



Служба  
здоровья

# Сохранение репродуктивного здоровья





Служба  
здоровья

# **ФАКТОРЫ, которые могут повлиять на репродуктивное здоровье:**

- вредные привычки;
- заболевания, передающиеся половым путём;
- возраст;
- проблемы со здоровьем;
- экологическая обстановка;
- неправильное питание;



Служба  
здоровья

# ЗОЖ

Старайтесь вести  
правильный, здоровый  
образ жизни и откажитесь  
от алкоголя и табака.

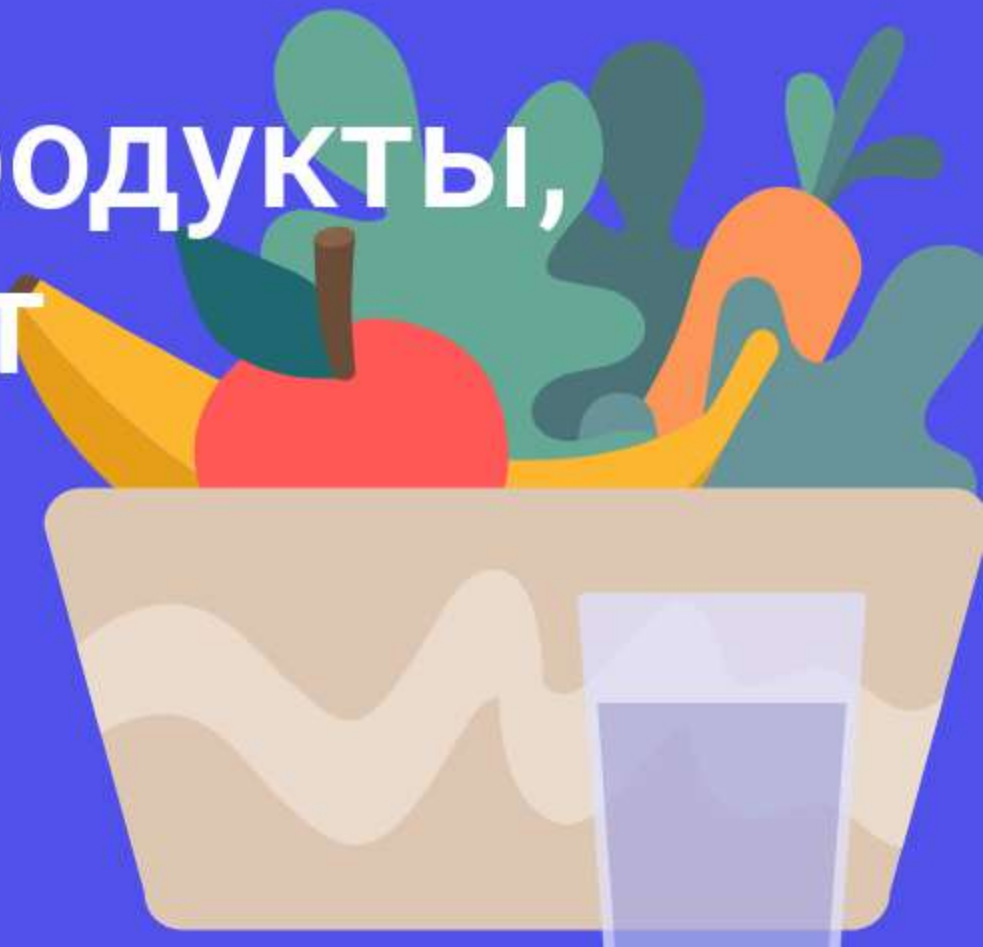




Служба  
здоровья

# ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

Старайтесь правильно питаться и не употреблять продукты, которые вредят здоровью.





Служба  
здоровья

# СПОРТ

Занимайтесь спортом,  
а если сил и времени  
не хватает, то давайте  
хотя бы минимальные  
физические нагрузки  
в домашних условиях





Служба  
здоровья

# ГИГИЕНА

Соблюдайте  
правила  
личной  
гигиены.





Служба  
здоровья

# ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ ОСМОТР

Ежегодно проходите  
профилактический осмотр у  
врача акушера-гинеколога и  
врача-уролога (даже при  
отсутствии жалоб)