

О понятии нормальной беременности

С чего начать?

Беременность - большое счастье для каждой семьи, к ней нужно как следует подготовиться, чтобы и малыш родился крепким, и мама выдержала. Планирование беременности включает в себя огромное количество всевозможных мероприятий, направленных на создание идеальных условий для созревания яйцеклетки, ее прикрепления в матке и развития эмбриона. Планирование беременности – это огромный вклад в ваше здоровье, ведь оно состоит, прежде всего, из устранения факторов риска и улучшения общего состояния родителей.

Первые симптомы

В большинстве всех случаев женщины начинают подозревать беременность только с наступлением задержки месячных. Случается даже, что радостную новость будущая мама узнает уже на втором-третьем месяце. Но, прислушавшись и присмотревшись к своему организму, кое-какие выводы можно сделать намного раньше.

Естественно, ваши догадки все равно должен будет подтвердить гинеколог. Но для себя будет полезным знать о беременности как можно раньше, ведь в первые недели плод очень чувствителен ко всем факторам: образ жизни и привычки мамы во многом определяют здоровье и жизнь ребенка в будущем.

Симптомы беременности на ранних сроках у разных женщин часто бывают одинаковыми или похожими. Но нередко наблюдаются индивидуальные реакции организма на происходящие в нем изменения. Мы поможем вам разобраться со своим самочувствием.

О наступившей беременности вам подскажут следующие достоверные симптомы на ранних сроках:

- Отсутствие очередных месячных. Это самый первый и очень вероятный симптом беременности, о котором знает каждая женщина. Но далеко не всегда задержка менструации является фактом состоявшегося зачатия. Нарушение менструального цикла может происходить по огромному множеству причин, не имеющих никакого отношения к беременности.
- Повышение базальной температуры. Этот симптом актуален только для тех женщин, которые ведут график БТ. Он не является стопроцентным доказательством состоявшегося зачатия, но в целом довольно достоверен. При беременности базальная температура повышается до 37оС и выше и удерживается на этих отметках.
- Изменения в груди. У многих женщин грудь становится настолько чувствительной, что любые касания к ней вызывают боль и сильное раздражение. Женщина может наблюдать скудные выделения из груди — это будущее молозиво.

Одновременно грудь наливается, становится тяжелой, может покрываться венозной сеточкой. Изредка «паучьи вены» появляются также и на ногах.

- Перепады настроения. Женщина становится очень уязвимой, плаксивой, мнительной. Она может вспылить по любому поводу и впасть в депрессию. Вместе с повышенной чувствительностью груди женщина нередко списывает все на предменструальный синдром.

- Насморк. Заложенность носа на ранних сроках беременности объясняется изменением гормонального фона. Из-за этого может появиться храп по ночам, не исключены и носовые кровотечения. Хорошо, если вы разглядите свою беременность уже сейчас, потому как насморк при беременности лечить практически нельзя.

- Сонливость, усталость. Усугублять сонливость может и обострившаяся сейчас бессонница: несмотря на усталость и разбитость, порой уснуть бывает просто невозможно.

- Недомогание. В целом ощущается некая разбитость: ломота в теле, озноб, может даже повышаться температура до субфебрильных отметок. Наряду с предыдущими признаками такая картина частенько воспринимается как начало гриппа.

- Различные боли. Как не прискорбно, но это факт: с наступлением беременности могут появиться самые различные боли. Многие женщины отмечают, что у них болит голова, грудь, живот, спина или поясница, ноги, руки. Некую опасность представляют тянущие боли внизу живота, сопровождающиеся небольшими кровянистыми выделениями. Если вы подозреваете у себя беременность, то необходимо обратиться за консультацией к гинекологу: возможно, речь идет об угрозе выкидыша. Но в целом подобные боли будут сопровождать женщину в течение всего срока: матка все время растет и удерживающие ее связки растягиваются, что бывает довольно ощутимым для будущей мамы.

- Обострение хронических заболеваний. Ко всему этому могут обостриться воспалительные процессы, затаившиеся в вашем организме. Если вы прежде страдали почечными или другими заболеваниями, то с большой долей вероятности они дадут о себе знать сейчас.

- Учащенное мочеиспускание. Матка начинает увеличиваться с самых ранних сроков беременности, оказывая давление на мочевой пузырь.

- Пигментные пятна. Чаще всего темнеют ореолы сосков и линия живота, ведущая от пупка к лобку. Но в целом пигментация может проявиться где угодно

- Вздутие, запоры, изжоги. Нарушения процессов пищеварения и работы желудочно-кишечного тракта будут сопровождать женщину на протяжении всего периода вынашивания. Некоторые из проявлений появятся уже на самых ранних сроках: повышенный метеоризм, ощущение тяжести в желудке, вздутие, запоры или расстройства стула, изжоги.

- Изменение вкусовых пристрастий. Полный хаос творится и с вашими гастрономическими пристрастиями. Захотеть клубники или черешен посреди зимы может, в принципе, каждая из нас. Но вот мечтать о лакомствах, которых прежде вы на дух не переваривали, может только беременная женщина.

- Усиленное обоняние. Неудивительно, что к запахам при таком раскладе вы можете быть очень чувствительны. От любимых парфюмов просто воротит, а сбежавшее молоко в квартире из дома напротив слышите первой.

- Тошнота, рвота. Этот симптом самый популярный в народе, хотя в действительности он стоит не на первом месте. Ранний токсикоз на самом деле испытывают многие беременные женщины, но далеко не все и не всегда. Если приступы рвоты случаются слишком часто и вы начинаете терять в весе, то необходимо срочно обратиться к врачу. В противном случае волноваться нечего: ищите способы борьбы с токсикозом.

- Усиленное слюноотделение. К слову, не удивляйтесь, если слюна начала выделяться в больших объемах: это нормально и скоро пройдет.

- Также на ранних сроках могут наблюдаться обильные выделения белей. Если вы сдавали анализ на ХГЧ, то он непременно будет повышен.

Мы акцентируем ваше внимание на том, что это перечень симптомов вероятной беременности. Они не являются поводом для постановки точного диагноза, это может сделать только врач. И даже подозревать у себя беременность можно только по сочетанию нескольких из вероятных симптомов. Но мы желаем вам, чтобы результат в любом случае оказался для вас таким, как вы ожидаете.