Неделя ответственного отношения к репродуктивному здоровью и здоровой беременности

Репродуктивное здоровье – это одна из важнейших составляющих здоровья человека и общества в целом. По определению ВОЗ, репродуктивное здоровье - это состояние полного физического, умственного и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней во всех сферах, касающихся репродуктивной системы, ее функций и процессов.

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.

Термин репродуктивное здоровье женщины или мужчины подразумевает отсутствие каких-либо патологий половой системы, негативно отражающихся на возможности зачатия и рождения ребенка.

Репродуктивное здоровье женщины зависит от многих факторов, например, от генетических особенностей, условий окружающей среды, питания, возраста, образа жизни. Сохранить репродуктивное здоровье крайне важно для того, чтобы в будущем забеременеть и родить здорового ребенка. С учетом современных тенденций в настоящий момент многие женщины хотят реализовать себя в карьере, получить дополнительное образование, что в определенной степени приводит к более отсроченному материнству. Учитывая, что беременность и рождение ребенка приходятся на более старший репродуктивный возраст, сохранение репродуктивного здоровья становится крайне актуально в современных условиях. Среди факторов, определяющих репродуктивное здоровье женщины, следует выделить те, которые трудно поддаются коррекции, например, генетические особенности, возраст, условия окружающей среды. Именно поэтому особое внимание привлекает коррекция модифицируемых факторов, таких как питание и образ жизни.

Образ жизни является ключевым звеном, влияющим на здоровье женщины. Безусловно, вредные привычки, такие как курение и алкоголь, могут вызывать ускоренное угасание репродуктивной функции, а также различные осложнения во время беременности. В ответ на значительные достижения антитабачной политики, которые привели к сокращению потребления табачной продукции во многих странах, в последние годы большую популярность приобрели электронные сигареты.

Электронные сигареты состоят из 3 блоков: батарея, парогенератор и картридж с никотиносодержащей жидкостью или без никотина. Когда женщина делает затяжку, включается прибор, который нагревает жидкость

в картридже, превращая ее в пар. Производители электронных сигарет позиционируют свой продукт как более безопасный за счет совершенных систем очистки вдыхаемого пара и использования современных фильтров. Для того, чтобы лучше понимать воздействие никотинсодержащих аэрозолей, которые прошли «систему очистки» в электронных сигаретах, на организм женщины, следует обратиться к докладу, подготовленному экспертами ВОЗ в рамках 7-й сессии Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе с табаком. Во-первых, концентрация никотина в жидкости не регулируется законом, и производитель вообще не обязан раскрывать состав вдыхаемого пара, поэтому доверять информации о безопасном составе такого аэрозоля опрометчиво. Во-вторых, никотин в составе электронных сигарет также быстро вызывает зависимость и способствует развитию различных заболеваний, в том числе сердечно-сосудистых, бронхолегочных, приводит к нарушениям работы репродуктивной системы. Аэрозоли, не содержащие никотин, вызывают воспаление и повреждение ДНК клеток организма за счет таких компонентов как акролеин, пропиленгликоль, глицерол, вкусовых добавок, ароматизаторов, которые делают вкус электронной сигареты мягче, но приводят к более выраженным изменениям легочной ткани по сравнению с табачными изделиями. Несмотря на то, что никотин сам по себе не является канцерогеном, тем не менее, он выступает «стимулятором опухоли» женских репродуктивных органов, оказывает неблагоприятное воздействие на развитие плода при беременности. Эксперты заявляют, что постоянное курение электронных сигарет значительно повышает риск рака молочной железы, рака шейки матки и угнетает репродуктивное здоровье женщины, снижая качество ооцитов и их количество. Женщины, которые регулярно курят электронные сигареты, могут в будущем столкнуться с проблемой бесплодия, невынашивания беременности, задержки роста плода, мертворождением за счет негативного воздействия химических веществ, содержащихся в аэрозолях, на ДНК клеток.

Безусловно, для ограничения маркетинговой кампании в пользу электронных сигарет необходимо изначально доказать их вред. Учитывая, что электронные сигареты появились на рынке относительно недавно, количество исследований о вреде данной продукции, в том числе, наносимом репродуктивному здоровью, значительно меньше по сравнению с обычными сигаретами. Тем не менее, результаты недавних исследований показали, что при употреблении обычных сигарет и электронных концентрация никотина в крови не отличается. Многие женщины перед планированием беременности хотят отказаться от вредной привычки и переходят на электронные сигареты, для того чтобы сделать окончательный отказ более мягким. Однако такая «уловка» едва ли не приведет к еще более тяжелым последствиям, так как электронная сигарета ни в коем случае не может быть рассмотрена как альтернатива никотинзаместительной терапии. Никотинзаместительная терапия содержит конкретную дозировку никотина в отличие от аэрозолей в электронных сигаретах. Кроме этого, никотинзаместительная терапия чаще всего представлена в более безопасной трансдермальной или пероральной

форме в отличие от ингаляционной формы доставки, сопряженной с большим количеством побочных эффектов.

Стоит подчеркнуть, что, отдавая предпочтение электронным сигаретам, женщина получает в 200 раз больше опасных веществ, чем при использовании одной даже очень крепкой сигареты. Это связано с тем, что синтетический никотин, содержащийся в электронной сигарете, намного токсичнее чем никотин из табачного листа, кроме того он смешан с другими химическими компонентами аэрозоля, которых нет в табачной сигарете. Такой химический коктейль безусловно вызывает преждевременное старение кожи, хроническую гипоксию тканей, постепенный набор веса за счет хронической усталости и снижения работоспособности.

Пассивное курение электронных сигарет также очень опасно, несмотря на то, что производители позиционируют пар, выдыхаемый курильщиками, безвредным. Вторичные аэрозоли содержат токсичные вещества, в том числе тяжелые металлы, летучие вещества, сверхтонкие частицы, которые могут не только действовать на семью женщины во время выдыхания паров, но и конденсироваться на поверхности стен, ковров и мебели.

Таким образом, основная опасность электронных сигарет заключается в том, что женщина не относит себя к курящей и не транслирует на себя все негативные последствия, которые хорошо известны в отношении табачных сигарет. Соблазнительная форма самой электронной сигареты, маркетинговая кампания в пользу более сложных и инновационных систем очистки вдыхаемого пара, отсутствие неприятного запаха — все эти «усовершенствования» призваны сделать электронные сигареты более привлекательными и не позволить потребителям вырваться из замкнутого круга опасной никотиновой зависимости.