ЗНАЧЕНИЕ НА СЕМЕЙНОТО ПЛАНИРАНЕ...

...ЗА ЖЕНИТЕ

- Шансовете за усложнения по време на бременност и раждане са по-ниски
- Рисковете от спонтанен аборт, мъртво или преждевременно раждане и раждане на бебе с ниско тегло са по-малки
- Жената получава повече време да се възстанови от бременността и раждането
- Майката получава повече време да се грижи за себе си, семейството си, партньора и детето
- Жената получава повече време за своите интереси и възможности за личен напредък
- Майката получава повече време да се подготви физически, финансово и емоционално за следващата бременност

...ЗА ДЕЦАТА

- По-голям е шансът да се роди силно и здраво дете
- Децата получават повече грижи и внимание от родителите си
- Кърменето се удължава, което подобрява храненето и имунитета

Целите на семейното планиране включват:

- ✓ ОПРЕДЕЛЯНЕ НА ВРЕМЕТО НА ПЪРВАТА БРЕМЕННОСТ
- ✓ ПЛАНИРАНЕ НА РАЗСТОЯНИЕТО МЕЖДУ РАЖДАНИЯТА
- ✓ ОГРАНИЧАВАНЕ НА РАЗМЕРА НА СЕМЕЙСТВОТО.

Родителите имат основно човешко право.
Семейното планиране включва цялото семейство, а не само двойката.

РЕГИОНАЛНА ЗДРАВНА ИНСПЕКЦИЯ ГР. ЯМБОЛ

гр. Ямбол, ул. „Димитър Благоев“ № 71
тел. +359 46 663170, факс: +359 46 663177
e-mail: rzi-yambol@mh.government.bg
www.rzi-yambol.egov.bg

Национална програма за подобряване на
МАЙЧИНОТО И ДЕТСКО ЗДРАВЕ
2021-2030 година

СЕМЕЙНО ПЛАНИРАНЕ



...ЗА МЪЖЕТЕ

- Мъжът получава повече време за опазване здравето и нуждите на партньора и децата си
- Има повече време да се подготви финансово за следващото дете

...ЗА ЦЯЛОТО СЕМЕЙСТВО

МЕТОДИ ЗА СЕМЕЙНО ПЛАНИРАНЕ

1 Съвременни контрацептивни методи:

- Мъжки презервативи
- Дамски презервативи.
- Вътрематочна спирала
- Контрацептивни инжекционни препарати
- Орални контрацептивни таблетки
- Импланти
- Хормонален пластир
- Вагинални пръстени
- Мъжка стерилизация /вазектомия/
- Женска стерилизация /тубална лигатура/

Най-добрият контрацептивен метод за една двойка зависи от начина им на живот, здравословното състояние и причините за семейното планиране.

2 Възрастта има значение

При жени под 18 години телата не са напълно развити и не са в състояние да се справят добре с промените и натоварването на бременността. По-голям е рискът от някои усложнения.



3 Неподходящите интервали между бременностите

твърде кратки или прекалено удължени — се свързват с повишен риск от усложнения при майката и новороденото.

- **При твърде близка бременност:**

  майката няма време да се възстанови, кърмата може да бъде засегната, защото снабдяването ѝ с хранителни вещества се изчерпва.

- **При дълги интервали на бременностите**:

  има риск от преeклампсия *(усложнение на бременността с високо кръвно налягане и белтък в урината, което може да бъде опасно за майката и бебето)*.

Най-удачния период между бременностите е от 18 до 24 месеца, но по - малко от 5 години след живо раждане.