

Кръгла маса „Бебе някой ден: Репродуктивно здраве и семейно планиране“

28.9.2026 - | МБАЛ „Надежда“ ООД

Д-р Теодора Тихомирова и д-р Стела Чапанова взеха участие в кръгла маса „Бебе някой ден: репродуктивно здраве и семейно планиране“. Събитието беше организирано от Мерк България с подкрепата на Младежки център София на Столична община.

На 16 септември 2026 г. д-р Теодора Тихомирова и д-р Стела Чапанова от инвитро центъра на болница „Надежда“ участваха в кръгла маса „Бебе някой ден: репродуктивно здраве и семейно планиране“. Събитието беше организирано от Мерк България с подкрепата на Младежки център София към Столична община и постави във фокуса ранната информираност за репродуктивното здраве и семейното планиране.

Специалисти по репродуктивно здраве, представители на пациентски, младежки и студентски организации и психолози обсъдиха какво е важно младите хора да знаят за факторите, които могат да повлияят върху фертилитета в бъдеще. Сред темите бяха и причините за все по-късното планиране на родителството, както и ролята на професионалното развитие, финансовата сигурност, партньорските отношения и начина на живот при вземането на решения за създаване на семейство.

Важна част от разговора беше посветена на това как информацията за репродуктивното здраве да достига до младите хора достатъчно рано и по начин, който им помага да правят информирани избори за собственото си здраве и бъдеще навреме.

Как да разпознаваме надеждната здравна информация

Д-р Теодора Тихомирова обърна внимание на едно от големите предизвикателства в съвременната информационна среда – огромното количество здравни съвети и твърдения, до които младите хора имат достъп онлайн.

Според нея особено важно е да умеем да преценяваме надеждността на източниците, да търсим научната обосновка на информацията и да отчитаме квалификацията и опита на експерта, когато става дума за конкретно лечение, профилактика или прием на хранителни добавки.

Критичното отношение към съдържанието в интернет е все по-важна част от здравната грамотност. Също толкова важно е човек да разпознава момента, в който информацията онлайн не може да замени консултацията с медицински специалист.

Консултацията с репродуктивен специалист не е само при наличие на проблем

В участието си д-р Стела Чапанова насочи вниманието към необходимостта разговорът за репродуктивното здраве да започва преди появата на затруднения със зачеването.

Д-р Чапанова сподели, че младите хора не трябва да приемат всичко за даденост и при възникване на проблем да търсят своевременно помощ. Те трябва да бъдат информирани както за методите за контрацепция, така и за възможностите за запазване на фертилитета, сред

които са съхраняването на яйцеклетки и сперматозоиди.

Изключително значение за превенцията на репродуктивните проблеми има и начинът на живот – подобряването на съня, справянето със стреса и умората и ограничаването на вредни навици като тютюнопушенето, употребата на алкохол и др.

Но най-важното според нея е, че трябва да променим начина, по който в момента се подхожда към репродуктивните затруднения – от култура на реакция е нужно да преминем към култура на превенцията. Това означава да насърчаваме младите хора да се консултират с репродуктивен специалист за своето репродуктивно здраве още преди да започнат да планират дете.

Дискусията, в която участие взеха специалистите на „Надежда“ е част от FutURe – европейски проект на Мерк, който изследва как младите поколения виждат бъдещето си и какво влияе върху техните избори. През 2026 г. разговорът се разширява и с темите на SEED – инициатива на Мерк свързана с демографските промени в Европа, бариерите пред семейното планиране – от несигурността за бъдещето и променящите се житейски приоритети до по-късното планиране на родителството и уеднаквяване на достъпа до асистирана репродукция в ЕС.

Сред участниците бяха Невена Видакович, генерален мениджър и изпълнителен директор на Мерк България, доц. д-р Петя Андреева, председател на Българската асоциация по стерилитет и репродуктивно здраве (БАСРЗ), проф. д-р Мария Юнакова, зам.-председател на БАСРЗ, Радина Велчева, основател на фондация „Искам бебе“, Стефка Сарафова-Захаријева, председател на сдружение „Зачатие“, и Лидия Витанова, психолог от Младежки център София. В разговора се включиха и представители на младежки, студентски и други организации – Лия Йовева, магистър по управление на международни проекти в УНСС и член на ESN Sofia; Милена Калоянова, управител на „Промяната е Живот – София“ и „Трамплин“; Никея Ганчева, председател на Международната комисия към Студентския съвет на Медицински университет – София и студент по фармация, 5 курс; и Ралица Иванова, заместник-председател на Българската фармацевтична студентска асоциация и студент по фармация, 4 курс.

Дискусията беше модерирана от журналиста Добрина Чешмеджиева.

Основното послание, което обедини разговора, е, че грижата за репродуктивното здраве не трябва да започва едва с появата на проблем. Навременната консултация, достъпът до надеждна медицинска информация и по-доброто познаване на факторите, които влияят върху фертилитета, дават на младите хора повече възможности да правят информиран избор за своето бъдеще.

Темата за ранната информираност се подкрепя и от данните на европейско проучване на Мерк сред над 9 300 млади хора в 15 европейски държави. Едва 46% познават факторите, които влияят върху фертилитета, като делът е сходен при Millennials и поколението Z – съответно 47% и 44%. Начинът на живот и навиците (61%), възрастта (58%) и стресът (57%) са факторите, които младите европейци посочват най-често. Данните показват и защо информацията за репродуктивното здраве има място в разговора за бъдещите планове на младите хора още преди те да започнат активно да планират семейство.

В България разговорът за бъдещото семейство се развива на фона на противоречиви демографски тенденции. Страната е с един от най-високите коефициенти на плодовитост в ЕС, но едновременно с това е сред държавите със застаряващо население. През 2024 г. коефициентът на плодовитост достига 1,72 деца на жена, а хората над 65 години представляват близо една четвърт от населението. През 2025 г. броят на ражданията намалява с 6% спрямо

предходната година.

В този контекст здравната грамотност предполага системна и навременна комуникация с младите хора по темите за репродуктивното здраве и семейното планиране. Тя следва да започва още в ученическа и студентска възраст и да продължава сред младите хора между 20 и 30 години, с участието на медицински специалисти, организации и компании. Достоверната информация, предоставена от авторитетни източници и по достъпен за младите хора начин, е важна за по-ранното познаване на факторите, които могат да повлияят върху репродуктивното здраве и бъдещото семейно планиране.

Снимки и пресинформация: Мерк България

<https://nadezhdahospital.com/statii/art/kragla-masa-bebe-nyakoio-den-reproduktivno-zdrave-i-semeio-no-planirane>