

«Центр общественного здоровья и медицинской профилактики»

# Школа мужского репродуктивного здоровья

## Занятие 1

**Анатомия и физиология мужской репродуктивной системы.**

**Правила гигиены половой жизни**

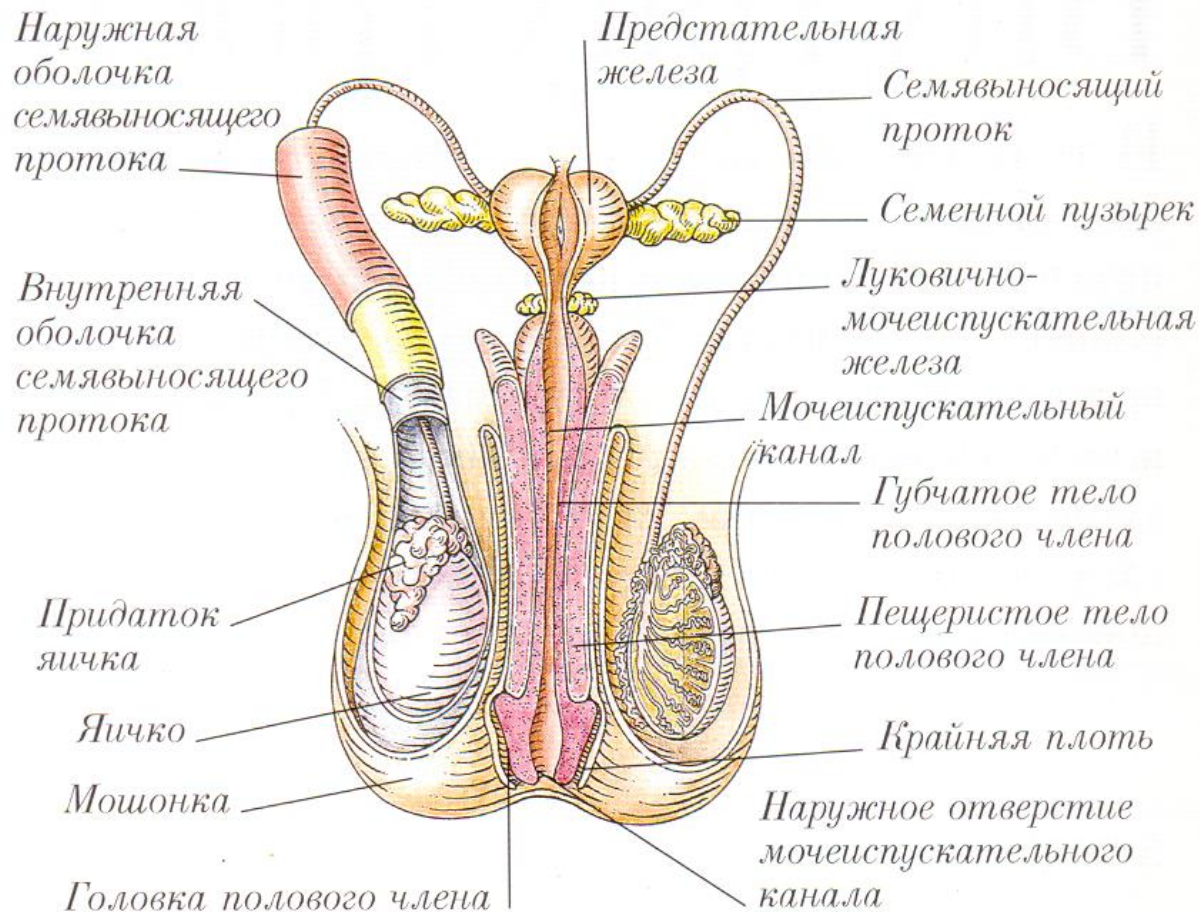


# Особенности мужской репродуктивной системы

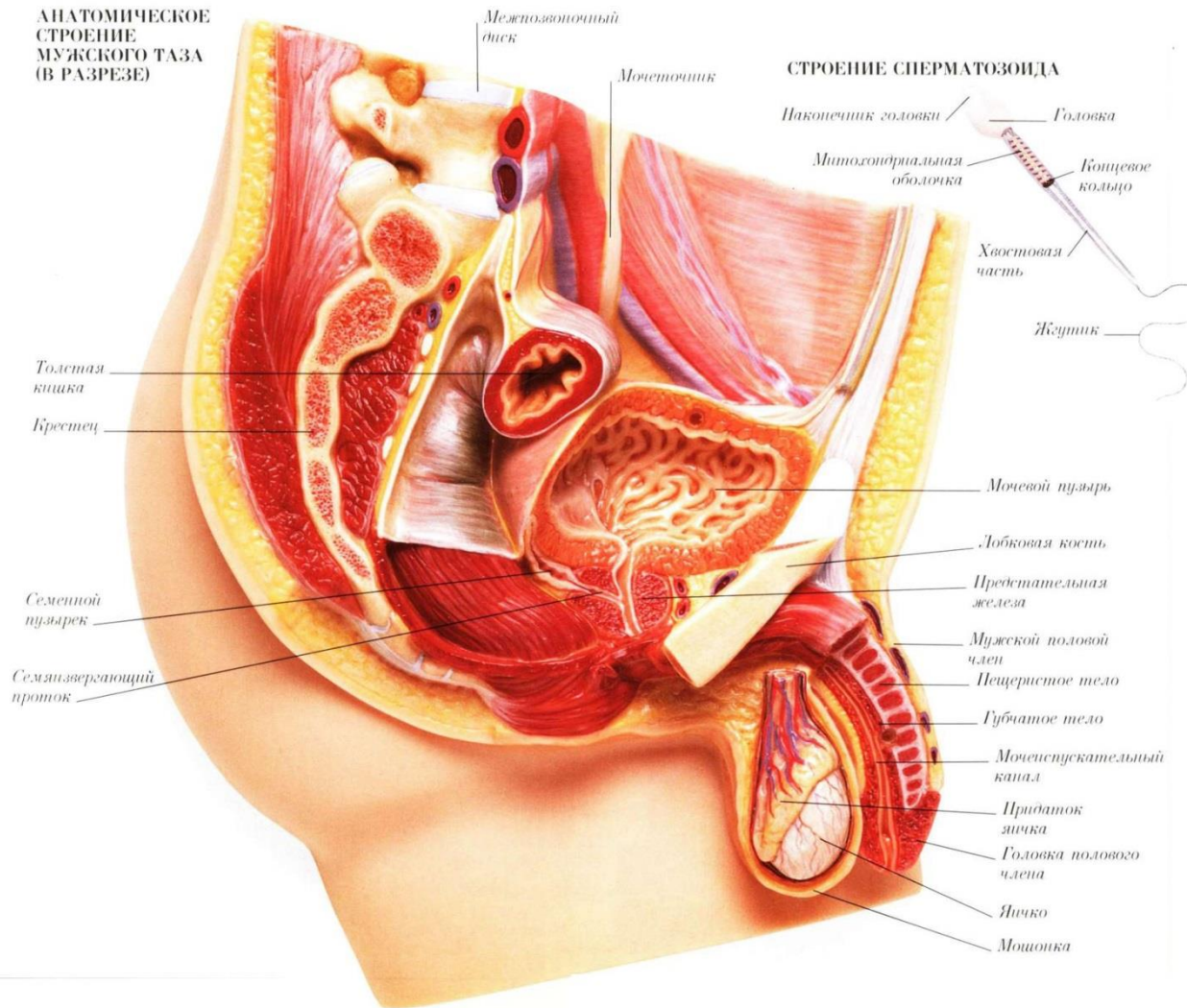
- Более поздние сроки созревания (18-21 год), чем у женщин
- Большая обособленность половых органов
- Единство мочевыделительной и половой систем
- Разделение половых органов на наружные и внутренние и, как следствие, значительное влияние на репродуктивную систему внешних факторов

# Строение мужских половых органов

## МУЖСКИЕ ПОЛОВЫЕ ОРГАНЫ



# Анатомическое строение мужской половой системы



# Функции половых органов

**Яички:** выработка половых гормонов (например, тестостерона) и сперматозоидов

**Мошонка:** поддержание температуры и механическая защита яичек

**Половой член:** транспорт мочи и спермы

# Функции половых органов

**Семявыносящие протоки:** транспорт сперматозоидов от яичек до предстательной железы

**Предстательная железа (простата):** выработка жидкой составляющей спермы, удержание мочи (мышечный аппарат) от самопроизвольного истечения из мочевого пузыря

**Семенные пузырьки:** вырабатывают слизь для предотвращения подсыхания стенок мочеиспускательного канала

# Изменения репродуктивной системы юноши в процессе полового созревания

- Увеличение семенников и наружных половых органов
- Припухание грудных желез в области пигментированного кружка вокруг соска
- Увеличение количества вырабатываемого гормона — тестостерона
- Усиление деятельности сальных, потовых желез

# Появление вторичных половых признаков

- Появление растительности на лобке, в подмышечных впадинах
- Рост усов, волос на подбородке, на груди
- Тело приобретает типичные мужские очертания. Формируется мускулатура по мужскому типу
- Меняется голос

# Признаки наступления половой зрелости

- Поллюции и образование в семенниках зрелых сперматозоидов
- Начало поллюций делает юношу не только взрослым и способным к деторождению, но и социально ответственным за своё поведение перед друзьями, родителями, школой, обществом

# Понятие гигиены

**Гигиена** — это система мер по предотвращению воздействия на организм вредных факторов.

Гигиена включает в себя:

- уход за телом
- гигиена поведения
- здоровый образ жизни



# Гигиена тела

Может не иметь непосредственного отношения к половым органам.

Включает в себя:

- ежедневные водные процедуры
- ежедневная гигиена половых органов
- своевременная смена белья
- уход за кожей лица и волосами
- уход за полостью рта

# Гигиена поведения

- Умение сказать «нет»
- В сексуальных отношениях партнеры равны
- Ответственность за последствия «неправильных» отношений лежит на обоих партнерах
- Беспорядочные половые связи вредны для здоровья

# Здоровый образ жизни

- Режим дня, учитывающий пол, возраст и биоритмы конкретного человека
- Рациональное питание
- Полноценная физическая активность
- Отказ от вредных зависимостей
- Участие в профилактических осмотрах и других оздоровительных мероприятиях

# Гигиена тела

Для того, чтобы избежать возникновения баланопостита необходимо своевременно удалять скопившуюся смегму, ежедневно обмывая головку полового члена и крайнюю плоть теплой водой с мылом.

Необходимо обмывать половые органы теплой водой после поллюций, полового акта.

# Гигиена тела

- Нижнее белье должно быть из неплотной ткани и хорошо впитывать влагу. Менять его следует ежедневно
- Необходимо регулярно опорожнять кишечник утром, сразу же после пробуждения, или перед сном
- В подростковом возрасте не допустимы случайные половые связи, т.к. их пагубные последствия могут повлиять на здоровье и потенцию

# О некоторых болезнях половых органов...

## **Варикозное расширение вен семенного канатика яичка — «варикоцеле»**

Для того, чтобы не пропустить это опасное заболевание необходимо проходить регулярные профилактические осмотры у хирурга или уролога (1 раз в год).

## **Острые заболевания яичка**

Внешние проявления: отек, покраснение, боли в области мошонки. Развиваются в течение нескольких часов и требуют немедленной хирургической коррекции.

# Спасибо за внимание

