

ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ БУДУЩИХ РОДИТЕЛЕЙ



Беременность - один из самых счастливых и ответственных периодов жизни женщины. Чтобы беременность и роды протекали без осложнений, а будущий малыш был здоров, необходимо планирование беременности и прегравидарная подготовка.

Прегравидарная подготовка – это совокупность профилактических и лечебных мероприятий для обеспечения здорового зачатия, физиологического течения беременности и родов, рождения здорового ребенка. Такая подготовка необходима здоровым парам, планирующим беременность, а для имеющих заболевания – это обязательное условие, определяющее течение беременности и ее исход.

Прегравидарная подготовка включает изменение образа жизни и применение фолиевой кислоты и препаратов йода за 2 – 3 месяца до планируемого зачатия, а также исследование репродуктивного и соматического здоровья супружеской пары.

Изменение образа жизни обоих супругов состоит в отказе от вредных привычек (курение, наркотики, употребление алкоголя). Рекомендуются умеренные физические нагрузки, полноценный сон, нормализация веса при его избытке или недостатке, исключение профессиональных вредностей. Для женщин рекомендуется вакцинация от краснухи (при отсутствии приобретенного иммунитета).

Для исследования здоровья супружеской паре целесообразно обратиться к врачам-специалистам: акушеру – гинекологу, андрологу, терапевту, генетику (особенно при наличии в семье наследственных заболеваний или пороков развития, возрасте женщины старше 35 лет, мужчины старше 50 лет, наличии в анамнезе самопроизвольных выкидышей, неразвивающейся беременности, внутриутробной гибели плода, мертворождении). При выявлении хронических заболеваний необходимо обязательное обследование и лечение у соответствующего врача-специалиста.

Уважаемые будущие родители, серьезное отношение к своему здоровью, планирование беременности, наблюдение у врача, точное выполнение всех медицинских назначений и рекомендаций – залог благополучного течения беременности и успешных родов!

1 ТРИМЕСТР



1 - 4 НЕДЕЛЯ

Здравствуй, мама! Теперь ты знаешь, что я у тебя есть



4 - 8 НЕДЕЛЯ

Тук-тук! В тебе теперь бьется два сердечка



8 - 10 НЕДЕЛЯ

У меня уже есть ручки и ножки. И даже кулачки, которые я держу за нас



10 - 14 НЕДЕЛЯ

Я не только толкаюсь, но и строю тебе смешные рожицы. Жалко, что пока ты не можешь их увидеть

2 ТРИМЕСТР



14 - 16 НЕДЕЛЯ

Мама, теперь я тебя слышу! Спой мне песенку!



16 - 20 НЕДЕЛЯ

Давай по УЗИ узнаем мальчик я или девочка?



20 - 27 НЕДЕЛЯ

Я научился моргать и щуриться. Верчусь, чтобы устроиться поудобнее

3 ТРИМЕСТР



27 - 29 НЕДЕЛЯ

Тут довольно тесно, поэтому извини, если я часто толкаюсь.

А еще у меня активно растут волосы. Интересно, кудрявым я буду или нет?



29 - 36 НЕДЕЛЯ

Видела бы ты, какой я красивый! Разгладились морщинки, отросли волосики, я уже готов встретиться с тобой!



36 - 40 НЕДЕЛЯ

Мама, потерпи немного. Сейчас я наберусь сил, и мы скоро-скоро увидимся

АКТИВНАЯ ЖИЗНЬ

НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ



ПЛАНИРУЕТЕ СТАТЬ РОДИТЕЛЯМИ?

ПРОЙДИТЕ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ ПО ОЦЕНКЕ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ

ЗАПИШИТЕСЬ НА УДОБНОЕ ДЛЯ ВАС ВРЕМЯ, ВКЛЮЧАЯ ВЕЧЕРНЕЕ ВРЕМЯ, И УДОБНЫЙ ДЕНЬ, ВКЛЮЧАЯ СУББОТНИЙ, ЧЕРЕЗ ЕДИНЫЙ ПОРТАЛ «ГОСУСЛУГИ», ЧЕРЕЗ РЕГИОНАЛЬНЫЙ ПОРТАЛ ЗАПИСИ НА ПРИЕМ К ВРАЧУ OMSKZDRAV.RU, ЧЕРЕЗ РЕГИСТРАТУРУ ИЛИ КОЛЛ – ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

МУЖЧИНА

НА 1 ЭТАПЕ ВРАЧ-УРОЛОГ ПРОВЕДЕТ ОЦЕНКУ РИСКА НАРУШЕНИЙ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО ВОПРОСНИКА – АНКЕТЫ, ВРАЧ ПРОВЕДЕТ ОСМОТР, ВКЛЮЧАЮЩИЙ ОЦЕНКУ ВТОРИЧНЫХ ПОЛОВЫХ ПРИЗНАКОВ, ОСОБЕННОСТЕЙ ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ И ПОЛОВЫХ ОРГАНОВ, РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ВОЛОСЯНОГО ПОКРОВА.

В СЛУЧАЕ НАЛИЧИЯ ПОКАЗАНИЙ, ПРОВОДИТСЯ ВТОРОЙ ЭТАП, КОТОРЫЙ ВКЛЮЧАЕТ УЗИ ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ И ОРГАНОВ МОШОНКИ, СПЕРМОГРАММУ, ЛАБОРАТОРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В ЦЕЛЯХ ВЫЯВЛЕНИЯ ВОЗБУДИТЕЛЕЙ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ, А ТАКЖЕ ПОВТОРНЫЙ ОСМОТР ВРАЧОМ- УРОЛОГОМ.

ЖЕНЩИНА

НА 1 ЭТАПЕ АКУШЕР-ГИНЕКОЛОГ ПРОВЕДЕТ ОЦЕНКУ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО ВОПРОСНИКА – АНКЕТЫ, ГИНЕКОЛОГИЧЕСКИЙ ОСМОТР И ОСМОТР МОЛОЧНЫХ ЖЕЛЕЗ, ЦИТОЛОГИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ДЛЯ ОЦЕНКИ РИСКА РАКА ШЕЙКИ МАТКИ И ПЦР-ИССЛЕДОВАНИЯ НА ВЫЯВЛЕНИЕ ВОЗБУДИТЕЛЕЙ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ.

В СЛУЧАЕ НАЛИЧИЯ ПОКАЗАНИЙ, ПРОВОДИТСЯ ВТОРОЙ ЭТАП, КОТОРЫЙ ВКЛЮЧАЕТ УЗИ МАТКИ, ПРИДАТКОВ И ЯИЧНИКОВ, С ОЦЕНКОЙ КОЛИЧЕСТВА ФОЛЛИКУЛОВ (ЯЙЦЕКЛЕТОК), УЗИ МОЛОЧНЫХ ЖЕЛЕЗ, РАСШИРЕННЫЕ ЛАБОРАТОРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ НА ВЫЯВЛЕНИЕ ВОЗБУДИТЕЛЕЙ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ, А ТАКЖЕ ПОВТОРНЫЙ ПРИЕМ ВРАЧА АКУШЕРА-ГИНЕКОЛОГА.

РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ – ЭТО НЕ ТОЛЬКО ПРО ВОЗМОЖНОСТЬ
ИМЕТЬ ДЕТЕЙ, НО И ПРО ОБЩЕЕ СОСТОЯНИЕ ВАШЕГО ОРГАНИЗМА,
ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ И КАЧЕСТВЕННУЮ ЖИЗНЬ



СКРИНИНГОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ



Каждая женщина в России может бесплатно пройти скрининговые исследования во время беременности.

Первый скрининг является самым главным, принципиальным и достоверным. Он проводится в сроки от 11 до 14 недель беременности, включает в себя ультразвуковое исследование и биохимические параметры.

Если на этом скрининге врач выявит какие – либо отклонения в развитии, подозрения на хромосомные патологии у ребёнка, будут назначены дополнительные уточняющие исследования:

- неинвазивный скрининг – тест по крови матери;
- инвазивные исследования – биопсия хориона, амнио или кордоцентез.



Второй скрининг проводится с 19 по 21 недели беременности. Он определяет врожденные пороки развития плода.

В ряде случаев на 23 – 24 неделе беременности проводится дополнительное ультразвуковое исследование, во время которого можно определить, есть ли пороки сердца и некоторые другие отклонения в развитии ребёнка.



Существуют также **скрининги здоровья матери**:

- гематологический;
- тест на сахарный диабет;
- онкоцитологический (рак шейки матки – одно из самых распространенных онкологических заболеваний у молодых женщин).

Хромосомные исследования нужно проводить абсолютно всем.

Один из критериев качества оказания медпомощи в акушерстве именно проведения пренатальной диагностики.

Все скрининги во время беременности – бесплатные и проводятся в рамках программы обязательного медицинского страхования.

УДИВИТЕЛЬНЫЕ ФАКТЫ О НАЧАЛЕ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ЖИЗНИ

Когда мама еще даже не знает, что беременна, внутри нее происходят удивительные события. Еще недавно считалось, что на раннем сроке «там еще ничего нет, кроме сгустка клеток», но современная наука приоткрыла тайну внутриутробной жизни малыша.

С МОМЕНТА СОЕДИНЕНИЯ МУЖСКОЙ И ЖЕНСКОЙ КЛЕТОК УЖЕ ЗАЛОЖЕНЫ ПОЛ, ГРУППА КРОВИ, ЦВЕТ ГЛАЗ, ВОЛОС И ДРУГИЕ ОСНОВНЫЕ ФИЗИЧЕСКИЕ ЧЕРТЫ РЕБЕНКА - УНИКАЛЬНОЙ ЛИЧНОСТИ С НЕПОВТОРИМОЙ ДНК.



Через несколько часов оплодотворенная яйцеклетка начинает делиться в геометрической прогрессии. Никогда больше в жизни тело человека не будет развиваться с такой интенсивностью. От зачатия до рождения масса малыша увеличивается в 5 000 000 раз.

СЕРДЦЕ РЕБЕНКА

- на **18-21 ДЕНЬ** от зачатия начинается первая пульсация крохотного сердечка!
- на **24 ДЕНЬ** однокамерное сердце самостоятельно перекачивает кровь, которая отделена от кровеносной системы матери.
- **4 НЕДЕЛЯ** формируется двухкамерное сердце.
- **5 НЕДЕЛЯ** у малыша уже трехкамерное сердце, биение которого мама может прослушать на УЗИ!



КОГДА ЖЕНЩИНА УЗНАЕТ ЧТО БЕРЕМЕННА, СЕРДЦЕ ЕЕ РЕБЕНКА УЖЕ БЬЕТСЯ. ОНО БУДЕТ БИТЬСЯ ДО КОНЦА ЕГО ЖИЗНИ.

СТАДИИ РАЗВИТИЯ СЕРДЦА ЧЕЛОВЕКА В НЕДЕЛЯХ ОТ ЗАЧАТИЯ



2 НЕДЕЛИ



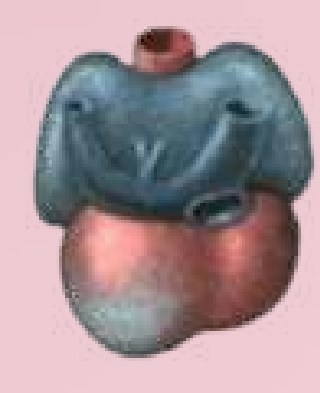
2,5 НЕДЕЛИ



3 НЕДЕЛИ



3,5 НЕДЕЛИ



5 НЕДЕЛЬ

5 НЕДЕЛЯ

Формируются гонабласты - прародители будущих сперматозоидов или яйцеклеток ребенка. Происходит закладка половых клеток и способность к будущему воспроизводству рода.

6 НЕДЕЛЯ

Активно формируется и развивается головной мозг. энцефалограмма регистрирует мозговую активность.

8 НЕДЕЛЯ

Ребенок чувствует боль и реагирует на нее. Малыш много двигается.

9 НЕДЕЛЯ

Завершается формирование основных органов и систем.

ВАЖНО ЗНАТЬ, что ребенок в утробе матери не является частью ее тела. Разве может у человека быть два мозга, два сердца или две независимые системы кровообращения с разными группами крови?

РЕБЕНОК-ЭТО УНИКАЛЬНАЯ ЛИЧНОСТЬ, ЖИЗНЬ КОТОРОЙ ТАК ЖЕ ДРАГОЦЕННА КАК И ВАША.

Официальный портал Минздрава России о **Вашем** здоровье



TAKZDOROVO.RU

Информационный портал по здоровому образу жизни

ЗОЖ55

