



Erasmus + VET Στρατηγική Συνεργασία

IENE 8 - Ενδυνάμωση των οικογενειών μεταναστών και προσφύγων με γονικές δεξιότητες

Project ID: 2018-1-CY01-KA202-046848

Σύντομο εκπαιδευτικό εργαλείο (bite-sized) vol. 2.4.

**ΤΙΤΛΟΣ ΕΡΓΑΛΕΙΟΥ: ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ & ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΙΚΗ
ΥΓΕΙΑ & ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ**

ΣΥΓΓΡΑΦΕΙΣ:

ΣΑΜΑΡΤΖΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ / ΣΑΚΕΛΛΑΡΑΚΗ ΟΥΡΑΝΙΑ

ΓΙΑΤΡΟΙ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ – ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΕΙΑ

ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ 2019



National and Kapodistrian
University of Athens



Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του δημιουργού και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΤΙΤΛΟΣ: 2.4. ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ & ΑΝΠΑΡΑΓΩΓΙΚΗ ΥΓΕΙΑ & ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ (12-18 ΕΤΩΝ)	3
ΣΤΟΧΟΙ ΕΚΜΑΘΗΣΗΣ	3
ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ & ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΙΚΗ ΥΓΕΙΑ;.....	3
ΣΗΜΑΝΤΙΚΑ ΣΗΜΕΙΑ	4
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ.....	5
ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ	5
ΑΥΤΟΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ	5
ΠΑΡΑΠΟΜΠΕΣ	5

2.4. ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ & ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΙΚΗ ΥΓΕΙΑ & ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

ΣΤΟΧΟΙ ΕΚΜΑΘΗΣΗΣ

1. Ο πρώτος στόχος της ενότητας είναι να παρουσιάσει τις βασικές πτυχές της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας για άτομα ηλικίας 12 έως 18 ετών.
2. Ο δεύτερος στόχος είναι να προσδιοριστούν οι βασικές αρχές της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας, προκειμένου να παρέχονται συγκεκριμένες γνώσεις και δεξιότητες σε νέους από οικογένειες προσφύγων και μεταναστών.
3. Ο τρίτος στόχος είναι η ευαισθητοποίηση σχετικά με τις πτυχές της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας, καθώς και ορισμένες βασικές δεξιότητες.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ & ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΙΚΗ ΥΓΕΙΑ;

Η σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία (SRH) είναι μια σημαντική ανάγκη δημόσιας υγείας σε όλες τις κοινότητες, συμπεριλαμβανομένων εκείνων που αντιμετωπίζουν κατάσταση επείγουσας ανθρωπιστικής κρίσης, όπως οι οικογένειες προσφύγων και μεταναστών. Διαβάστε την ενότητα «Ενσωμάτωση της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας σε περιπτώσεις ανθρωπιστικών κρίσεων» (https://www.who.int/hac/techguidance/preparedness/SRH_policybrief/en/).

Η συνάφεια του παραπάνω στοιχείου με το πρόγραμμα IENE 8 έγκειται στη σημασία αυτών των ζητημάτων στο πλαίσιο της παροχής βοήθειας στους γονείς των προσφύγων και των μεταναστών με γονικές δεξιότητες.

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ & ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

Οι καταστάσεις έκτακτης ανάγκης έχουν δυσανάλογο αντίκτυπο στα φτωχότερα και πιο ευάλωτα άτομα, ιδίως τις γυναίκες και τα παιδιά. Οκτώ από τις δέκα χώρες με τους υψηλότερους δείκτες μητρικής θνησιμότητας στον κόσμο βρίσκονται σε εμπόλεμες συνθήκες και επηρεάζονται από συγκρούσεις. Τα ποσοστά θνησιμότητας νεογνών είναι τα υψηλότερα σε περιοχές που επλήγησαν από έκτακτες ανθρωπιστικές κρίσεις.

Η σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία (SRH) είναι μια σημαντική ανάγκη της δημόσιας υγείας σε όλες τις κοινότητες, συμπεριλαμβανομένων εκείνων που αντιμετωπίζουν έκτακτες καταστάσεις. Όπως αναφέρεται στο τελικό έγγραφο της Διάσκεψης των Ηνωμένων Εθνών στο Ρίο για τη βιώσιμη ανάπτυξη (Rio+20 United Nations Conference on Sustainable Development), απαιτείται καθολική πρόσβαση στην αναπαραγωγική υγεία, συμπεριλαμβανομένου του οικογενειακού προγραμματισμού και της σεξουαλικής υγείας, και πρέπει να ενσωματωθεί στις εθνικές στρατηγικές και στα ανθρωπιστικά προγράμματα.

Σε καταστάσεις έκτακτης ανάγκης, συχνά υπάρχει έλλειψη πρόσβασης στις υπηρεσίες SRH. Αυτές οι υπηρεσίες πρέπει να ενισχυθούν για τη μείωση ασθενειών και βρεφικής θνησιμότητας που σχετίζονται με το SRH.

Εκτός από τα γενικά χαρακτηριστικά που σχετίζονται με την προώθηση της καλής σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας, υπάρχουν ειδικά και σημαντικά μηνύματα υγείας που σχετίζονται με συγκεκριμένα ζητήματα σεξουαλικής υγείας, για τα οποία και πρέπει να έχουν γνώση οι νέοι.

Σεξουαλικά μεταδιδόμενες ασθένειες, συμπεριλαμβανομένου του ιού HIV/AIDS. Τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα (ΣΜΝ) είναι ασθένειες που μπορεί να μεταδοθούν από το ένα άτομο στο άλλο μέσω της σεξουαλικής επαφής. Τα ΣΜΝ μπορεί να προκαλέσουν πόνο, ενώ μερικά προκαλούν στείρωση και θάνατο, αν δεν αντιμετωπιστούν. Ορισμένα κοινά θεραπεύσιμα ΣΜΝ είναι η γονόρροια, η τριχομονάδα, τα χλαμύδια και η σύφιλη. Το AIDS αναφέρεται στο σύνδρομο επίκτητης ανοσολογικής ανεπάρκειας. Το AIDS προκαλείται από τον ιό της ανθρώπινης ανοσοανεπάρκειας (HIV). Ο ιός HIV μπορεί να μεταδοθεί μέσω σεξουαλικής επαφής, αίματος και από έγκυο στο παιδί κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, του τοκετού ή, περιστασιακά, του θηλασμού. Από το 2000, το AIDS δεν έχει κάποια σίγουρη θεραπεία. Ωστόσο, οι θεραπείες έχουν βελτιώσει την ποιότητα και τη διάρκεια ζωής των ανθρώπων με HIV / AIDS και υπάρχει τεράστια έρευνα που αφορά την ανάπτυξη νέων θεραπειών, συμπεριλαμβανομένων των αντιρετροϊκών φαρμάκων. Τα νεαρά κορίτσια είναι λόγω φυσιολογίας περισσότερο ευάλωτα απέναντι στα ΣΜΝ από ό,τι οι ενήλικες γυναίκες. Ο τράχηλος και ο κόλπος μιας έφηβης είναι διαφορετικός από αυτόν μιας ενήλικης γυναίκας και την καθιστά πιο ευάλωτη στα ΣΜΝ. Η αυξημένη πιθανότητα τραυματισμού του κόλπου κατά τη διάρκεια του σεξ αυξάνει περαιτέρω αυτόν τον κίνδυνο. Πολλά κορίτσια στην εφηβεία δεν αναγνωρίζουν τα συμπτώματα ενός ΣΜΝ ή δεν

γνωρίζουν πού να αναζητήσουν θεραπεία. Επιπλέον, πολλά ΣΝΝ στις γυναίκες είναι ασυμπτωματικά, καθιστώντας δύσκολο για αυτές να γνωρίζουν πότε μπορεί να έχουν προσβληθεί.

Πρώρη / Μη προγραμματισμένη εγκυμοσύνη. Τα κορίτσια στην εφηβεία σε συντηρητικές κοινωνίες συχνά δεσμεύονται από πολιτιστικά πρότυπα που εξισώνουν τον γάμο και τη μητρότητα με την αξία και την κοινωνική κατάσταση της γυναίκας. Ακόμη και οι νεότερες νέες και γαμπροί αντιμετωπίζουν συχνά τεράστια πίεση για να αποδείξουν τη γονιμότητά τους σύντομα μετά το γάμο με τη γέννηση ενός παιδιού. Σε άλλες περιπτώσεις, οι πολιτιστικές παραδόσεις ενθαρρύνουν τις νέες γυναίκες να αποδείξουν τη γονιμότητά τους πριν από το γάμο. Σε ορισμένες περιπτώσεις προσφύγων και επαναπατριζόμενων, ο χώρος διαμονής κατανέμεται με βάση τον αριθμό των οικογενειών. Αυτή η κατάσταση μπορεί να οδηγήσει κορίτσια στην εφηβεία να ωθούνται να κάνουν παιδί σε πρώιμη ηλικία, προκειμένου να εξασφαλίσουν μεγαλύτερο χώρο διαβίωσης ή να αντικαταστήσουν τις απώλειες που έχει βιώσει η οικογένεια λόγω συγκρούσεων ή πολέμου. Αν τα κορίτσια είναι αρκετά ώριμα για να έχουν σεξουαλική επαφή, το σώμα τους δεν είναι απαραίτητως αρκετά ανεπτυγμένο για να μπορούν να φέρουν την εγκυμοσύνη εις πέρας με ασφάλεια. Τόσο η μητέρα όσο και το παιδί διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο απ' ό,τι θα είχαν εάν η σύλληψη συνέβαινε μερικά χρόνια αργότερα. Τα παιδιά που γεννιούνται από έφηβες μητέρες εμφανίζουν συχνά υψηλότερο κίνδυνο θανάτου κατά τη διάρκεια των πρώτων πέντε ετών της ζωής τους.

Μη ασφαλείς αμβλώσεις. Μια μη ασφαλής έκτρωση είναι μια έκτρωση που δεν έχει πραγματοποιηθεί σε ασφαλές περιβάλλον από έναν επαγγελματία υγείας. Οι μη ασφαλείς αμβλώσεις περιλαμβάνουν τη λήψη δηλητηρίων ή άλλων δυνητικά επιβλαβών ουσιών, ή την εισαγωγή αντικειμένων στη μήτρα. Οι θάνατοι από επιπλοκές που προέρχονται από μη ασφαλείς αμβλώσεις αντιπροσωπεύουν ένα σημαντικό ποσοστό των θανάτων των μητέρων, αν και είναι δύσκολο να ληφθούν ακριβή δεδομένα. Τα νεαρά κορίτσια είναι συχνά θύματα βιασμού, όπου μία από τις σοβαρές συνέπειες είναι και η ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη. Καθώς πολλές γυναίκες και κορίτσια βρίσκουν ελάχιστη υποστήριξη και περιορισμένες επιλογές για την αντιμετώπιση αυτού του προβλήματος, μπορεί να καταφεύγουν σε επικίνδυνες αμβλώσεις.

Ακρωτηριασμός Γυναικείων Γεννητικών Οργάνων (FGM). Τα προγράμματα σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας θα πρέπει να περιλαμβάνουν στρατηγικές αποθάρρυνσης του ακρωτηριασμού των γυναικείων γεννητικών οργάνων, υπογραμμίζοντας τη σχέση μεταξύ αυτής της πρακτικής και της κακής αναπαραγωγικής και σεξουαλικής υγείας και της γενικής υγείας των γυναικών και των κοριτσιών.. Οι προσπάθειες των εργαζομένων στον τομέα της υγείας για την εξάλειψη του ακρωτηριασμού των γυναικείων γεννητικών οργάνων μπορούν να ενισχυθούν σημαντικά με τη συμμετοχή μελών των κοινοτήτων που υιοθετούν αυτή την πρακτική, για την εξάλειψή τους.

Κατάχρηση Ουσιών. Το ζήτημα της κατάχρησης ουσιών πρέπει να καλύπτεται με προγράμματα που εστιάζουν στη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, καθώς σχετίζεται με την ικανότητα ενός νέου να λαμβάνει αποφάσεις σχετικά με τη συμπεριφορά του. Η κατάχρηση ουσιών είναι ένας σημαντικός παράγοντας που συνδέεται συχνά με ανεπιθύμητες / μη προγραμματισμένες εγκυμοσύνες και συναφείς συνέπειες.

Διατροφή. Για τους νέους, όταν αλλάζουν και αναπτύσσονται με πολύ γρήγορο ρυθμό, η καλή διατροφή είναι ιδιαίτερα σημαντική. Επιπλέον, για τα έφηβα κορίτσια, κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου τα οστά αναπτύσσονται και σχηματίζονται. Τα υποσιτισμένα κορίτσια μπορεί να αναπτύξουν πολύ στενή λεκάνη με αποτέλεσμα η διαδικασία της κύησης και του τοκετού να είναι ιδιαίτερα επικίνδυνη για τις ίδιες και τα βρέφη τους. Τα κορίτσια στην εφηβεία που είναι είτε έγκυες είτε θηλάζουν πρέπει να τρώνε καλά.

Τα βασικά θέματα που παρουσιάστηκαν ανωτέρω, σχετίζονται με ανησυχίες για τη σεξουαλική υγεία, τη σεξουαλική ευχαρίστηση, τον ερωτισμό και τη σεξουαλική ικανοποίηση, τις ασθένειες (HIV / AIDS, ΣΜΝ, λοιμώξεις του αναπαραγωγικού συστήματος), τη βία, τον ακρωτηριασμό των γυναικείων γεννητικών οργάνων, τη σεξουαλική δυσλειτουργία και την ψυχική υγεία.

ΣΗΜΑΝΤΙΚΑ ΣΗΜΕΙΑ

Βασικές πτυχές της Σεξουαλικής & Αναπαραγωγικής Υγείας

1. Οι ενημερώσεις περί Σεξουαλικής & Αναπαραγωγικής Υγείας εφήβων αποσκοπούν στην παροχή υπηρεσιών πληροφόρησης, εκπαίδευσης και υγείας για να τους βοηθήσουν να κατανοήσουν τη σεξουαλικότητά τους και να τους προστατεύσουν από μια ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη ή σεξουαλικά μεταδιδόμενες λοιμώξεις συμπεριλαμβανομένου του HIV / AIDS.
2. Βασικές συνιστώσες της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγειονομικής περίθαλψης περιλαμβάνουν: τον οικογενειακό προγραμματισμό, τη σεξουαλική υγεία και την υγεία της μητέρας.
3. Η αναπαραγωγική υγεία είναι μια κατάσταση πλήρους σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευημερίας και όχι απλώς η απουσία ασθένειας ή αναπηρίας, σε όλα τα θέματα που σχετίζονται με το αναπαραγωγικό σύστημα και τις λειτουργίες του.

- Υπάρχουν άμεσα ιατρικά οφέλη από την πρόληψη της ακούσιας εγκυμοσύνης, τη βελτίωση της υγείας της μητέρας και την πρόληψη, διάγνωση και θεραπεία των σεξουαλικά μεταδιδόμενων λοιμώξεων, συμπεριλαμβανομένου του HIV / AIDS.
- Η προσέγγιση της αναπαραγωγικής υγείας αναγνωρίζει ότι τα θεμέλια της υγείας των γυναικών στηρίζονται στην παιδική και εφηβική ηλικία και επηρεάζονται από παράγοντες όπως η διατροφή, η εκπαίδευση, οι σεξουαλικοί ρόλοι και η κοινωνική κατάσταση, οι πολιτιστικές πρακτικές και το κοινωνικοοικονομικό περιβάλλον.

Παρακαλούμε επίσης όπως ανατρέξατε και στη σχετική παρουσίαση PowerPoint για το συγκεκριμένο σύντομο εργαλείο μάθησης.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ & ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

- Τι είναι η αναπαραγωγικά υγιής κοινωνία;
- Τι είναι η αναπαραγωγική υγεία του εφήβου;
- Τι είναι η ασφαλής μητρότητα;

ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ

Χρησιμοποιήστε αυτό το χώρο για να καταγράψετε τις απαντήσεις σας στις παραπάνω ερωτήσεις.

ΑΥΤΟΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Σκεφτείτε τα νεαρά κορίτσια πρόσφυγες και μετανάστες ηλικίας 12 έως 18 ετών που ζουν σε προσωρινές εγκαταστάσεις διαμονής ή κέντρα υποδοχής. Κατά τη γνώμη σας, γιατί είναι σημαντική η αναπαραγωγική υγεία αυτών των γυναικών;

ΠΑΡΑΠΟΜΠΕΣ

- Στρατηγική αναπαραγωγικής υγείας από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας:
https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/68754/WHO_RHR_04.8.pdf?sequence=1
- Αναπαραγωγική υγεία των γυναικών:
<https://www.cdc.gov/reproductivehealth/womensrh/index.htm>
- Στοιχεία και συμπεριφορές σχετικά με την σεξουαλική & αναπαραγωγική υγεία:
http://www.genderhealth.org/the_issues/comprehensive_sexual_and_reproductive_health/components_and_attributes/
- Οδηγίες για τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας:
https://www.who.int/reproductivehealth/publications/maternal_perinatal_health/anc-guidelines-development/en/
- Απλοποιημένες οδηγίες για τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας:
<https://www.gfmer.ch/SRH-Course-2010/course-files/pdf/WHO-SRH-guidelines-Bathija-2010.pdf>
- Τεχνικός ειδικός του Ταμείου των Ηνωμένων Εθνών για τον Πληθυσμό για την σεξουαλική αναπαραγωγική υγεία / τον οικογενειακό προγραμματισμό:
<https://www.unfpa.org/jobs/technical-specialist-sexual-reproductive-healthfamily-planning-srhfp>
- Ανάπτυξη για περιθωριοποιημένες αγροτικές περιοχές – Σεξουαλική & Αναπαραγωγική Υγεία:

<https://damramalawi.weebly.com/improving-srh.html>

8. Ανοιχτό πρόγραμμα εκμάθησης των Γιατρών του Κόσμου για τη σεξουαλική & αναπαραγωγική υγεία:
<http://mdmelearning.gr/course/view.php?id=2>
9. Οδηγός βέλτιστων πρακτικών των Γιατρών του Κόσμου για τη σεξουαλική & αναπαραγωγική υγεία:
<https://mdmgreece.gr/app/uploads/2016/07/05-SRH-BEST-PRACTISE-GUIDELINES.pdf>

ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ ΣΤΙΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ:

A/A	ΑΠΑΝΤΗΣΗ
1	Η αναπαραγωγική υγεία αναφέρεται σε μια συνολική ευημερία σε όλες τις πτυχές της αναπαραγωγής, δηλαδή στη σωματική, συναισθηματική, συμπεριφορική και κοινωνική.
2	Η σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία των εφήβων αναφέρεται στη σωματική και συναισθηματική ευεξία των εφήβων και περιλαμβάνει την ικανότητά τους να παραμένουν απαλλαγμένες από ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη, μη ασφαλείς αμβλώσεις, ΣΜΝ (συμπεριλαμβανομένου του HIV / AIDS) και όλες τις μορφές σεξουαλικής βίας και καταναγκασμού.
3	Η ασφαλής μητρότητα είναι μια από τις πτυχές της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας (SRH). Με την πάροδο του χρόνου, οι πολιτικές και οι στρατηγικές για την επίτευξη ασφαλούς μητρότητας έχουν αλλάξει καθώς η γνώση και η κατανόηση σχετικά με τους καθοριστικούς παράγοντες της μητρικής υγείας έχουν γίνει σαφέστερες.

ΑΠΑΝΤΗΣΗ ΣΤΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΑΥΤΟΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ:

Το αναπαραγωγικό σύστημα μιας γυναίκας είναι πολύπλοκο. Είναι σημαντικό να ληφθούν μέτρα για την προστασία του από τις λοιμώξεις και τους τραυματισμούς και την πρόληψη των προβλημάτων. Η φροντίδα του εαυτού σας και οι σωστές επιλογές μπορούν να βοηθήσουν να προστατέψετε εσάς και τους αγαπημένους σας.