Как избежать нежелательной беременности в подростковом возрасте

Июль. Самый разгар лета. Чудесная пора! Особенно для подростков – каникулы, много свободного времени, первая любовь… Но иногда незрелые романтические отношения могут привести к наступлению совсем нежелательной беременности. По мнению специалистов, происходит это прежде всего ввиду отсутствия у молодых людей сексуального образования. Давайте попробуем разобраться, как подготовить своего ребёнка к началу половой жизни, а поможет нам в этом – медицинский психолог ГБУЗ «ЦОЗиМП» министерства здравоохранения края Ирина Бабкина.

– Нежелательная беременность у подростков – острая социальная проблема, которая является, в большинстве своём, зоной ответственности прежде всего людей старшего возраста. Родители должны быть лучшими друзьями для своего ребёнка. Не будет свободного эмоционального контакта, – не будет и доверия. Поэтому, важно говорить с детьми на их языке: просто и понятно. Объясняя, что хорошо, а что плохо, почему именно так следует поступать, а не иначе. Не запрещать что-либо, а лишь предупреждать о последствиях.

Что касается секса – родителям важно поговорить о нём, объяснить своему ребенку, что значит половая жизнь и каковы её последствия. Половое развитие должно начинаться с раннего детства маленького человека и продолжаться всю его жизнь. Важно, чтобы дети получали правдивую информацию. Любую тему, касающуюся секса, нужно преподносить серьёзно, без двусмысленных намеков. Конечно, начиная диалог, необходимо учитывать возраст ребенка, его пол, психофизические и умственные способности. Сегодня существует много литературы и видео, которые помогут родителям найти нужную информацию. Во время разговора об интимной стороне жизни не стоит пугать ребенка историями о нежелательной беременности и венерических заболеваниях, намного важнее донести до подростка различие между любовью и сексом.

Родителям нужно самим научиться доверять своим детям. Если они будут шарить по их вещам и карманам, читать переписку в соцсетях и контролировать каждый шаг, ничего хорошего из этого не получится. Как минимум, ребёнок замкнётся в себе.

Обязательно побеседуйте о средствах контрацепции. Несмотря на большое количество информации на данную тематику, современные подростки имеют слабое представление о методах защиты. Задача родителей их просветить. Важно донести, что половая жизнь – большая ответственность, а применение противозачаточных средств – это забота о своем здоровье и здоровье партнера.

Ненавязчиво помогайте в приобретении противозачаточных средств. Молодые люди часто стесняются покупать в аптеке презервативы, сделайте это сами. Дочери, например, можно предложить посетить вместе гинеколога, который грамотно подберёт необходимые средства и расскажет, как их применять. Девочке важно внушить, что посещать женского врача надо регулярно, а не только тогда, когда что-то случилось.

И, наконец, пусть здоровый образ жизни в вашей семье станет традицией! Ребенок из такой семьи, повзрослев, будет внимательно следить за собой и своим здоровьем. Это позволит избежать многих неприятных ситуаций.

Доверие – это основа всему. Родители, постарайтесь завоевать его! Тогда обсуждение средств контрацепции, их приобретение или совместный поход к гинекологу станут нормальным явлением и, в том числе, помогут вашему ребенку избежать нежелательной беременности.

ГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики» министерства здравоохранения Краснодарского края