

## **Нормальная беременность.**

Нормальная беременность диагностируется при визуализации одного жизнеспособного эмбриона/плода (определяется сердцебиение) без порока развития в полости матки при ультразвуковом исследовании (УЗИ) органов малого таза и плода.

Жалобы, характерные при нормальной беременности:

Тошнота и рвота являются физиологическим признаком беременности. При нормальной беременности рвота бывает не чаще 2-3 х раз в сутки, чаще натощак, и не нарушает общего состояния пациентки и купируется самостоятельно к 16-20 неделям.

Масталгия связана с отечностью и нагрубанием молочных желез вследствие гормональных изменений.

Боль внизу живота может быть нормальным явлением как, например, при натяжении связочного аппарата матки во время ее роста или при тренировочных схватках Брекстона-Хиггса после 20 недели (тянущие боли, сопровождающиеся тонусом матки, длящиеся до минуты, не имеющие регулярного характера).

Изжога чаще развивается в 3 триместре беременности.

Запоры - связаны с нарушением пассажа по толстой кишке и характеризуются частотой стула менее 3 раз в неделю.

Варикозная болезнь развивается у 20-40 % беременных женщин.

Влагалищные выделения без зуда, болезненности, неприятного запаха или дизурических явлений.

Боль в спине - причиной возникновения является увеличение нагрузки на спину в связи с увеличением живота и смещением центра тяжести, и снижением тонуса мышц под влиянием релаксина.

Синдром запястного канала, результат сдавления срединного нерва в запястном канале, и характеризуется ощущением покалывания, жгучей болью, онемением руки, а также снижением чувствительности и моторной функции кисти.

Необходимые исследования во время беременности:

1 скрининговое УЗИ + биохимический анализ крови в 11.5 нед. - 13.5 нед. беременности;

2 скрининговое УЗИ + ДПМ в 19-21 нед. беременности;

3 УЗИ + ДПМ в сроке беременности 30-32 недели.

Обследование на антитела к ВИЧ, гепатиту В и С, сифилису, к вирусу краснухи.

Обследование на микроскопическое исследование влагалищных мазков при 1 визите и в 3 триместре беременности, цитологическое исследование микропрепарата шейки матки при первом визите, на микробиологическое исследование мочи. Группу крови и резус фактор, общего (клинического) анализа крови, общего (клинического) анализа мочи, биохимический общетерапевтический анализ крови, коагулограмму, перорального глюкозотолерантного теста (24-28 нед.), исследование уровня тиреотропного гормона.

Вакцинация во время беременности:

При путешествии в тропические страны, а также в случае эпидемий, беременной пациентке рекомендовано проведение вакцинации с применением инактивированных и генно-инженерных вакцин, анатоксинов, оральной полиовакцины. Трехвалентные инактивированные вакцины рекомендуются женщинам, у которых беременность совпадает с сезоном гриппа. В настоящее время подтвердили, что заболеваемость у беременных COVID 19 выше, чем в популяции. Одной из основных мер специфической профилактики новой коронавирусной инфекции является иммунизация населения, в том числе группы высокого риска, к которым относятся беременные женщины. Вакцинация беременных женщин проводится с 24 недель беременности. Министерством Здравоохранения РФ для вакцинации беременных рекомендована только одна вакцина, «Спутник V» (Гам-Ковид-Вак).

Клинические симптомы, требующие незамедлительного обращения к врачу акушеру-гинекологу:

- 1) Кровотечение из влагалища;
- 2) Сильные боли в животе;
- 3) Отеки: резкие отеки на ногах, руках и лице;
- 4) Сильные головные боли или изменения в зрении;
- 5) Резкое уменьшение движений плода;
- 6) Непереносимая боль в спине, груди или в малом тазу
- 7) Затрудненное дыхание или боль в груди
- 8) Температура выше 38
- 9) Потеря сознания или сильная слабость.

## Преграavidарная подготовка

Это комплекс профилактических, диагностических и лечебных мероприятий, направленных на оценку состояния здоровья и подготовку половых партнеров к зачатию, последующему вынашиванию и рождению здорового ребенка.

Планирование беременности включает в себя полное обследование мужчины и женщины, сдачу всех анализов, лечение хронических заболеваний, изменение некоторых привычек и заведение новых. Отказ от вредных привычек, сбалансированное полезное питание, прием витаминов и психологическая подготовка.

При планировании беременности – все это поможет защитить будущую маму и малыша от нежелательных вероятных проблем.

Первичное обследование целесообразно проводить как минимум за 3 месяца до предположительного зачатия.

### **Специалисты первого этапа подготовки:**

- акушер – гинеколог , андролог , терапевт , эндокринолог , генетик, гематолог .

- Акушер – гинеколог и андролог могут оценить степень готовности репродуктивных систем будущих родителей к появлению ребенка ( осмотр ,УЗИ, кольпоскопия, спермограмма, анализы – мазок, ИФА, ПЦР).

В случае необходимости провести лечение или санацию родовых путей.

- Терапевт – диагностика индекса здоровья ( ЭКГ , клинические и биохимические анализы крови , мочи). Консультация женщин с экстрагенитальными заболеваниями.

- Консультация эндокринолога при НМЦ, болезни щитовидной железы, сахарном диабете, ожирении и другой эндокринной патологии.

- Консультация гематолога при потере плода от 10 недель беременности и более, преждевременных родов, 3 и более самоабортов.

- Врач генетик рассчитывает риск рождения ребенка с наследственной патологией.

В идеале все супружеские пары должны консультироваться у генетика, но абсолютным показанием для медико-генетического консультирования являются:

- в семье имеются наследственные заболевания или пороки развития.

- женщина старше 35 лет, мужчина старше 50 лет.

- были самопроизвольные выкидыши, неразвивающаяся беременность

- внутриутробная гибель плода, мертворождение.

- имело место длительное воздействие вредных факторов ( радиация , различные химические соединения и др).

**II этап** – применение фолатов в течение 3 месяцев до беременности и на протяжении I триместра гестации в дозировке 400 мкг в сутки.

**Прегавидарная подготовка:**

- необходимое, а порой, и обязательное условие успешного зачатия, беспроблемного протекания беременности и родов без осложнений. Ответственный подход и хорошая подготовка позволяет женщине наслаждаться беременностью, а плоду правильно расти и развиваться.