

УДК 614

*Д.И. Федоренков*

*D.I. Fedorenkov*

*Научный руководитель ассистент кафедры «Безопасность*

*жизнедеятельности» Я.Т. Зайнуллина*

*Scientific adviser assistant Y.T. Zainullina*

ФБГОУ ВО «Казанский государственный энергетический университет»,

г. Казань, Россия

Kazan State Power Engineering University, Kazan, Russia

*dif-96@mail.ru*

**Влияние здорового образа жизни и экологии  
на репродуктивную систему человека  
The impact of a healthy lifestyle and ecology  
on the reproductive system of man**

*Аннотация.* В статье будут рассмотрены эколого-генетические аспекты репродуктивного здоровья.

*Abstract.* This article will be considered ecological and genetic aspects of reproductive health.

*Ключевые слова:* аспекты репродуктивного здоровья, экология, генетика, научно-технический прогресс, исследования.

*Keywords:* reproductive health aspects, ecology, genetics, scientific and technical progress of the study.

Здоровье – бесценный дар жизни и её основа. Крепкое здоровье открывает возможности для всех свершений и достижений человека. Права народная пословица: «Деньги – медь, одежда – тлен, а здоровье всего дороже» [1, с. 29].

В настоящее время в силу многих причин, в особенности экологии городов и загрязнения окружающей среды мутагенами 4—5% детей рождаются

с наследственными нарушениями, 10—20% детской смертности связано с наследственной патологией.

Состояние здоровья населения, «физическое и душевное» благополучие в значительной степени зависят от наличия и перераспределения генетической информации, которую вид накопил в процессе эволюции [2, с. 179].

По определению Всемирной организации здравоохранения, репродуктивное здоровье – это важнейшая составляющая общего здоровья человека. Оно подразумевает состояние полного физического, умственного и социального благополучия, характеризующее способность людей к зачатию и рождению детей, возможность сексуальных отношений без угрозы заболеваний, передающихся половым путем, гарантию безопасности беременности, родов, выживание и здоровье ребенка, благополучие матери, возможность планирования следующих беременностей, в том числе и предупреждение нежелательных. Другими словами, репродуктивное здоровье – это возможность зачать, выносить и родить здорового ребенка [3].

Экология и здоровый образ жизни играет большую роль в жизни каждого человека, а также в увеличении количества здоровых жителей на планете Земля. Из чего следует, что экология и здоровый образ жизни тесно взаимосвязаны между собой.

Окружающая среда, качество которой соответствует нормальным условиям проживания живых существ, называется благоприятной. Такой средой является совокупность постоянно функционирующих экологических систем и окружающих объектов естественной и искусственной природы создания. Право человека на благоприятные условия жизни обеспечивается соблюдением им экологических нормативов, экономии природных ресурсов и регулярным проведением природоохранных мероприятий. Но, к сожалению, эти условия не соблюдаются, так как под воздействием самого человека свойства окружающей среды изменяются, в результате страдает будущее человечества.

Источники загрязнения среды различны. Добыча природных ресурсов, возвращение в природу огромной массы отходов хозяйственной деятельности человека, загрязнение гидросферы, загрязнение атмосферы, загрязнение литосферы, радиоактивное загрязнение – всё это влияет на репродуктивное состояние человека.

В настоящее время атмосферный воздух на большей части территории РФ характеризуется высоким уровнем загрязнения химическими токсикантами. Большинство из них (оксиды азота, сероуглерод, фенол, формальдегид, сероводород, диоксид серы, аммиак.) относятся к веществам 2–3 класса опасности; характеризуются высокой токсичностью, преимущественно нейротропным влиянием, мутагенным, тератогенным (нарушение эмбрионального развития), гонадотоксическим (ослабление половой потенции и бесплодие у мужчин и женщин), эмбриотоксическим эффектами (негативное влияние на зиготу). Более половины веществ поступают в организм человека через легкие, которые не имеют химического заслона.

Состояние здоровья женщины во многом определяется состоянием ее здоровья в подростковом возрасте. Группа исследователей изучила состояние здоровья девочек-подростков [4]. У них был зарегистрирован высокий уровень общей заболеваемости и накопление хронической патологии с возрастом. Наиболее высокий показатель заболеваемости выявлен в 18–19 лет. У 54 % девочек преобладали заболевания органов дыхания, инфекционные болезни, заболевания органов пищеварения, гинекологические заболевания. В периоде полового созревания девочки РЭН отставали в физическом и половом развитии от своих сверстниц из района сравнения.

С самых первых дней жизни организм девочки готовится к материнству. В детстве закладываются основы ее будущего женского здоровья. Однако в подростковом возрасте наступает переломный момент некоторые девочки начинают курить, выпивать, употреблять наркотики, вести беспорядочную половую жизнь. Отсюда – аборт, заболевания, передающиеся половым

путем, так что к репродуктивному возрасту женщины нередко подходят с многими проблемами, из-за которых потом не могут родить или переносят беременность с большими проблемами. В итоге, у каждого 4-го новорожденного в России имеются отклонения в состоянии здоровья, именно поэтому так важно говорить о ведении здорового образа жизни девушек с самого раннего возраста [4].

Отмечено, что значительную роль в здоровье мужчины так же играют экологические факторы образа жизни самого человека [5]. В связи с наблюдением ухудшения репродуктивного здоровья мужчин, доктором медицинских наук Ш. Н. Галимовым было организовано исследование оценки детородной функции мужчин в промышленных городах России [6]. Было установлено, что содержание в крови обследованных мужчин основного полового гормона — тестостерона оказалось в 1,5-2 раза ниже нормативных значений. В этой же группе были обнаружены нарушения со стороны спермы — примерно 50% обследованных имели те или иные признаки патологии.

Данные, полученные исследователями, просто ошеломляют. Результаты научно-технического прогресса, которые должны были приносить пользу для человечества, одновременно являются и причиной ухудшения репродуктивной здоровья и деятельности человека.

Таким образом, «плохая» экология и «не здоровый образ жизни» влияют на репродуктивную систему, изменяют качество здоровья человека. Отрицательное воздействие непрерывно. Каждое последующее поколение унаследует здоровье предыдущего, что, в свою очередь, предрешит будущее всего поколения. В итоге настанет такое время, когда репродуктивное здоровье людей окажется не способным продолжать род.

### **Список литературы**

1. Крепша Н.В. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие для иностранных студентов / Н.В. Крепша; Национальный исследовательский Томский политехнический ун-т. Томск: издательство Томского политехнического ун-та, 2014. 198 с.

2. Хван Т.А., Хван П.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Серия «Сдаем экзамен». Ростов н/Д: «Феникс», 2002. С. 320.
3. Проект благотворительного фонда «Здоровье женщины и планирование семьи». [Электронный ресурс]. Режим доступа [http://www.reprohealth.info/for/men\\_and\\_women/rhr/rp](http://www.reprohealth.info/for/men_and_women/rhr/rp).
4. Андреева М. В. Влияние многолетней антропогенной нагрузки на здоровье женской популяции крупной промышленной агломерации, пути его профилактики // Вестн. Волгогр. гос. ун-та. Сер. 3, Экон. Экол. 2013. № 2 (23). С. 239-246.
5. Сайт Медицинская информационная сеть. Электронный ресурс. Режим доступа [http://www.medicinform.net/zog/zog\\_gig21.htm](http://www.medicinform.net/zog/zog_gig21.htm).
6. Галимов Ш.Н., Фархутдинов Р.Р., Галимова Э.Ф., Гизатуллин Т.Р. Влияние экстремальных факторов на мужскую репродуктивную систему // Проблемы репродукции, 2010. N 4. С. 60-65.