



ЗДРАВСТВЕНО
ВАСПИТАЊЕ
О
РЕПРОДУКТИВНОМ
ЗДРАВЉУ



SPORT I OMLADINA VOJVODINE
SPORT AND YOUTH OF VOJVODINA

проф. др Александра Капамаџија
проф. сци Марија Зотовић
доц. др Снежана Укропина
проф. др Душанка Добановачки
др Лидија Туро

ЗДРАВСТВЕНО ВАСПИТАЊЕ О РЕПРОДУКТИВНОМ ЗДРАВЉУ



SPORT I OMLADINA VOJVODINE
SPORT AND YOUTH OF VOJVODINA

Уредница:

проф. др Александра Капамација, гинеколог

Ауторке:

проф. др Александра Капамација, гинеколог

проф. сци Марија Зотовић, психолог

доц. др Снежана Укропина, специјалиста социјалне медицине

проф. др Душанка Добановачки, уролог

др Лидија Туро, епидемиолог

За издавача:

Мариника Чобану,

Покрајинска секретарка за спорт и омладину

Аутономне покрајине Војводине

Издавач:

Покрајински секретаријат за спорт и омладину

Аутономне покрајине Војводине

Дизајн и графичко уређење:

Дуња Шашић

Илустрације:

Марина Милановић

Штампа:

Sapient Graphics

Београд

Тираж:

1500 примерака

август 2013. године

САДРЖАЈ

УВОДНА РЕЧ	9
ЗАХВАЛНИЦА	11
УВОД	13
Сексуално образовање у Европи	16
Каквих има врста сексуалног образовања?	17
Сексуално образовање у Србији	19
ЗДРАВЉЕ И ЗДРАВСТВЕНО ВАСПИТАЊЕ	21
Шта је здравље и како се оно постиже?	21
Показатељи здравља становништва Војводине	22
Витално-демографски показатељи здравља Војводине	22
Најчешћи узроци смрти становништва Војводине	23
Раширеност фактора ризика по здравље (понашање и здравље) у Војводини:	23
Организација и рад здравствене службе у Војводини – основни подаци	25
МЕЂУЉУДСКИ ОДНОСИ	27
I Увод у међуљудске односе	27
1. Зашто ступамо у међуљудске односе?	27
2. Какви све могу бити међуљудски односи?	27
3. Шта је пријатељство?	28
4. Да ли друштво у коме живимо утиче на наше међуљудске односе?	29
5. Како наши међуљудски односи могу постати квалитетнији?	30

II	Формирање љубавних веза: удварање и забављање	31
	1. Зашто тежимо љубавним везама?	31
	2. Како започиње љубавна веза?	32
	3. У ком узрасту је нормално да се почне са забављањем?	33
	4. Како изгледа љубавни састанак?	33
	5. Остваривање љубавне везе: шта је заљубљеност, а шта права љубав?	34
	6. Да ли је љубомора саставни део љубавне везе?	36
III	Сексуална активност у љубавним везама	37
	1. Да ли је сексуални или интимни физички контакт део упознавања?	37
	2. Шта ако сте под притиском да имате секс током упознавања или удварања?	37
	3. Шта задовољавајући сексуални однос пружа људима?	38
	4. Зашто млади људи понекад осећају притисак да ступе у сексуалне односе?	39
	5. Да ли друштво у коме живимо утиче на наше љубавне везе?	40
	6. Шта може изазвати проблеме у љубавним везама?	41
ВЕШТИНЕ КОМУНИКАЦИЈЕ И ДОНОШЕЊА ОДЛУКА		43
I	Успешна комуникација	43
	1. Зашто је добра комуникација важна?	43
	2. Како боље комуницирати?	44
	3. Какве врсте комуникације постоје? (По чему се разликују директна и индиректна комуникација?)	45
	4. Како разговарати са партнером о сексу?	46
II	Доношење одлука	47
	1. Како донети добру одлуку?	47
	2. Како спровести у дело донету одлуку?	49
АНАТОМИЈА ПОЛНИХ ОРГАНА (СЕКСУАЛНИХ И РЕПРОДУКТИВНИХ).		51
I	Женски сексуални и репродуктивни органи	51

1. Спољни женски полни органи	51
2. Унутрашњи женски полни органи	53
II Мушки сексуални и репродуктивни органи	57
ПУБЕРТЕТ	61
I Мушки пубертет	61
II Женски пубертет	63
III Менструациони циклус (овулаторни циклус).	65
1. Када жена постаје плодна?	65
2. Какве промене се дешавају током менструалног циклуса?	65
3. Шта су то „уредне“ менструације?	66
4. Када су „плодни дани“?	66
РЕПРОДУКЦИЈА И ТРУДНОЋА.	68
1. Како долази до трудноће?	68
2. Који су знаци трудноће?	69
3. Шта се дешава током трудноће?	70
4. Како настају близанци?	70
5. Шта се дешава током порођаја?	72
6. Када почиње дојење?	73
7. Када је жена премлада за порођај?	74
8. Ко одређује пол детета?	75
9. Како се може одредити пол детета?	75
10. Шта је то „селекција пола“?	76
СТЕРИЛИТЕТ – ИНФЕРТИЛИТЕТ И АСИСТИРАНА РЕПРОДУКЦИЈА	77
1. Шта је то стерилитет, а шта фертилитет?	77
2. Који су разлози стерилитета?	77
3. Како се лечи стерилитет?	78
СЕКСУАЛНОСТ ЧОВЕКА	79
Шта је секс?	79
Шта одређује сексуално понашање?	79
Шта је то „нормалан секс“?	80
Да ли друштво утиче на сексуалност?	80
Шта су то „дупли стандарди“ у сексу?	81
Када се почиње осећати сексуалност?	82

Када почети са сексом?	83
Први сексуални однос.	85
Базични појмови сексуалности	85
Шта се дешава при уобичајеном сексуалном односу и како то све функционише?	86
Сексуално функционисање	86
Шта се дешава кад у сексу нешто не функционише како треба?	89
Сексуалне дисфункције	89
Шта је то што „није нормално“ у сексу? (Оно што није „нормално“, назива се „патолошко“)	93
Да ли људи увек ступају у сексуалне односе из сопствене жеље?	94
Трговина људима – sex trafficking.	96
Шта је ПОЛ и сексуални идентитет, а шта су сексуалне различитости?	99
Англосаксонски појмови	100
Хомосексуалност.	103
Од када постоји хомосексуалност у људском друштву?	104
Да ли је хомосексуалност нормална и како настаје?	105
Планирање породице	107
Контрацепција	108
Типови контрацепције	109
Прекид трудноће – абортус	120
Шта је абортус?	120
Како се ради намерни прекид трудноће?	121
Какве могу бити компликације и последике намерног прекида трудноће?	121
Где је дозвољен прекид трудноће на захтев жене?	122
Каква је ситуација код нас?	122
Сексуално преносиве инфекције (СПИ)	124
ХИВ (human immunodeficiency virus virus) и АИДС (Acquired immunodeficiency syndrome)	131
Која је разлика између ХИВ-а и АИДС-а?	131
Како се ХИВ преноси?	131
Како се ХИВ може спречити?	132

Да ли ХИВ инфекција може да се лечи/излечи? . . .	133
Како се поставља дијагноза ХИВ инфекције?	133
Да ли можемо нешто учинити да не добијемо СПИ?	134
Друге инфекције репродуктивног тракта	134
РИЗИЧНА ПОНАШАЊА	136
Шта је зависност?	140
Какве проблеме може изазвати зависност?	140
Утицај пушења и излагања дуванском диму на репродуктивно здравље	141
Исхрана	142
Шта су анорексија и булимија?	142
Шта се може учинити да се побољша исхрана? . . .	144
Физичка активност	144
ГИНЕКОЛОГ, УРОЛОГ, ПСИХОЛОГ	146
Где се налази гинеколог и како доћи до њега? . . .	146
Прва посета гинекологу	146
Шта се све ради приликом гинеколошког прегледа?	147
Који су најчешћи разлози јављања гинекологу осим редовне контроле? . . .	149
Разлози када мушкарац треба да се јави урологу .	153
ИНТЕРНЕТ КАО ИЗВОР ИНФОРМАЦИЈА	159
Да ли је добро информисати се о питањима сексуалности на Интернету?	159
Познавање људских права је значајно за очување сексуалног здравља	160
Основни концепти о индивидуалности и заједништву, вредностима и правима (речник) . . .	161
Шта су људска права?	163
Шта су сексуална и репродуктивна права?	166
РОДНА ПИТАЊА	168
Родни идентитет	168
Род и образовање	173
Родни стереотипи у медијима	174
На који начин питања рода утичу на учешће у грађанском и политичком животу?	175
Род, запосленост и економски ресурси	176
Род и брак	177

Род и религија	179
Род и телесна аутономија	180
Род и насиље	182
Сексуална принуда је облик родно-заснованог насиља	184
ЛИТЕРАТУРА	187

УВОДНА РЕЧ

Од тренутка када сам ступила на функцију Покрајинске секретарке за спорт и омладину обећала сам пре свега себи, а онда и мојим сарадницима, да ће нам систематско решавање проблема младих бити приоритет, како у области спорта, тако и у области омладине, а нарочито када је у питању јавно здравље младих у оба сектора. Један од главних разлога је што смо за веома кратко време, увидом у истраживања и резултате пројеката на ову тему, детектовали да је један од горућих проблема младих у Аутономној покрајини Војводини, као и у читавој Републици Србији, појава малолетничких трудноћа и њених последица, а нарочито полно преносивих инфекција. Дуго смо размишљали како би се овај проблем решио и схватили да је једини начин за то едукација у области репродуктивног здравља, која би обухватила ђаке средњих школа, као једини начин да сви млади систематски, односно редовно буду укључени у овај процес и да имају једнаку доступност свим информацијама.

Тако смо, пре тачно годину дана, формирали у оквиру Секретаријата Радну групу за припрему и израду плана рада опционог предмета Здравствено васпитање о репродуктивном здрављу и пратећег приручника, а уз подршку Покрајинског секретаријата за здравство. Стручњаци Радне групе из области гинекологије, урологије, психологије, епидемиологије и омладинског рада, вредно су радили на сваком сегменту овог пројекта пуних десет месеци. На самом почетку одабрали смо десет средњих школа на територији АП Војводине (пет стручних школа и пет гимназија), у којима ће 1.200 ђака у 40 одељења имати прилику да слушају „Здравствено васпитање о репродуктивном здрављу“, и то: Гимназија „Исидора Секулић“ из Новог Сада, Гимназија „Урош Предић“ из Панчева, Зрењанинска гимназија, Карловачка гимназија, Гимназија „Бранко Радичевић“ из Старе Пазове, Економско трговачка школа из Кикинде, Економско трговачка школа из Бечеја, Школски центар „Никола Тесла“ из Вршца, Средња стручна школа „Борислав Михајловић Михиз“ из Ирига и Економско трговачка школа „Доситеј Обрадовић“ из Алибунара.

Почени искуством земаља у којима је овакав предмет обавезан, одлучили смо да за едукаторе ангажујемо студенте

завршних година Медицинског факултета Универзитета у Новом Саду и Филозофског факултета – Одсека за психологију који ће примењивањем најсавременијих образовних метода радити са ђацима других разреда годину дана на овом јединственом програму како у Војводини, тако и у целој Србији.

Често смо наилазили и на питање колико овако један пројекат може да кошта државу? Сматрамо да здравље наших младих не сме да има цену и да је много јефтиније улагати у саму превенцију, него у касније лечење последица које много више коштају не само новца, већ неретко и главе.

У марту месецу 2013. године, у сарадњи са Заводом за јавном здравље Војводине и универзитетским професорима, спровели смо истраживање „Репродуктивно здравље младих“, које је испитало ставове и знања ученика о репродуктивном здрављу, а међу анкетиранима су били и њихови родитељи, са радосћу прихватајући да њихова деца уче о репродуктивном здрављу. У сваком тренутку наилазили смо и на одушевљење ђака, јер су и они свесни да на Интернету, који су у истраживању углавном наводили као најчешћи извор информација, не могу наћи одговоре на сва своја питања којих у тој животној доби имају много. Исто истраживање ћемо урадити и текуће школске године, како би Покрајински секретаријат за спорт и омладину, као носилац овог пројекта и програма, упоредном анализом и датим чињеничним стањем уздигнуте главе изашао пред Владу и Скупштину Аутономне покрајине Војводине са иницијативом за измену и допуну ресорног образовног закона, а која би била упућена Народној скупштини Републике Србије на усвајање са једним јединим циљем: увођење Здравственог васпитања о репродуктивном здрављу као изборног предмета у наш школски систем.

У жељи да са истим ентузијазмом који нас је окупио у заједничком раду и ви, драги ђаци, испратите и усвојите нова знања, срдечно вам захваљујем на жељи да будете прва генерација ђака у Војводини и Србији која ће пратити овај предмет и, надам се, на тај начин широм отворити врата и осталим генерацијама да кроз редовно образовање не остану ускраћени за овако битне информације и знања о њиховом здрављу и животу.

Срећно!

27. август 2013.

Мариника Чобану
Покрајинска секретарка за спорт и омладину