

Планирование беременности

Инстинкт материнства заложен в нас природой, и каждая женщина сознательно или неосознанно стремится выполнить свое главное предназначение. Бытует мнение, что здоровье и жизнь матери и младенца полностью зависят от того, как пройдут роды. Но акт родов является лишь завершением целого периода жизни под названием беременность. Вместе с тем, далеко не каждая беременность, к сожалению, заканчивается благополучными родами. Бывает, что ребенок оказался совсем не ко времени, а случается, что женщина не может выносить долгожданного малыша. Чтобы этого не случилось, беременность надо тщательно спланировать и подготовиться не только к рождению, но и к зачатию ребенка.

Есть ряд условий, соблюдение которых не только увеличивает вероятность зачатия, но и максимально гарантирует рождение здорового малыша. Подготовку лучше всего начинать за три месяца до зачатия - ведь именно в первые недели, когда вы, скорее всего, еще не знаете, что беременны, плод особенно подвержен неблагоприятным воздействиям, поскольку именно в это время происходит закладка важнейших органов и систем эмбриона. Если вы уже в этот период будете правильно питаться и поддерживать физическую форму, это обеспечит нормальное развитие ребенка во внутриутробный период.

Возможно, надо будет подумать и о другом: не повредит ли беременности ваша работа, сделаны ли все необходимые прививки. Заблаговременная подготовка к беременности позволит свести риск к минимуму и предотвратит осложнения. Во всем мире уже давно принято говорить о **планируемой беременности**. Начинать планирование здорового ребенка надо с визита к врачу.

Супружеская пара, готовясь к беременности, должна пройти полное медицинское обследование еще до зачатия ребенка, чтобы предотвратить возможные проблемы в будущем. Нарушения менструального цикла, наличие воспалительных заболеваний, опухолей яичников и другие гинекологические заболевания могут неблагоприятно отразиться на развитии беременности, течении родов и послеродового периода, а значит и здоровье новорожденного ребенка. При подготовке к беременности женщине рекомендуется пройти обследование гинеколога с ультразвуковым исследованием органов малого таза, тестами функциональной диагностики и гормональное обследование.

В последние годы большое распространение получила урогенитальная инфекция (хламидиоз, герпетическая, цитомегаловирусная, микоплазмоз и др.). Вызывая заболевания или местный дискомфорт у женщин, а иногда протекая бессимптомно, эти инфекции передаются половым путем, нередко приводя к внутриутробным заболеваниям плода и новорожденного. Хроническая, своевременно не выявленная и не вылеченная вирусная или бактериальная инфекция является одним из основных факторов невынашивания беременности. Даже при отсутствии прямого воздействия на плод инфекционный процесс приводит к развитию хронического эндометрита, эндокринным и аутоиммунным нарушениям, вызывающим отклонения в развитии эмбриона.

Кроме того, если у одного из супругов имеются общие заболевания, не связанные с репродуктивной функцией (эндокринные заболевания, нарушения функции сердца, почек, печени) необходима консультация специалиста с последующим обследованием, целью которого служит определение степени повреждения больного органа, адаптационных возможностей организма при беременности.

Наиболее благоприятное время для зачатия ребенка конец лета - начало осени. Пребывание на свежем воздухе, продукты богатые витаминами, солнце, отсутствие вирусных инфекций - все это благоприятно влияет на рождение крепкого, здорового ребенка. Делая карьеру, не надо забывать, что женщина находится в наилучшей форме для рождения здоровых детей от 18 до 35 лет. Если же беременность наступила после 35 лет необходимо пройти генетическое обследование.

Если вы решились сделать для своего будущего ребенка все возможное, начав подготовку к его появлению еще до его зачатия, - не сомневайтесь в том, что вы приняли правильное решение! Специалисты центра "Новые медицинские технологии" помогут вам разобраться со всеми возникающими при подготовке к беременности вопросами, составить индивидуальный список необходимых обследований и провести их у нас в центре в удобное для вас время. Главное - ваше желание!