

осваиваться новые виды техники и совершенные по отношению к человеку и природной среде технологии, организации — это, во-первых. Во-вторых, развитие предполагает создание новых видов продукта и сырья. В-третьих, развитие проявляется и в освоении иных рынков сбыта, иных сфер обмена. В-четвертых, должен реально увеличиваться реальный продукт для потребления всех членов общества. В-пятых, не бывает развития без обеспечения благоприятных условий всей жизнедеятельности человека. Наконец, и это выступает результирующим итогом предыдущих пунктов, социально-экономическое развитие четко соотносится с увеличением продолжительности его жизни населения страны. Поэтому, если оценить и государственное управление, и общественное регулирование, то оценка результатов этих сфер деятельности выходит далеко за пределы чисто экономических показателей и тем более показателя экономического роста, который сегодня активно обсуждается. Ведь часто бывает рост, но без развития!

Логунова Людмила Владимировна

психолог, председатель правления Гомельского благотворительного общественного объединения «Центр поддержки семьи и материнства «Мамалето»

Организация образовательного курса для женщин по освоению методов распознавания плодности

По данным Белорусского статистического комитета за последние 10 лет в республике наблюдается снижение среднегодовой численности населения с 9 506 765 в 2009 г. до 9 483 499 в 2018 г. (-0,2%), обусловленное последствиями демографического кризиса 1990-х годов. Более значимо — на 11,4% — уменьшилось число женщин репродуктивного возраста: с 2 494 974 до 2 210 262 [1].

Значимое снижение рождаемости наблюдается с 2016 г.: показатель с 12,4‰ уменьшился до 9,9‰ в 2018 г. Снижение показателя рождаемости закономерно связано с уменьшением суммарного коэффициента рождаемости с 1,73 в 2016 г. до 1,45 в 2018 г., увеличением среднего возраста матери при рождении ребенка с 28,9 до 29,4 лет, что не обеспечивает простого воспроизводства населения [1].

Удельный вес бесплодных супружеских пар в Республике Беларусь составляет 14,5–15 %. Все это зачастую приводит к распаду семьи, а также к ухудшению демографической ситуации. [2]. По данным ВОЗ, увеличение количества бесплодных браков до 15% от общего числа семейных пар рассматривают как неблагоприятную демографическую ситуацию [3].

Несмотря на тенденцию к снижению, по-прежнему остается высоким уровень абортов в нашей республике. За прошлый 2018 год в РБ их совершено 23,3 тысячи, на 100 родов пришлось 24,7 абортов [1]. Интересным оказалось исследование местного общественного благотворительного объединения «Центра поддержки семьи и материнства «Матуля», сотрудники которого занимаются доабортным консультированием в женских консуль-

тациях г.Минска. В результате опроса 360 женщин с нежелательной беременностью выявлено, что 201 из них (68%) использовала какой либо метод контрацепции и забеременела. Это говорит либо о неэффективности средств контрацепции, либо неправильном их использовании при низком уровне репродуктивной грамотности и отсутствии осознанного отношения к появлению новой жизни у женщин, решившихся на аборт [4].

Использование оральных гормональных контрацептивов женщинами имеет риски снижения репродуктивного и, в целом, соматического здоровья. В 3,6 раз повышается риск венозной тромбоэмболий [7,9], (смерть от них наступает в 1-2% случае), увеличивается риск гормонозависимых онкологических заболеваний, в том числе заболеваний молочных желез (в структуре онкологических заболеваний это заболевание занимает первое место в мире у женщин), заболеваний печени и шейки матки [7, 8].

Однако есть альтернативные методы. Согласно ВОЗ, методы распознавания плодности — МРП (или методы естественного планирования семьи) используются как для откладывания зачатия, так и для успешного планирования беременности. Они основываются на наблюдении за изменениями признаков плодности, происходящих в течение менструального цикла женщины и определении плодного и неплодного периода менструального цикла. А также в воздержании от интимных отношений в плодный период, если зачатие не планируется [5]. Эффективность МРП сопоставима с эффективностью комбинированных оральных контрацептивов принадлежащем их применению, индекс Перля применения МРП составляет 0,4 [6].

Использование симпотермального метода распознавания плодности (СТМРП) позволяет женщине самостоятельно определять плодный период менструального цикла. А значит успешно планировать и откладывать зачатие, не имея ни побочных эффектов, ни материальных затрат.

Знания о физиологии плодности помогают женщине с нерегулярными циклами самостоятельно определить фазу цикла, в которой она находится, что позволяет избежать похода к врачу. С помощью СТМРП супружеская пара самостоятельно устанавливает факт наступившей беременности. Что позволяет откорректировать образ жизни и своевременно исключить факторы, оказывающие неблагоприятное воздействие на плод.

Метод формирует осознанное отношение к репродуктивному здоровью и позволяет осмыслить возможность зачатия в каждом менструальном цикле. Основными достоинствами метода распознавания плодности являются его безопасность и доступность.

Научное обоснование и эффективность методов естественного планирования семьи была доказана исследовательскими группами в Европе, при участии и поддержке Всемирной организации здравоохранения. Исследования проводятся на базе институтов, занимающиеся исследованием методов распознавания плодности и подготовкой учителей. Это Европейский институт семейного образования, Бирменгемский университет и Королевский колледж акушеров и гинекологов (Великобритания), Институт Исследования

ния человеческой плодноты им. Павла VI, созданный на базе Университета Крейтона (Омаха, США), Варшавский медицинский университет и др. В разных странах созданы ассоциации учителей методов распознавания плодноты. В частности активно работают английская, немецкая, итальянская, польская, ирландская, американская ассоциации МРП, австралийская ассоциация учителей метода Билингса.

Для решения задач сохранения репродуктивного здоровья в Республике Беларусь необходима популяризация Методов распознавания плодноты. Волонтерами Гомельского благотворительного общественного объединения «Центр поддержки семьи и материнства «Мамалето» подготовлен образовательный курс по освоению СТМРП.

Участниками образовательного курса являются: женщины, которые планирует беременность, в том числе и при диагнозе бесплодие; женщины, которые желают эффективно отложить зачатие без использования контрацептивов; молодые девушки, ответственно относящиеся к своему здоровью.

Основными целями курса являются: формирование у женщин ответственного отношения к своему репродуктивному здоровью, его сохранению и восстановлению; обучение симпотермальному методу распознавания плодноты английской модификации двойного подтверждения и умению применять его в своей жизни.

Задачи курса: сформировать представление о факторах, которые негативно влияют на репродуктивное здоровье; дать женщинам знания об особенностях женского и мужского репродуктивного здоровья, о его сохранении и поддержании; сформировать навыки применения симпотермального метода распознавания плодноты;

Курс состоит из 6 занятий. На занятиях женщины в сопровождении гинеколога и психолога, которые имеют специальную подготовку и являются преподавателями МРП II ступени, знакомятся с анатомией и физиологией женской и мужской репродуктивных систем, гормональным регулированием менструального цикла, изучают признаки плодноты, учатся интерпретировать полученные наблюдения, определяют свой плодный и неплодный периоды в менструальном цикле, оценивают свою способность к зачатию и вынашиванию потенциальной беременности. А также изучают принципы питания и образа жизни, способствующие сохранению и восстановлению репродуктивного здоровья, навыки управления стрессом, психологию отношений между мужчиной и женщиной и эффективные способы общения в семье.

Авторы и реализаторы образовательного курса планируют следующие конкретные, измеряемые и ожидаемые результаты: участницы курса знают суть работы женской и мужской репродуктивных систем; участницы курса ведут индивидуальные наблюдения за признаками плодноты; участницы курса умеют интерпретировать данные наблюдений и проводить диагностику менструального цикла; участницы курса знают сущность и принцип дей-

ствия различных способов контрацепции, осознанно не используют методы, которые наносят вред детородному здоровью.

Организация образовательных курсов по освоению методов распознавания плодности имеет определенные трудности: недостаточное количество специалистов, обученных методу и имеющих достаточную квалификацию для преподавания; недостаточная информированность медицинских работников о научном обосновании и эффективности МРП; недоверие врачей естественным методам планирования семьи; достаточно протяженный период обучения — около 6 месяцев. Перспективным направлением является организация онлайн-обучения методу распознавания плодности. Это позволит обеспечить доступность освоения знаний, увеличит охват населения, будет способствовать популяризации метода, сохраняющего репродуктивный потенциал семьи.

1. Демографический ежегодник Республики Беларусь, 2019 [Электронный ресурс] // Национальный статистический комитет Республики Беларусь. — Режим доступа: <http://www.belstat.gov.by/upload/iblock/1c0/1c05351f61eba273e04b71df0036594a.pdf> — Дата доступа 02.12.2019.
2. Основы вспомогательных репродуктивных технологий в лечении бесплодия: О-75 учебно-методическое пособие / С. Д. Шилова [и др.]. — Минск: БГМУ, 2017. — 44 с. // [Электронный ресурс] — Режим доступа: <http://rep.bsmu.by/bitstream/handle/BSMU/18507/978-985-567-825-1.Image.Marked.pdf?sequence=1&isAllowed=y> — Дата доступа: 02.12.2019.
3. Гинекология. Национальное руководство/под редакцией В.И.Кулакова, Г.М. Савельевой, И.Б. Манухина. — 2009. — 1088 с.
4. Сердюк, В. В. Выбор методов контрацепции женщинами, прерывающими беременность: из опыта консультирования волонтеров центра «Матуля». — Сборник статей межрегиональной научно-практической конференции с международным участием «Механизмы профессиональной командной работы с семьей в ситуации репродуктивного выбора». — Красноярск, 2017. — С. 115-122.
5. World Health Organization Regional Office For Europe «FERTILITY AWARENESS METHODS» Copenhagen, 1987, с. 38-40.
6. Медицинские критерии приемлемости для использования методов контрацепции. 5-ое издание. — Всемирная организация здравоохранения. — 2015.
7. Инструкция к комбинированным оральным контрацептивам — Ярина, Клайра, Джес, раздел «Особые указания». http://www.bayerpharma.se/ebbsc/cms/sv/_galleries/dow. 02.12.2019
8. International Agency for Research on Cancer GLOBOCAN 2012 Estimated cancer Incidence, Mortality and Prevalence WordWide in 2012.—URL: // http://globocan.iarc.fr/Pages/fact_sheets_population.aspx 02.12.2019
9. Ярмолинская М.И., С.А. Маклецкая, И.Д. Ипастова Информированный оптимизм КОК и тромбозы: взгляд реалиста. — // Status Praesens. — №4. — 2017.

Лукин Сергей Владимирович

д.э.н., профессор, профессор кафедры международного менеджмента экономического факультета БГУ