

6.4. MIS OHUSTAB LOODET? RASEDUSE VÄLTIMINE. SUGUHAIGUSED.



MÕTLE JA ARUTLE!

1. Mis on võimaliku raseduse esimene tunnus?
2. Kui kaua kestab normaalne rasedus?

Loodet ohustavad tegurid

Esimesed arengukuud on arenevale lootele ohtlikud. Loode on väga tundlik võimalike kahjustuste suhtes.

Esimestel arengukuudel arenevad välja organid ja jäsemed. Seetõttu võivad raseduse esimestel kuudel saadud kahjustused põhjustada lootel kehalisi vääär-arenguid. Samuti võivad need põhjustada raseduse katkemist.

Kahjustused raseduse viimastel kuudel põhjustavad tulevasel lapsel häireid lihaste, närvisüsteemi või organite töös.

Loodet võivad kahjustada ema haigused, keemilised ühendid, aga ka füüsilised tegurid.

Ema haigused

Haigustekitajate jõudmist areneva looteeni takistab platsenta.



Loodet saab uurida ultraheliga.

Osa haigustekitajaid aga suudavad ema verest areneva looteni tungida ja teda kahjustada.

Ohtlik haigus on punetised. Kui ema haigestub punetistesse esimese kolme raseduskuu ajal, siis võib sündida väärarenguga laps.

Lisaks viirustele võivad loodet kahjustada bakterid ja algloomadest toksoplasma. Toksoplasma edasiandjaks on kassid. Seetõttu peaks lapseootel naine vältima kokkupuudet kasside väljaheitega.



Toksoplasma võib põhjustada raseduse katkemist.

Keemilised ühendid

Arenevat loodet võivad kahjustada taimekaitsemürgid, lahustid, liimid, värvid, ka kodukeemia vahendid. Looatele on kahjulikud ka nikotiin, alkohol ja narkootikumid.

Ettevaatlik tuleb olla ka ravimitega, eriti **antibiootikumidega**. Rase naine ei tohi kunagi ravimeid ise tarvitada. Alati tuleb nõu küsida arstilt. Tulevasele lapsele ja emale on kahjulikud ka saastunud elukeskkond ja saastunud toit.

Füüsikalised tegurid

Kahjulikud on löögid, põrutused, pidev rappumine, kitsad riided ja mitmesugused kiirgused, näiteks röntgenikiirgus.

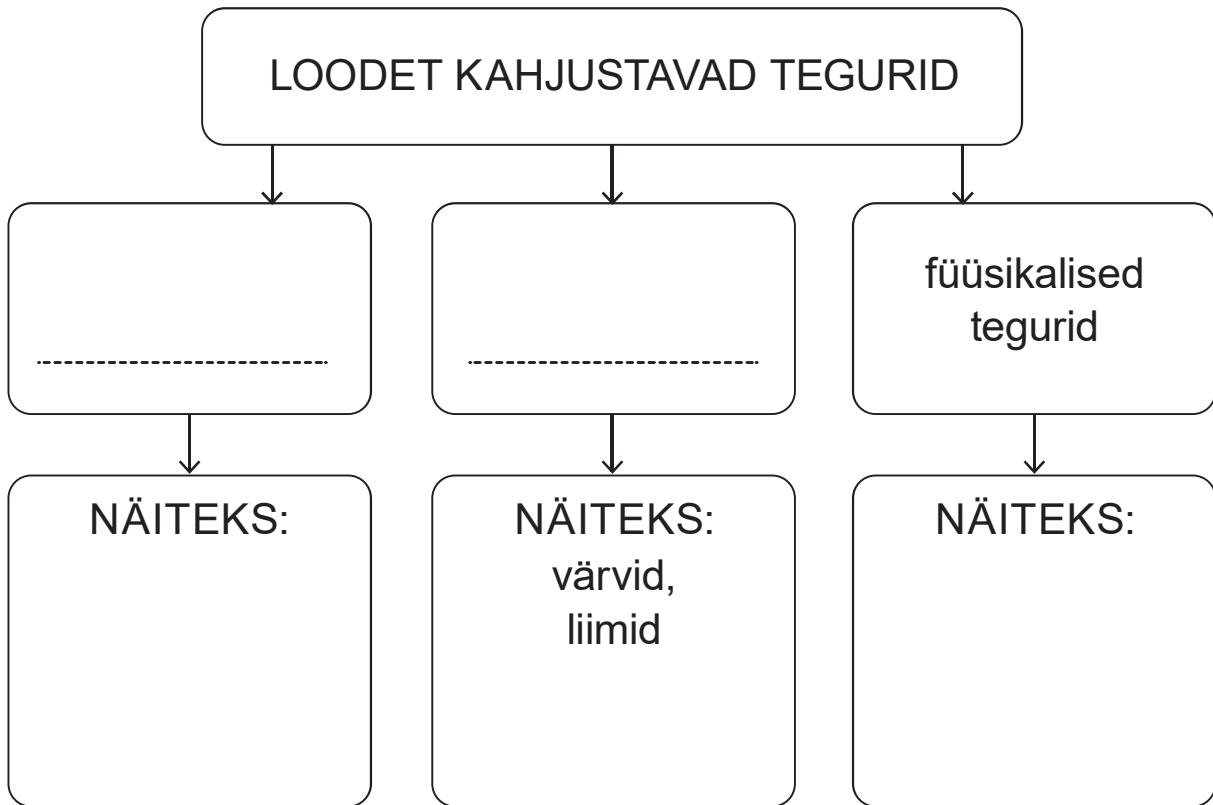
ÜLESANNE 1

**Miks esimestel raseduskuudel toimunud kahjustused võivad põhjustada füüsilisi väärarenguid?
Arutlege koos.**

ÜLESANNE 2

Mis võib loodet ohustada?

Täienda mõistekaarti.



Kuidas hoida ära soovimatut rasedust?

Kui inimene ei soovi lapsi saada, tuleb kasutada sobivat rasedusvastast vahendit. Naine võib rasestuda juba esimese sugulise vahekorra järel.

Raseduse vältimise eest vastutavad mõlemad, nii mees kui ka naine. Pere planeerimine annab võimaluse saada laps siis, kui teda soovitakse.

Raseduse ärahoidmiseks on erinevaid meetodeid.

Meeste kondoom ehk preservatiiv ei lase spermidel tungida naise suguteedesse. See takistab ka haigustekitajate levimist suguelunditesse. Õigesti kasutades hoiab kondoom rasestumise ära.

Beebipillid ehk rasedust ära hoidvad tabletid

takistavad munarakkude valmimist ja liikumist munajuhasse. Need hoiavad ära soovimatu raseduse, kui neid tarvitatakse täpselt juhise järgi. Sobivad tabletid aitab leida arst.



Rasestumisvastased vahendid

SOS-pillid ehk häda-abi-pillid takistavad munaraku eraldumist, viljastumist ja kinnitumist emakasse. Neid tablette võib kasutada vaid erijuhtumitel pärast kaitsmata vahekorda või kui kondoom puruneb. Need tabletid aitavad siis, kui neid võtta võimalikult kiiresti, mitte hiljem kui kolm päeva pärast vahekorda. Neid tablette ei tohi võtta sagedamini kui kord kuus. Ka ei ole need mõeldud asendada rasestumisvastaseid tablette. Valel kasutamisel võivad need tekitada tugevaid kõrvaltoimeid.

Emakasisene vahend ehk spiraal takistab viljastumist ja munaraku pesastumist emakasse.

See on meetod, mida soovitatakse ainult sünnitanud naistele.

Katkestatud vahekord on see, kui vahekord katkestatakse enne seemnepurset, et hoida ära spermide sattumine naise suguteedesse. See on väga ebakindel meetod, sest osa sperme hakkab eralduma juba enne seemnepurset.

Bioloogiline ehk kalendri-meetod on selline, kus arvutatakse ovulatsioonipäev ja loobutakse sel ajal seksuaalelust või kasutatakse sel ajal kondoomi. See on samuti ebakindel meetod, sest menstruaaltsükkel ei ole alati täpne.

ÜLESANNE 3

1. Millised vahendid kaitsevad kõige paremini raseduse eest? Jooni õiged vastused.

- kalendrimeetod
- beebipillid
- emakasisene rasestumisvastane vahend
- kondoom
- katkestatud vahekord

2. Miks pole katkestatud vahekord ja kalendrimeetod usaldusväärsed?

Abort

Abort on raseduse iseeneslik katkemine või selle katkestamine kunstlikult. Rasedust võib kunstlikult katkestada naise soovil, kui see pole kestnud kauem kui 11 nädalat.

Kui raseduse katkestamiseks on meditsiinilised põhjused, võib arstide otsusega katkestada rasedust kuni 21. nädalani.

Abordiga kaasnevad alati terviseriskid. Protseduuri käigus võivad emakakael ja emakas viga saada ning tekkida verejooksud.

Abordi tagajärjeks võib olla ka põletik, mistõttu naine enam edaspidi lapsi ei saa. Seetõttu on mõistlik soovimatu raseduse vältimiseks kasutada rasestumisvastaseid vahendeid.

Abort ei ole raseduse vältimiseks õige meetod. Lisaks füüsilistele probleemidele võib see naises tekitada ka süütunnet ning kahjustada peres omavahelisi suhteid.

ÜLESANNE 4

Vasta küsimustele.

1. Mis on abort?

2. Mitmenda nädalani võib teha aborti naise soovil?

3. Mitmenda nädalani võib teha aborti meditsiinilistel põhjustel?

4. Millised terviseriskid abordiga kaasnevad?

Sugulisel teel levivad haigused

Sugulise vahekorra ajal võib nakatuda suguhaigustesse. Osa neist haigustest on sellised, mis mõjutavad kogu organismi. Sagedasemad suguhaigused on trihhomonoos, klamüdioos, gonorröa. Kõige ohtlikum sugulisel teel leviv haigus on aids.

Suguhaigusesse nakatumine on kerge, sest mõni haigus kulgeb ilma haigustunnusteta ja inimene ei teagi, et ta on haige.

Enamikul suguhaigustel on siiski kindlad tunnused.

Kui pärast vahekorda tekib suguelundites valu, sügelus, kõrvetus-tunne või tekib ebameeldiv eritis suguelunditest, võib kahtlustada haigestumist mõnda suguhaigusesse.

Kui selline kahtlus tekib, tuleb kindlasti minna arsti juurde.

Kui haigust ei ravita, siis see süveneb ja võib põhjustada isegi viljatust. Ilma perearsti saatekirjata saab pöörduda nahaarsti, noorte nõustamiskeskuse arsti või naistearsti vastuvõtule.

Kui haigus on diagnoositud, tuleb ravida ka partnerit.

Haigestumise riski vähendamiseks tuleb sugulise vahekorra ajal kasutada kondoomi. Kindlasti tuleb kasutada kondoomi siis, kui tegemist pole püsiva kaaslasega. Kahjuks ei anna ka kondoom alati täielikku kaitset.

ÜLESANNE 5

Vasta küsimustele.

1. Milline vahend hoiab ära soovimatu raseduse ning samal ajal kaitseb ka suguhaiguste eest?

2. Mille järgi saad aru, et oled võib-olla nakatunud suguhaigusesse?

3. Kust leiad abi, kui kahtlustad enda nakatumist suguhaigusesse?

4. Miks tuleb alati ravida mõlemat partnerit?

Aids

Aids on üks raskemaid sugulisel teel levivaid haigusi. Lisaks sugulisele nakatumisele võib aidi nakatuda ka haige inimese verega kokku puutudes.

Haigust põhjustab HI-viirus.



Vereproov HI-viiruse määramiseks

Nakatunud inimene ei tea algul, et ta on haige, sest haigus-tunnused puuduvad. Sel ajal aga viirus inimese organismis paljuneb ja üha nõrgestab tema vastupanuvõimet haigustele. Nakatunu hakkab üha sagedamini haigestuma, tekivad sellised haigused nagu kopsupõletik ja isegi vähkkasvajad.

Tänapäeval on võimalik viiruse levikut organismis takistada ja haiguse teket edasi lükata. Aidsi pole aga võimalik välja ravida.

Kui tekib kahtlus, et ollakse nakatunud, tuleb teha vereproov. Kui see näitab veres viirusevastaseid antikehasid, tuleb alustada ravi. Vereproovi teeb perearst. Võib ka pöörduda HIV nõustamis- ja testimiskabinetti, mis on olemas suuremates linnades.

Kõige olulisem on vältida viirusega nakatumist.

Selleks tuleb

- kasutada juhusliku vahekorra ajal kondoomi
- vältida kokkupuudet võõra inimese verega
- vältida juhuslikes kohtades tätoveeringute tegemist ja keha augustamist
- vältida teise inimesega sama süstla kasutamist (seda teevad narkomaanid).

ÜLESANNE 6

Otsusta, kas lause on tõene või väär.



Kahtluse korral vaata internetilehelt hiv.ee

- | | | |
|---|-------|------|
| 1. HI-viiruse võib saada ka teise inimese verega kokku puutudes. | TÕENE | VÄÄR |
| 2. Aids on kerge haigus, sest tal puuduvad haigustunnused. | TÕENE | VÄÄR |
| 3. HI-viirus nõrgestab inimese vastupanuvõimet haigustele. | TÕENE | VÄÄR |
| 4. Aidsi on võimalik täielikult välja ravida. | TÕENE | VÄÄR |
| 5. HI-viirus jääb alati inimese organismi. | TÕENE | VÄÄR |
| 6. HI-viiruse võib saada ka kõrvaaukude või tätoveeringute tegemisel. | TÕENE | VÄÄR |
| 7. HI-viirus levib ka suudlemisel. | TÕENE | VÄÄR |
| 8. HI-viirus võib levida ka verdimevate putukatega. | TÕENE | VÄÄR |