenciju bolesti vezanih za ženske reproduktivne organe. Obuhvaćene su bolesti koje zahvataju uterus, cerviks,

vaginu, jajovode, kao i bolesti dojke. Ovde se podrazumeva i seksualno zdravlje čija je svrha unapređenje kvaliteta života i emotivnih veza, a ne samo savetovanje i zaštita vezana za reprodukciju i polno prenosive infekcije.

Glavni faktori koji negativno utiču na reproduktivno zdravlje žene su neplanirana i neželjena trudnoća i posledičan, a često nebezbedan prekid trudnoće (abortus) koji može ugroziti kako zdravlje, tako i život majke, i polno prenosive infekcije među kojima posebno treba istaći virus humane imunodeficijencije (HIV)/AIDS ali i ostale polno prenosive infekcije koje takođe mogu značajno ugroziti kako reproduktivno tako i opšte zdravlje.

Da bi se unapredilo reproduktivno zdravlje potrebna je saradnja kako vladinih i nevladinih organizacija i višestruki naponi na nivou zajednice i društva u celini. Neke od akcija koje treba pokrenuti i kontinuirano sprovoditi su: [2]

- Analiza programa seksualnog obrazovanja učenika osnovnih i srednjih škola.
- Uvesti obavezno seksualno obrazovanje za sve učenike osnovnih i srednjih škola.
- Organizovati da seksualno obrazovanje pružaju kvalifikovani profesionalci u svim školama.
- Formirati zdravstvene centre povezane sa školama koji bi vodili računa i o zdravlju mladih ljudi i o njihovom zdravstvenom obrazovanju.
- Obezbediti dostupnost svih vrsta potrebnih kontraceptivnih sredstava po niskim cenama uključujući kondome i oralne kontraceptive u slobodnoj prodaji
- Obezbediti edukaciju u vezi sa upotrebom hitne kontracepcije i reproduktivnog zdravlja pre trudnoće.
- Pružiti jednaka prava svim potencijalnim roditeljima koji žele da upotrebe pomoćne reproduktivne tehnologije, bez obzira na bračni status ili finansijske mogućnosti.
- Omogućiti svim ženama uslove za slobodnu i bezbednu trudnoću i porođaj.
- Obezbediti da patronažne sestre, kroz nacionalnu patronažnu službu za porodice sa novorođenčeta, dodatno brinu o zdravlju i majki i beba.
- Posvetiti više pažnje određenim ginekološkim pitanjima, kao što je rano otkrivanje tumora jajnika, tumora grlića materice i raka dojke.

Jedan od osnovnih elemenata brige o reproduktivnom zdravlju je i planiranje porodice. Blagovremeno i adekvatno planiranje porodice je važno za zdravlje žena i dece iz više razloga, a prvenstveno zbog [3]:

- sprečavanja prerane ili prekasne trudnoće,
- produžavanja perioda između porođaja,
- ograničavanja broja dece

Da bi se postigli ovi ciljevi neophodno je obezbediti ženama odgovarajuće, sigurne i pristupačne metode kontracepcije, kao i potrebna znanja u vezi sa upotrebom određenih kontraceptivnih sredstava.

Izbegavanjem neželjenih trudnoća, smanjenjem obolevanja i smrtnosti majki i poboljšanjem zdravlja dece ostvaruje se velika društvena i ekonomska korist. Na primer, 1990. godine u Sjedinjenim Američkim Državama, za svaki dolar uloženi iz javnog sektora u planiranje porodice uštedeno je 4,4 dolara namenjenih za zdravstvene i socijalne troškove. [4]

Adolescencija

Adolescencija je period između detinjstva i zrelog doba. Adolescenti čine 20% svetske populacije. Buđenje seksualnosti je jedna od značajnijih karakteristika adolescencije. U ranijim društvenim epohama seksualna aktivnost mladih je bila društveno prihvaćena samo u funkciji reprodukcije i u okviru institucije braka. Industrijalizacija i urbanizacija su promene koje odlikuju ljudsko društvo u poslednja dva veka i čiji uticaj je evidentan i na adolescente. Primećena je veća seksualna aktivnost adolescenata. To znači da je udeo adolescenata u ukupnoj populaciji seksualno aktivnih ljudi povećan, ali i da se sve ranije stupa u seksualne odnose. I u Srbiji je, u skladu sa savremenim svetskim tendencijama, seksualna aktivnost adolescenata u porastu. U istraživanju kojim je obuhvaćeno 5385 studenata prve i treće godine studija iz pet univerzitetskih centara u Srbiji ustanovljeno je da je seksualno iskustvo doživelo 43,2% devojaka [5].

Prema rezultatima ankete sprovedene u Beogradu koja je obuhvatila 300 ispitanica starosti 19 godina, prvi polni odnos devojke su imale, u proseku, sa 16,9 godina. [6] Seksualno iskustvo sa većim brojem partnera i s nedovoljno poznatim osobama, koje je doživela približno svaka treća ispitanica, povećavaju rizik za nastanak bolesti koje se prenose seksualnim kontaktom i tako ugrožavaju reproduktivno zdravlje ovih adolescentkinja. Reproductivno zdravlje dodatno ugrožava i činjenica da mali broj devojaka u Beogradu koristi pouzdanu kontracepciju. Kontracepcija koju su devojke najduže koristile najčešće je bio metod prekinutog odnosa (54,3%). Kondom je najduže koristila svaka treća devojka (34,3%), hormonsku kontracepciju svaka deseta (10,7 %). Nedovoljan stepen odgovornosti u seksualnom ponašanju, uočen kod anketiranih adolescentkinja, prvenstveno je odraz nedovoljnog znanja o seksualnosti i kontracepciji. Devojke zbog toga imaju pogrešno uverenje da je metod prekinutog odnosa dovoljno pouzdan u zaštiti od trudnoće. Anketiranjem adolescentkinja o sredstvima i metodama regulisanja rađanja, zapaženo je da adolescentkinje retko poseduju celovito znanje u ovoj oblasti [6].

Činioci rizika za nastanak poremećaja reproduktivnog zdravlja mladih su kompleksni i mogu se razdvojiti samo iz didaktičkih razloga na biološke, socijalne i psihološke. Usled sadejstva ovih faktora dolazi do oštećenja reproduktivne funkcije mladih na dva osnovna načina: nastankom neželjene trudnoće i polno prenosivih infekcija. Prevencija oštećenja reproduktivnog zdravlja može biti primarna, sekundarna i tercijarna. Dobro poznavanje uzroka i načina oštećenja reproduktivnog zdravlja mladih, kao i efikasna primena mera prevencija su osnova za zdravo i demografski progresivno društvo budućnosti.

Kontracepcija

Danas je dostupno više različitih sredstava koja u visokom procentu sprečavaju mogućnost začeća. Pravilan izbor kontraceptivne metode zavisi od uzrasta, potreba i zdravstvenog stanja žene.

Neke od najčešćih dilema koji se javljaju kod mladih vezano za pitanje kontracepcije jesu da li su i muškarac i žena podjednako odgovorni za sprečavanje neželjene trudnoće, kao i za posledice koje mogu nastati ukoliko do trudnoće ipak dođe, zatim nepoznavanje činjenice da kontracepcijske pilule ne izazivaju neplodnost i nisu štetne po zdravlje ukoliko se koriste prema uputstvu ginekologa, kao i da su kondomi pouzdana zaštita od trudnoće i polno prenosivih infekcija.

U **barijerne metode** se ubrajaju kondomi (muški i ženski), dijafragme, kontraceptivni sunđer i cervicalne kape. Njihovo dejstvo se zasniva na onemogućavanju spermatozoida da dođe do jajne ćelije. Sem kondoma, ostala sredstva iz ove grupe ne obezbeđuju zaštitu od

polno prenosivih infekcija. U tom smislu ih je potrebno kombinovati sa kondomima, koji pružaju najbolju zaštitu od polno prenosivih infekcija.

Kondom je dostupno i veoma pouzdano sredstvo zaštite od neželjene trudnoće i polno prenosivih infekcija. Upotrebu kondoma treba potsticati i učiniti prihvatljivijom, ali i pružiti informacije o pravilnoj upotrebi kako bi imao efekta. Kondom ne smanjuje osećanje zadovoljstva, za razliku od zabrinutosti i nervoze pri seksualnom odnosu bez zaštite.

Kondomi su napravljeni od vrlo tanke ali veoma jake lateks gume. Dodatnu zaštitu od neželjene trudnoće pruža i tanak sloj spermicida kojim je kondom premazan. Važno je proveriti rok trajanja (ako nisu izloženi suncu i toploti) i da li je kondom elektronski testiran. Kvalitetan, pravilno skladišten i ispravno korišćen kondom jedno je od najsigurnijih sredstava zaštite od neželjene trudnoće i polno prenosivih infekcija.

Hormonske metode uključuju kontraceptivne flastere, hormonske kontraceptive u vidu injekcija i oralne kontraceptive, popularno nazvane pilule. Hormonske metode sprečavaju oslobađanje jajne ćelije iz jajnika - ovulaciju. Kontraceptivne pilule su u svetu najpopularniji metod kontrole rađanja u populaciji mladih žena. Postoji mnogo vrsta „pilula“ na tržištu, sve sadrže sintetičke derivate hormona estrogena i progesterona u različitim kombinacijama i dozama. Kombinovane pilule sprečavaju ovulaciju i oslobađanje jajne ćelije. Dok žena redovno uzima kombinovanu pilulu, njeni jajnici «miruju» kao što bi «mirovali» u trudnoći. Osim toga, kombinacija hormona utiče na povećanu gustinu sluznice u grliću materice, što otežava prodor spermatozoida. Kada žena prestane uzimati kontraceptivne pilule, nakon nekoliko dana se uspostavlja ovulatorni ciklus i ona može ostati u drugom stanju. Kombinovana pilula je najpouzdanije sredstvo za kontracepciju ako se koristi prema uputstvu ginekologa. Nedostaci su u tome što ne štiti od polno prenosivih infekcija, mogu uticati na raspoloženje, povećanje apetita i što se ne mogu koristiti tokom dojenja.

Progesteronska pilula (mini-pilula) ne sadrži estrogensku komponentu. Deluje tako što povećava gustinu cervikalne sluzi, i što čini sluznicu materice tanjom. Ponekad čak i sprečava ovulaciju. I ova se pilula uzima jednom dnevno. Prednosti su njena visoka pouzdanost i što se može uzimati tokom dojenja. Nedostaci su u tome što ne štiti od polno prenosivih i što može uzrokovati neredovna menstrualna krvarenja.

Određene vrste hormonskih pilula mogu pozitivno uticati kod bolnih menstrualnih krvarenja, akni i cista na jajnicima.

Pilula za hitnu kontracepciju- «za dan posle» koristi se u slučaju kada dodje do neplaniranog polnog odnosa bez zaštite, ili ako je došlo do pucanja kondoma, ili ako nisu uzete dve kontraceptivne pilule za redom a usledio je seksualni odnos. Prednost ovog sredstva je što može da spreči trudnoću i abortus. Ove pilule sadrže veće doze hormona od standardnih kontraceptivnih pilula. Potrebno je uzeti ih u što kraćem vremenskom periodu nakon seksualnog odnosa bez zaštite a preporučuju se do 72h po odnosu. Ove pilule pružaju zaštitu narednih pet dana. Nedostaci su u tome što mogu izazvati mučninu i povraćanje. Pilulu za hitnu kontracepciju ne treba koristiti kao trajnu kontraceptivnu metodu.

Intrauterina sredstva, popularno spirale, u matericu postavlja ginekolog. Veoma su efikasne u prevenciji trudnoće ali ne pružaju zaštitu od polno prenosivih bolesti.

Spermicidi se najčešće prave u obliku pena ili krema, ali se i uz njih preporučuje upotreba kondoma.

Zaključak

Reproduktivno zdravlje je cilj je svakog savremenog društva. Ostvaruje se kroz kontinuiranu edukaciju kako zdravstvenih profesionalaca, tako i stanovništva, posebno

adolescenata u pogledu zdravih seksualnih navika, pravilnog korišćenja kontracepcije, kao i značaja adekvatnog planiranja porodice. Svako društvo je dužno da neprestano pruža inicijativu za navedene aktivnosti i obezbedi adekvatne uslove.

Reference

1. <http://www.who.int/reproductive-health/>, 24.4.2008.
2. http://www.democrats.org.au/docs/ActionPlans/Heath_Reproductive_2007.pdf, 02.05.2008.
3. http://www.unicef.org/bih/ba/Reproduktivno_zdravlje.pdf, 29.04.2008.
4. A.C. Hwang et al. Universal insurance coverage for contraceptives: a public health imperative, *Contraception* 70, 2004, str. 357–8.
5. CUCIĆ, V., i dr. Zdravstveno ponašanje studentske i srednjoškolske omladine, Zavod za zdravstvenu zaštitu studenata Beograd, Beograd, 2000.
6. SEDLECKI, K. Ponašanje i stavovi adolescenata relevantni za reproduktivno zdravlje, *Stanovništvo*, (2001) vol. 39, str.91-117.