



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΠΑΤΡΩΝ
UNIVERSITY OF PATRAS

ΑΝΟΙΚΤΑ ακαδημαϊκά
μαθήματα ΠΠ

Προαγωγή Υγείας – Πρόληψη Νόσου – Ιατρική κοινότητας

Οικογενειακός Προγραμματισμός

Απόστολος Βανταράκης
Αναπλ. Καθηγητής Υγιεινής
Παν/μιο Πατρών

Οικογενειακός Προγραμματισμός

Αποτελεί βασικό στοιχείο της Προληπτικής Ιατρικής και έχει στόχο την ενημέρωση των ζευγαριών σε θέματα σεξουαλικής αγωγής παρέχει το δικαίωμα των γονέων να αποφασίζουν με την θέλησή τους για τον αριθμό των παιδιών που θέλουν να αποκτήσουν σύμφωνα με τους κανόνες υγείας που εγγυώνται την ασφαλή εξέλιξη της εγκυμοσύνης και την υγεία μητέρας και παιδιού.



Στόχοι Οικογενειακού Προγραμματισμού

- Προφύλαξη από ανεπιθύμητες εγκυμοσύνες (αντισύλληψη).
- Πρόληψη ασθενειών που εμποδίζουν την αναπαραγωγική δυνατότητα.
- Προγεννητικός έλεγχος που οδηγεί σε ασφαλή τεκνοποίηση.



Οικογενειακός Προγραμματισμός – Έλεγχος των γεννήσεων

- Οικογενειακός προγραμματισμός βοηθά το άτομο να καταστήσει την αναπαραγωγικότητα εκούσια, υπεύθυνη συνειδητή. Θεωρεί υποχρέωσή του να πληροφορήσει το άτομο πάνω στα θέματα αυτά.

Έλεγχος των γεννήσεων

- Αδιαφορεί για την επιθυμία του ατόμου
- Ενδιαφέρεται μόνο πώς να αυξήσει ή να ελαττώσει τις γεννήσεις ανάλογα με τις πληθυσμιακές ανάγκες



Βασικός σκοπός του ΙΡΡΦ

Είναι η πρόνοια της υγείας της μήτρας και του παιδιού και η προσπάθεια να εξασφαλιστεί για την μητέρα η ψυχική, σωματική και κοινωνική ευεξία και για το παιδί η ισόρροπη ψυχοσωματική ανάπτυξη.



Για την μητέρα:

- Να βοηθήσει τη γυναίκα να απαλλαγεί από την αγωνία της ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης και τα πιθανά ψυχολογικά προβλήματα που συνεπάγεται μια τέτοια κατάσταση.
- Να απαγκιστρώνει κάθε γυναίκα από κοινωνικά και συναφή οικονομικά προβλήματα που συνεπάγεται μια ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη.
- Να διευκολύνει τη γυναίκα, ώστε να αποφεύγει διαδοχικές εγκυμοσύνες και θηλασμούς, που έχουν σαν αποτέλεσμα το αδυνάτισμά της, αλλά και τον παραπέρα κλονισμό της υγείας της.
- Να καθοδηγήσει τη γυναίκα, ώστε να αποφεύγει τις πολλές εκτρώσεις, που οδηγούν σίγουρα στη στειρώση.
- Να γίνει σαφές σε γονείς με μεταδοτικές ή κληρονομικές ασθένειες ότι δεν πρέπει να αποκτήσουν παιδιά.
- Να δώσει τέλος οποιαδήποτε συμβουλή, ώστε να περιοριστεί η μητρική θνησιμότητα.



Για το παιδί

- Για να προστατέψει το έμβρυο από τον υποσιτισμό και τις φοβερές συνέπειες που συνεπάγεται, προσπαθεί να καταπολεμήσει τις συνεχείς εγκυμοσύνες
- Για να συμβάλλει στη βελτίωση της ποιοτικής ζωής του παιδιού, επιδιώκει να ρυθμίσει το μεσοδιάστημα των κυήσεων
- Προσπαθεί ν' απαλλάξει τα παιδιά των πολυτέκνων από την αντίληψη ότι είναι ανεπιθύμητα στην οικογένειά τους
- Λαβαίνει πρόνοια για το βρέφος και το παιδί, όταν ο αριθμός των παιδιών υπερβαίνει τη δυνατότητα της οικογένειας

Οικογενειακός Προγραμματισμός για την υγεία της γυναίκας

- Κάθε χρόνο περισσότερο από 858.000 γυναίκες πεθαίνουν (σχετίζονται με το τοκετό και την εγκυμοσύνη).
- Το 99% αυτών προέρχονται από αναπτυσσόμενες χώρες.
- Η πιθανότητα θανάτου από κάποια επιπλοκή της εγκυμοσύνης ή του τοκετού στις γυναίκες στην Νότια Ασία είναι 1 στις 18.
- Στις γυναίκες της Αφρικής είναι 1 στις 14.
- Στην Βόρεια Αμερική είναι 1 στις 6.386 γυναίκες.
- Αιτία αυτών των θανάτων παγκοσμίως οφείλονται:
- 25% αιμορραγία.
- 15% σε σήψη.
- 12% προεκλαμψία.
- 8% σε δυστοκία.
- 13% σε έκτρωση.
- 20% σε κάποια προϋπάρχουσα νόσο.



Οικογενειακός Προγραμματισμός για την υγεία της γυναίκας

- Έφηβες γυναίκες – σοβαρούς κινδύνους για την υγεία τους. Αφού το σώμα τους είναι ανώριμο για να ανταποκριθεί στο stress της εγκυμοσύνης και του τοκετού
- Γυναίκες ηλικίας άνω των 35 ετών που συνεχίζουν να τεκνοποιούν, έχουν μεγαλύτερη πιθανότητα να γεννήσουν παιδιά με χαμηλό βάρος γέννησης ή συγγενείς ανωμαλίες. Αύξηση της μητρικής θνησιμότητας, αυξάνει στις πολύτοκες γυναίκες 1,5 έως 3 φορές για αυτές με πέντε ή περισσότερα παιδιά (σχετίζεται με αναιμία ή αιμορραγία κατά ή μετά τον τοκετό)
- Ο οικογενειακός προγραμματισμός αποτρέπει τις γυναίκες με ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη να καταφεύγουν σε επικίνδυνες τεχνητές διακοπής της εγκυμοσύνης από ανθρώπους με ανεπαρκή εκπαίδευση ή σε χώρους όπου υπάρχουν ελάχιστες προϋποθέσεις για την ασφαλή εκτέλεσή τους
- Κάθε χρόνο 70.000 πεθαίνουν από επικίνδυνες εκτρώσεις
- Διάτρηση μήτρας
- Τραυματισμός άλλων κοιλιακών οργάνων
- Ρήξη του τραχήλου
- Αιμορραγία
- Λοίμωξη



Οικογενειακός Προγραμματισμός για την υγεία του παιδιού

- Προγραμματισμός γέννησης των παιδιών, επηρεάζει σημαντικά την υγεία και ευημερία της οικογένειάς τους.
- Η χρήση αντισύλληψης για την επίτευξη μεσοδιαστήματος δύο ετών μεταξύ των κυήσεων έχει ως αποτέλεσμα μείωση της νεογνικής και παιδικής θνησιμότητας.
- Τα παιδιά που γεννιούνται σύντομα μετά από μια προηγούμενη εγκυμοσύνη είναι πιθανό να είναι:
 - Πρόωρα.
 - Χαμηλού βάρους.
 - 50% κίνδυνος να πεθάνουν πριν την ηλικία των πέντε.
- Ο σύντομος ερχομός ενός άλλου νεογνού έχει επιπτώσεις στο αμέσως προηγούμενο βρέφος – παιδί που θα στερηθεί το θηλασμό και την φροντίδα της μητέρας.
- Ανήλικες μητέρες γεννούν πρόωρα και χαμηλού βάρους, 24% περισσότερο να πεθάνουν τον πρώτο μήνα της ζωής τους.
- Μετά την ηλικία των 18 ετών – φυσική και συναισθηματική ωρίμανση της γυναίκας – μητέρας.
- Νεογνά που γεννιούνται από μητέρες με τέσσερα ή περισσότερα παιδιά βρίσκονται σε κίνδυνο να πεθάνουν (Αίγυπτος υπάρχει 38% μεγαλύτερη νεογνική θνησιμότητα στις μητέρες αυτές).



Οικογενειακός Προγραμματισμός για την οικογένεια και την Κοινωνία

- Βοηθά τα ζευγάρια για μικρότερες και υγιέστερες οικογένειες μειώνοντας το οικονομικό και συναισθηματικό φορτίο – ως γονείς
- Η αντισύλληψη βελτιώνει την ποιότητα ζωής και το βιοτικό επίπεδο εφόσον κατορθώνουν να εξασφαλίζουν περισσότερο χρόνο για μόρφωση και κοινωνική εξέλιξη
- Αφρική και Νότια Ασία τα κορίτσια εγκαταλείπουν το σχολείο για να παντρευτούν, διαιωρίζουν τον κύκλο του χαμηλού κοινωνικοοικονομικού επιπέδου και τις πολυτοκίες
- Η αντισύλληψη συμβάλλει στην ελάττωση της γονιμότητας, επιτυγχάνεται μείωση της πίεσης που ασκούν οι ταχέως χωρίς προγραμματισμό αναπτυσσόμενοι πληθυσμοί σε κοινωνικό, οικονομικό επίπεδο
- Ο πληθυσμός της γης θα διπλασιαστεί μέσα σε 43 έτη
- Ο Οικογενειακός προγραμματισμός σε παγκόσμιο επίπεδο θα μπορούσε να αναστείλει αυτή την αύξηση και να σταθεροποιήσει τον πληθυσμό της



Τέλος Ενότητας



Σημείωμα Αναφοράς

- Copyright Πανεπιστήμιο Πατρών, Δήμητρα Τριανταφύλλου, 2015. «Προαγωγή Υγείας – Πρόληψη Νόσου – Ιατρική κοινότητας. Οικογενειακός Προγραμματισμός». Έκδοση: 1.0. Πάτρα 2015. Διαθέσιμο από τη δικτυακή διεύθυνση:<https://eclass.upatras.gr/courses/MED835/>

Χρηματοδότηση

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό έχει αναπτυχθεί στο πλαίσιο του εκπαιδευτικού έργου του διδάσκοντα.
- Το έργο «**Ανοικτά Ακαδημαϊκά Μαθήματα στο Πανεπιστήμιο Πατρών**» έχει χρηματοδοτήσει μόνο την αναδιαμόρφωση του εκπαιδευτικού υλικού.
- Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» και συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και από εθνικούς πόρους.



Σημείωμα Αδειοδότησης

Το παρόν υλικό διατίθεται με τους όρους της άδειας χρήσης Creative Commons Αναφορά, Μη Εμπορική Χρήση Παρόμοια Διανομή 4.0 [1] ή μεταγενέστερη, Διεθνής Έκδοση. Εξαιρούνται τα αυτοτελή έργα τρίτων π.χ. φωτογραφίες, διαγράμματα κ.λ.π., τα οποία εμπεριέχονται σε αυτό και τα οποία αναφέρονται μαζί με τους όρους χρήσης τους στο «Σημείωμα Χρήσης Έργων Τρίτων».



[1] <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Ως Μη Εμπορική ορίζεται η χρήση:

- που δεν περιλαμβάνει άμεσο ή έμμεσο οικονομικό όφελος από την χρήση του έργου, για το διανομέα του έργου και αδειοδόχο
- που δεν περιλαμβάνει οικονομική συναλλαγή ως προϋπόθεση για τη χρήση ή πρόσβαση στο έργο
- που δεν προσπορίζει στο διανομέα του έργου και αδειοδόχο έμμεσο οικονομικό όφελος (π.χ. διαφημίσεις) από την προβολή του έργου σε διαδικτυακό τόπο

Ο δικαιούχος μπορεί να παρέχει στον αδειοδόχο ξεχωριστή άδεια να χρησιμοποιεί το έργο για εμπορική χρήση, εφόσον αυτό του ζητηθεί.