ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНСТВО ПО ОБРАЗОВАНИЮ

ЮЖНО-РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ЭКОНОМИКИ И СЕРВИСА ВОЛГОДОНСКИЙ ИНСТИТУТ СЕРВИСА

КАФЕДРА\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

РЕФЕРАТ

по дисциплине:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(наименование учебной дисциплины)

тема (вариант):\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(тема, вариант индивидуального задания)

по специальности:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(код и наименование специальности)

Выполнил (а):

(подпись) (ф.и.о. студента)

студент (ка)\_\_\_\_\_курса

группы\_\_\_\_\_\_\_\_

№ зачетной книжки\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Принял (а):

(подпись) (ф.и.о. преподавателя)

Волгодонск 200\_

Содержание:

1. Введение……………………………………………………………3
2. В начале…………………………………………………………….3
3. Действие внешних факторов во время беременности…………..5
4. 1-ый месяц………………………………………………………….8
5. 2-ой месяц…………………………………………………………..9
6. 3-ий месяц………………………………………………………….10
7. 4-ый месяц…………………………………………………………11
8. 5-ый месяц…………………………………………………………12
9. 6-ой месяц………………………………………………………….13
10. 7-ой месяц………………………………………………………….15
11. 8-ой месяц………………………………………………………….16
12. 9-ый месяц………………………………………………………….17
13. Роды………………………………………………………………...19
14. Заключение………………………………………………………....21
15. Используемая литература…………………………………………22

**Введение**

Роды являются, несомненно, сложным биологическим процессом, понимание которого требует большого медицинского познания, и одновременно рождение представляет собой глубоко проникающее эмоциональное событие, касающееся человеческих испытаний, эмоциональных потребностей и поведения, а также значимый момент для развития и формирования психики ребенка.

Материнская любовь велика и даже безгранична, но самые превосходные отношения и образцы должны найти рациональные формы реализации, нельзя опираться единственно на, несомненно, важном материнском инстинкте. Это означает, что необходимым условием реализации прекрасной материнской любви является знание основной информации по развитию плода, протеканию беременности и родов. Проще говоря, точное познание того, что является хорошим для ожидаемого ребенка, и вместе с тем, благоприятным для матери, ожидающей рождения, и что касается её образа жизни, гигиены и питания. Познание в этой области не обедняет прекрасные материнские и отцовские чувства, а, наоборот, обогащает их, делает более полными и одновременно рациональными.

Признаки беременности, её протекание и осложнения описаны очень ясно и понятно, весьма общим способом, без попыток их научного объяснения, что для неподготовленного читателя было бы затруднительным и непонятным. Значительные упрощения некоторых биологических явлений делают их более понятными, особенно для читателей, которые с этими проблемами сталкиваются впервые.

**В начале**

Действительно ли я беременна? Это первый вопрос будущей матери, который она задает себе обычно тогда, когда только появится первый признак беременности. К счастью, это вопрос, на который можно быстро ответить, связывая результаты, полученные в тестах беременности с медицинским осмотром.

Некоторые из признаков беременности, которые вы заметите, могут предполагать возможность беременности, другие – вероятность. Никакие из ранних признаков беременности не являются, однако, полностью уверенным подтверждением возникновения беременности. Де-факто, первым полностью уверенным доказательством беременности является биение сердца вашего ребенка, которое около 10, а чаще 12 недели можно прослушать с использованием очень чувствительного аппарата US-Допплера, а в случае использования обычного стетоскопа врача – около 18-20 недели. Более ранние признаки предполагают только возможность или вероятность, что вы носите в себе ребенка. Проверенные тесты беременности вместе с медицинским осмотром смогут помочь установить правильный диагноз.

**Возможные признаки беременности**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Признак | Когда появляется | Другие возможные причины |
| Аменнорхэа (отсутствие менструации) | Обычно период всей беременности | Путешествие, усталость, стресс, страх перед беременностью, гормональные проблемы или болезнь, экстремальная полнота или худоба, прекращение приема пилюль, кормление грудью. |
| Тошнота по утрам (также и в любое время дня) | 2-8 недель после оплодотворения | Пищевое отравление, инфекция и многие другие заболевания. |
| Частое мочеиспускание | Обычно 6-8 недель после оплодотворения | Воспаление мочевыводящих путей, мочегонные средства, диабет |
| Припухлость груди, нервная дрожь в груди, гиперестезия | Уже через несколько дней после оплодотворения | Противозачаточные пилюли, приближающаяся менструация |
| Изменение окраски слизистой оболочки влагалища | Первый триместр | Приближающаяся менструация |
| Потемнение ареолы (область вокруг соска), поднятие малых желез вокруг соска | Первый триместр | Отсутствие гормонального равновесия или следствие более ранней беременности. |
| Голубые или розовые линии на груди, а позже на животе | Первый триместр | Отсутствие гормонального равновесия или следствие более ранней беременности. |
| Усиленный аппетит | Первый триместр | Несоответствующая диета, стресс, воображение или приближающаяся менструация |
| Потемнение линии от пупка до лонного бугорка | 4 или 5 месяц. | Отсутствие гормонального равновесия или следствие более ранней беременности. |

**Вероятные признаки беременности**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Признак | Когда появляется | Другие возможные причины |
| Рыхлость матки и шейки | 2-8 недель после оплодотворения | Запоздалая менструация |
| Увеличенная матка и живот | 8-12 неделя | Бугор, миомы |
| Возникающие с перерывами безболезненные судороги | Ранняя беременность, увеличенная частота судорог вместе с развитием беременности | Судороги кишечника |
| Движения плода | Первые заметные на 16-22 неделе беременности | Газы, судороги кишечника. |

**Позитивные признаки беременности**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Признак | Когда появляется | Другие возможные причины |
| Визуализация эмбриона или пузырька через USG | 4-6 недель после оплодотворения | Нет |
| Деятельность сердца плода | На 10-20 неделе | Нет |
| Движения плода, ощутимые через брюшные оболочки | После 16 недель | Нет |

**Действие внешних факторов во время беременности**

Беременные женщины всегда беспокоились. Тогда как беспокоящие их проблемы менялись через поколения, ибо гинекология и будущие родители открывали все больше из того, что имеет, а что не имеет влияния на хорошее состояние не родившегося ребенка. Наши бабушки, склонные верить в различные предсказания, верили, что если беременная женщина увидит обезьяну, то она родит ребенка похожего на обезьяну, или что если она ударится в живот, то от страха оставит на ребенке знамение в виде руки. Мы же склонны поверить в каждодневную порцию газетных и телевизионных сообщений (обычно также поражающих воображение, как и беспочвенных) и в результате мы имеем беспокойства: а воздух, которым мы дышим, загрязнен? А вода, которую я пью, безопасна? А моя работа или курение мужа, или чашка утреннего кофе, вредят здоровью моего ребенка? А как с рентгеновским снимком зуба? Эти вопросы становятся источником беспокойства, что в свою очередь приближает к нервной беременности. Однако они могут стать опорой для действий, которые принесут эффект в облике здорового ребенка.

Алкоголь

«Тогда ты зачнешь и родишь сына; остерегайся с той поры и не пей вина и ни другого напитка хмельного», сказал ангел матери Самсона в Книге Судий. Счастливая женщина. Она могла начать заказывать минеральную воду тогда, когда её сын был только искоркой в глазе своего отца. Немногие из нас получают такое предупреждение о приближающейся беременности. И поэтому мы делаем много того, о чем потом жалеем, когда во втором месяце узнаем, что беременны. Например, несколько выпитых рюмок представляют самую частую проблему, с которой обращаются беременные пациентки во время первого визита. К счастью, это одна из проблем, о которой можно быстро забыть. Ибо не доказано, что несколько рюмок алкоголя в ранней стадии беременности могут оказаться вредными для зародыша. Недавние исследования показали, что женщины, которые в ранней стадии беременности выпили немного алкоголя, родили таких же здоровых детей, как и те, которые вообще не пили.

Однако же злоупотребление алкоголем во время беременности связано с проявлением отклонений у потомства. Это не будет неожиданным, если принять во внимание факт, что алкоголь проникает в кровь плода в той же степени, что и в кровь матери: каждая рюмка, выпитая беременной женщиной, делится с её ребенком. Поскольку удаление алкоголя из крови длится вдвойне дольше, чем из крови матери, ребенок может быть на стадии потери сознания, когда его мать начинает хорошо себя чувствовать.

Чрезмерное употребление алкоголя (повсеместно принятое как 5-6 рюмок вина, пива или чистого спирта в день) во время беременности может вызвать не только серьезные гинекологические осложнения, но также так называемый Алкогольный Комплекс Плода. Это состояние описано как синдром, продолжающийся всю жизнь; новорожденные появляются меньшими, с психическими и физическими осложнениями (особенно головы, лица, сердца, конечностей и центральной нервной системы), увеличивается смертность плодов. На протяжении жизни детей с этим комплексом наблюдаются проблемы со способностью делать выводы из собственных ошибок.

Курение

К счастью, нет никаких оснований, чтобы утверждать, что курение, даже начатое за 10 или 20 лет до беременности, будет иметь негативное влияние на плод. Однако доказано, что курение сигарет в период беременности, особенно после четвертого месяца, может увеличить риск осложнений в этот период. Это именно табак является одной из главных причин проблем, связанных с предродовым состоянием, таких как кровотечение из матки, выкидыш, досрочное отделение детского места, преждевременно лопнувший плодный пузырь или преждевременные роды. Доказано, что в США до 14% преждевременных родов – это результат курения табака.

Существуют также неоспоримые доказательства того, что курение сигарет будущей матерью влияет непосредственно на развитие ребенка в её лоне. Наибольшую угрозу представляет низкий вес при рождении. В высокоразвитых странах, как США, Великобритания одна треть новорожденных с низким весом является следствием курения сигарет их матерями. Этот низкий вес является главной причиной детских болезней и смерти ребенка перед, в процессе или сразу после рождения.

В общем, когда женщина курит сигарету, её ребенок закрыт в наполненном дымом лоне. Его сердце бьется чаще, он кашляет и давится, а самое плохое то, что в связи с недостатком доставляемого количества кислорода ребенок не в состоянии расти и развиваться так, как должен.

Будущие опасности

Разверни газету или включи телевизор или радио и у тебя будет огромный шанс услышать очередные донесения на тему риска беременности в наше время. Если верить средствам массовой информации, ожидающая ребенка мать не должна есть, пить, дышать или работать без того, чтобы подвергнуть плод потенциальной опасности. Для твоего покоя знай, что беременность никогда до сих пор не была такой безопасной, никогда в истории родов у детей не было лучшего шанса родиться живыми и в лучшем состоянии. Большинство угроз со стороны окружающей среды существует только теоретически, и они являются побочной частью всех осложнений, связанных с беременностью и родами.

Что должна сделать будущая мать? Прочитать о всех опасностях окружающей среды, отмеченных в этом разделе, удалить некоторые из них, научиться с ними жить, а что самое главное – смотреть на них с позиции здравой перспективы.

Такие факторы окружающей среды, которые не попадают под твой контроль, как: работа, во время которой ты сидишь напротив экрана компьютера, родной город, отравленный окисью углерода, подверженность отравляющим стокам, инсектициды – они имеют много меньшее влияние на твою беременность, чем факторы, остающиеся под твоим контролем. Это: пребывание в хорошей форме, нахождение под регулярным врачебным контролем, применение диеты, отказ от алкоголя, сигарет, не употребление лекарств, не рекомендованных врачом в момент, когда ты узнала, что беременна. Женщина, которая боится того, что было раньше, но постоянно курит по пачке сигарет в день, теряет цель. Было бы умнее, если бы она сконцентрировалась на тех факторах, которые определенно имеют влияние на состояние её ребенка, чем на боязни того, что наверняка не будет важным.

Во время беременности ты часто должна будешь принимать умные решения. Почти каждое из решений будет иметь влияние на здоровье твоего ребенка. Но неправильный выбор время от времени не является катастрофой – он изменит шансы незначительно. Если ты уже совершила пару небольших ошибок, которых нельзя исправить, забудь о них. Просто делай лучший выбор в дальнейшем. И помни – преимущество на стороне твоего ребенка.

**Девять месяцев беременности.**

**От начала до родов.**

**Первый месяц**

**Чего ты можешь ожидать во время первого посещения.**

Первое посещение является наиболее исчерпывающим из всех посещений в период беременности. В это время делается анамнез, выполняются определенные тесты, а также определяются дальнейшие действия. Практика одного врача может незначительно отличаться от практики другого врача. Вообще говоря, исследование должно содержать:

**Подтверждение Твоей беременности***.* Твой врач захочет проконтролировать:

- какие симптомы беременности ты чувствуешь и дату последних месячных для того, чтобы определить срок родов;

- оценить твою шейку и матку для определения приблизительного срока беременности.

Если у врача зародились какие-нибудь сомнения, то врач может порекомендовать выполнить тест беременной, если она его еще не выполняла.

**Полную историю.** Для того чтобы обеспечить тебе возможно лучшее наблюдение, твой врач захочет как можно больше знать о тебе. Подготовься к этому посещению, просмотри домашние заметки и освежи свою память, чтобы суметь ответить на следующие вопросы:

**-** персональные медицинские данные (хронические болезни, перенесенные серьезные болезни и операции, лекарства, которые ты обычно употребляешь или употребляла перед беременностью, аллергические болезни, лекарства, на которые ты особенно чувствительна);

**-** анамнез семейный (генетические болезни, хронические заболевания);

**-** опрос социальный (возраст, профессия, привычки (такие, как: курение сигарет, употребление алкогольных напитков, занятия гимнастикой, диета));

**-** гинекологический и акушерский опрос (возраст, в котором наступили первые месячные, продолжительность менструального цикла, время длительности и регулярность цикла, прошлые выкидыши – искусственные и самопроизвольные, живые роды, течение прежних беременностей и родов);

**-** факторы в твоей жизни, которые могли оказать влияние на течение беременности.

**Полное медицинское обследование:** обследование сердца, легких, грудной клетки, брюшной полости; измерение артериального давления крови, которое является основным измерением, контролируемым во время последующих визитов; измерение твоего роста и веса тела – обычного и в настоящее время; контроль нижних конечностей, с точки зрения появления желваков (на ногах) и опухолей (опухоли от чрезмерной жидкости в тканях), который служит для сравнения при последующих визитах; контроль и обследование пальпированием наружных половых органов; внутреннее обследование влагалища и шейки (при использовании зеркала); обследование органов малого таза обеими руками (одна рука во влагалище, другая – на животе), а также через прямую кишку и влагалище; оценка размеров твоего костного таза.

**Что у тебя внутри.** В конце первого месяца твой ребенок еще очень маленький, подобно эмбриону головастика, меньше, чем зерно риса. Во время последующих двух недель он начинает формировать: нервный канал, спинной мозг и позвоночник, сердце, пищевод, сосуды органов чувств, связки плечей и ног.

**Второй месяц**

**Чего ты можешь ожидать во время периодического обследования.**

Если это Твой первый визит, обратись к разделу: «Чего Ты можешь ожидать во время первого визита». Если это – второе обследование, можешь ожидать, что оно охватит следующие вопросы (хотя могут быть и отклонения в способе проведения обследования Твоим врачом):

- вес и давление;

- анализ мочи на содержание сахара и белка;

- обследование рук и стоп на предмет появления отеков (опухолей), подушек, варикозных вен;

- симптомы, которые Ты чувствуешь, особенно необычные (непривычные);

- вопросы или проблемы, которые Тебе хотелось бы решить (составь список).

**Что ты можешь чувствовать**

Ты можешь чувствовать одно, два или все, перечисленные ниже явления, а можешь и не чувствовать. Некоторые могут продолжаться до последних месяцев беременности, иные могут быть совершенно новыми. Не удивляйся, что не замечаешь никаких явлений, если еще не знаешь, что ты беременна.

**Физические явления:**

- усталость и сонливое состояние;

- частое мочеиспускание;

- тошнота с/или без рвоты и/или чрезмерное слюноотделение;

- запоры;

- изжога, расстройство пищеварения, вздутие;

- нет аппетита и появились причуды, свойственные беременным;

- изменения грудных желез: располнели, потяжелели, напряглись, ободок вокруг соска потемнел. Потовые железы вокруг сосков стали торчащими (узелки Монтгомери), выглядят, как гусиные, сетка голубых линий под кожей, указывающая, каким путем кровь поступает в грудь;

- периодические головные боли (напоминающие головные боли у женщин, принимающих антиконцепционные пилюли);

- периодическое обморочное состояние и головокружение;

- плотное прилегание белья вокруг талии и бюста, может увеличиться живот, что вызвано растяжением костей таза больше, чем ростом матки.

**Психические чувства:**

- неустойчивость настроения, сравнимая с предмесячными явлениями, проявляющаяся в раздражительности, перемене настроения, нерациональности, плаксивости;

- беспокойство, страх, радость, подъем настроения – какое-то или все эти явления.

**Что у тебя внутри.**

В конце второго месяца зародыш больше напоминает человеческую суть, длина его около 33мм. от головы до ягодиц (1/3 этого составляет голова) и весит около 9 граммов. У него уже есть бьющееся сердце, плечи и ноги с зачатками пальцев и большого пальца стопы. Кости начинают заменять хрящи.

**Третий месяц**

**Чего тебе следует ждать от периодического обследования**

В этом месяце Ты можешь ждать, что Твой врач, в зависимости от своего стиля работы и Твоих потребностей, проконтролирует нижеуказанные пункты:

- вес и кровяное давление;

- анализ мочи на содержание сахара и белка в ней;

- работу сердца плода;

- величину матки на основании наружного обследования и сравнения её с величиной, характерной для данного срока беременности;

- высоту дна матки;

- отеки рук и ног;

- варикозное расширение вен;

- вопросы и проблемы, о которых Ты хотела бы поговорить, приготовь заранее в виде списка.

**Что ты можешь чувствовать**

Ты можешь чувствовать нижеприведенные симптомы все сразу или нет. Какие-то продолжаются еще с предыдущего месяца, другие – совершенно новые, некоторые явления могут проявляться у Тебя менее выразительно.

**Физические явления:**

- усталость и сонливое состояние;

- частое мочеиспускание;

- тошнота с рвотой и/или слюноотделением;

- запоры;

- изжога, расстройство пищеварения, вздутие;

- отвращение к еде, причуды;

- изменения грудных желез: полнота, твердость, тяжелые, ободок вокруг соска потемнел; потовые железы на обводе груди становятся выступающими (узелки Монтгомери), как гусиные узелки; голубая сетка линий расширяется под кожей;

- увеличивается число заметных вен на животе и ногах;

- периодические головные боли;

- на талии и бедрах вещи стали тесными. В конце этого месяца уже может быть заметен живот;

- увеличивается аппетит.

**Психические явления:**

- повышенная возбудимость, напоминающая предменструальное состояние (раздражительность, смена настроения, нервозность, плаксивость);

- боязнь, страх, радость, подъем;

- новое внутреннее спокойное состояние.

**Что у тебя внутри.**

В конце третьего месяца маленький плод имеет размер: от 6,2 до 7,5 см и весит около 16 гр.; развиваются органы; функционирует система кровообращения и мочевая система; печень вырабатывает желчь; половые органы уже развиты, но пол трудно определить.

**Четвертый месяц**

**Чего ты можешь ожидать во время периодического обследования**

В этом месяце контрольный визит к врачу может содержать следующие обследования, выбранные с точки зрения состояния пациентки и стиля работы врача:

- вес и кровяное давление;

- анализ мочи с определением уровня сахара и белка в ней;

- определение работы сердца плода;

- размеры матки, определенные методом пальпирования;

- высота дна матки;

- контроль рук и ног с точки зрения появления опасных отеков и варикозных вен;

- проверка наблюдаемых явлений, особенно беспокоящих пациентку;

- выяснение всего того, что вызывает сомнение.

**Что ты можешь чувствовать**

Указанные ниже явления могут появиться вместе или через определенные интервалы времени, могли начаться в прошлом месяце или появиться в качестве новых. Возможно могут появиться иные, редкие явления.

**Физические явления:**

- усталость;

- более редкое мочеиспускание;

- все более редкие рвота и тошнота (у некоторых женщин это недомогание будет удерживаться и дальше, а у небольшой группы – может только начаться);

- запоры;

- изжога, расстройство пищеварения, вздутие;

- дальнейшее увеличение груди, однако, обычно с уменьшением болезненных ощущений и отеков;

- спорадические головные боли;

- возможны обмороки и головокружение, особенно при неожиданном изменении положения тела;

- катар (насморк) и кровотечение из носа;

- катар уха;

- кровоточат десна;

- растет аппетит;

- легкие отеки косточек и стоп, реже – рук и лица;

- варикозные вены голени или заднего прохода;

- беловатые выделения из влагалища;

- в конце четвертого месяца первые движения плода (главным образом у очень худых женщин или когда эта беременность – не первая).

**Психические явления:**

- смена настроения, напоминающая состояние перед месячными, т.е., раздражительность, плаксивость;

- радость и полнейшее понимание своего состояния: «Ты – в положении»;

- фрустрация, если нет полного ощущения, что Ты – в положении, нормальная одежда становится тесной;

- чувство разбитого состояния, хаоса в голове, забывчивость, все падает из рук, заботы, связанные с концентрацией.

**Что у тебя внутри.**

В конце четвертого месяца у плода длина составляет 10 см, питание поступает через детское место, развиваются такие рефлексы, как сосание и глотание. Доминирует рост головы, появляются зародыши зубов, пальцы рук и ног хорошо сформированы. Иногда плод в это время уже выглядит, как ребенок; в этом случае вне матки он жить не может.

**Пятый месяц**

**Чего ты можешь ожидать во время периодического обследования**

В этом месяце контрольный визит к врачу может содержать следующие исследования, подобранные под углом состояния пациентки и по стилю работы врача:

- кровяное давление;

- анализ мочи на определение сахара и белка;

- работа сердца плода;

- работа и форма матки при наружном обследовании;

- высота дна матки;

- осмотр ног и рук с точки зрения опасного появления отеков, а также ног, с точки зрения варикозности вен;

- проверка наблюдаемых явлений, особенно тех, которые вызывают беспокойство пациентки;

- выяснение других явлений, вызывающих сомнение у пациентки.

**Что ты можешь чувствовать**

Перечисленные ниже явления могут появиться вместе или через какие-то интервалы времени, могли начаться в предыдущем месяце или появиться как новые. Возможно, могут появиться и другие явления, более редкие.

**Физические явления:**

- движение плода;

- увеличение количества выделений белей;

- боли в подбрюшье (результат растяжения связок, поддерживающих матку);

- запоры;

- изжога, расстройство кишечника, вздутия;

- периодические головные боли, обмороки, головокружение;

- насморк и кровотечение из носа, чувство закупорки;

- катар уха;

- кровотечение из десен;

- усиленный аппетит;

- судороги ног;

- отеки стоп и косточек, а также иногда лица и рук;

- варикозные вены голени и/или варикозные вены заднего прохода;

- учащенное сердцебиение;

- более легкое или более трудное получение оргазма;

- боль в спине;

- изменение пигментации кожи на животе и/или лице.

**Психологические явления:**

- каждый раз более полное сознание того, что Ты – в положении;

- более редкие изменения настроения, но может продолжать появляться раздражительность и рассеянность.

**Что у тебя внутри.**

В конце пятого месяца активность плода, длина которого достигает 20-25 см так велика, что мать уже хорошо чувствует ребенка. Его тело покрыто тонким пузырьком, на головке начинают расти волосы, появляются брови и белесые ресницы. Защитная мазь покрывает плод.

**Шестой месяц**

**Чего ты можешь ожидать во время очередного визита.**

В этом месяце можешь ожидать, что обследующий Тебя врач предложит Тебе контрольные исследования, которые будут охватывать перечисленные ниже пункты (хотя и может быть определенная разница, с учетом Твоей ситуации или схемы действий Твоего врача):

- вес и кровяное давление;

- анализ мочи на наличие в ней уровня сахара и белка;

- прослушивание биения сердца плода;

- определение высоты матки;

- определение величины матки и положения плода посредством наружного обследования;

- осмотр конечностей с целью выявления возможного появления отеков или варикозных вен на нижних конечностях;

- обсуждение явлений, которые Ты чувствуешь, особенно нетипичных;

- вопросы и проблемы, которые Ты хочешь обсудить (у Тебя должен быть заранее готов их список).

**Что ты можешь чувствовать**

Ты можешь чувствовать все, указанные ниже явления или только некоторые из них. Одни могут продолжаться, еще начавшись в предыдущем месяце, другие могут отличаться чем-то новым. Часть явлений будет едва заметна, так как Ты уже привыкла к ним. У Тебя могут появиться также и другие, менее распространенные и проявляющиеся явления.

**Физические явления:**

- лучше ощущается активность плода;

- влагалищные выделения бели;

- болезненность подбрюшья, вызванная напряжением связок, поддерживающих матку);

- запоры;

- изжога, расстройство пищеварения, вздутия;

- периодические головные боли, слабость или головокружение;

- гиперемия (полнокровие) слизистой оболочки носа или периодическое кровотечение из носа; чувство, как будто «заложило» ухо;

- «розовая щеточка для зубов» из-за кровоточащих десен;

- чрезмерный аппетит;

- спазмы мышц нижних конечностей;

- деликатные отеки в области двигательного сустава и стоп, периодические отеки также рук и лица;

- варикозные вены нижних конечностей и/или в области заднего прохода;

- зуд кожи живота;

- боль в спине;

- пигментация кожи живота и/или лица;

- увеличение груди.

**Психические чувства:**

- реже появляется перемена в настроении; Ты и дальше будешь чувствовать рассеянность;

- начинает появляться чувство надоедания того, что Ты – беременна;

- появляется беспокойство, касающееся будущего.

**Что у тебя внутри.**

В конце шестого месяца длина плода составляет около 33 см, а вес около 900 г. Его кожа тонкая, блестящая и содержит немного жира в подкожной ткани. Заметны пальцы рук и ног. Начинают отделяться веки, а глаза открываются. Если бы он родился в этом месяце, то при интенсивной опеке и уходе, ребенок мог бы выжить.

**Седьмой месяц**

**Чего ты можешь ожидать во время периодического обследования.**

Ты можешь ожидать, что Твой врач предложит Тебе в этом месяце контрольное обследование, которое будет охватывать, указанные ниже пункты (хотя может появиться определенная разница, в зависимости от Твоей индивидуальной ситуации или схемы поведения Твоего врача):

- вес и измерение кровяного давления;

- обследование работы сердца плода;

- исследование уровня сахара и белка в моче;

- определение высоты дна матки;

- определение величины и положения плода (посредством наружного обследования);

- обследование конечностей под углом отеков и нижних конечностей, с точки зрения варикозности вен;

- обсуждение явлений, чувствуемых Тобой, особенно, когда они не являются типичными;

- Твои проблемы и вопросы – приготовь их список.

**Что ты можешь чувствовать**

Ты можешь чувствовать все, перечисленные ниже явления одновременно или только некоторые из них. Одни могут продолжаться с предыдущего месяца, другие – оказаться совершенно новыми, иных Ты можешь вообще не замечать, потому что уже привыкла к ним. Ты можешь иметь также определенные, менее распространенные явления.

**Физические явления:**

- более сильная и более частая активность плода;

- усиливающиеся выделения бели из влагалища;

- боли в подбрюшье;

- запоры;

- изжога, нарушение пищеварения, газы, вздутия;

- спорадические головные боли, головокружение, поташнивание;

- гиперемия носа, спорадические кровотечения из носа, чувство как будто «заложило» уши;

- «розовая зубная щетка», что вызвано кровотечением десен;

- спазмы мышц нижних конечностей;

- боли в спине;

- небольшие отеки в области стопного сустава и стоп, иногда касающиеся также лица и рук;

- варикозные вены нижних конечностей;

- варикозные вены прямой кишки;

- зуд живота;

- обедненное дыхание;

- трудности со сном;

- спорадические спазмы Бракстона-Никса, обычно безболезненные (матка на момент твердеет, а затем возвращается в прежнее состояние);

- неуклюжесть (которая увеличивает риск падения);

- молозиво, вытекающее или только присутствующее в увеличенных грудях;

**Психические явления:**

- увеличение чувства боязни, касающегося материнства, здоровья ребенка и родов;

- Ты продолжаешь быть рассеянной;

- увеличение мечты и фантазии, связанных с появлением ребенка;

- увеличение чувства надоевшей беременности, появление стремления к скорейшему её окончанию.

**Что у тебя внутри.**

В конце седьмого месяца плод окружен слоем жира. Он может сосать большой палец руки, иметь икоту, может плакать и отличать сладкий вкус от кислого. Он реагирует на такие рефлексы, как: боль, свет, звук. Ограничению начинают подвергаться функции детского места по мере того, как амниотическая жидкость, в связи с ростом ребенка, заполняет матку. У ребенка в это время значительные шансы выжить в случае преждевременных родов.

**Восьмой месяц**

**Чего ты можешь ожидать во время очередного обследования**

После 32 недель беременности Твой врач может попросить Тебя о том, чтобы Ты приходила для контроля каждые две недели, чтобы обеспечить лучшую опеку Тебе и Твоему ребенку. Можешь ожидать, что будут проконтролированы следующие параметры, в зависимости от Твоей особой ситуации и стиля работы врача:

- вес и кровяное давление;

- сахар и белок в моче;

- работа сердца плода;

- высота дна матки;

- величина и положение плода;

- обследование конечностей на предмет появления отеков и варикозного расширения вен.

- иные явления, которые Ты чувствуешь, особенно необычные;

- кроме того, вы обсудите Твои вопросы и проблемы – приготовь их список.

**Что ты можешь чувствовать**

Ты можешь чувствовать все ниже перечисленные явления одновременно или только некоторые из них. Некоторые могут продолжаться с предыдущего месяца, другие – появиться лишь сейчас. У Тебя могут быть также другие, менее распространенные явления.

**Физические явления:**

- сильная, регулярная активность плода;

- усиливающиеся выделения белей из влагалища;

- усиливающиеся запоры;

- периодические головные боли, тошнота или головокружение;

- изжога, расстройство пищеварения, вздутия;

- перенасыщение кровью слизистой оболочки носа и спорадическое кровотечение из носа;

- чувство, что «заложило уши»;

- «розовая щеточка для зубов», что вызвано кровотечением из десен;

- спазмы мышц нижних конечностей;

- боли спины;

- легкие отеки в области стопового сустава и стоп, спорадические отеки лица и рук;

- варикозные вены нижних конечностей;

- варикозные вены прямой кишки;

- зуд живота;

- растущее сокращение дыхания, вызванное давлением матки на легкие (которые несколько отступают, так как ребенок перемещается ниже);

- трудности со сном;

- увеличение количества спазм Бракстона-Никса;

- неуклюжесть;

- молозиво, вытекающее из грудей (хотя оно может появиться лишь после родов).

**Психические чувства:**

- желание окончания беременности;

- явления, касающиеся здоровья ребенка и родов;

- возрастающая рассеянность;

- усиление мысли о том, что недолго.

**Что у тебя внутри.**

В конце восьмого месяца беременности длина ребенка около 45 см, а весит он 2500 граммов. Особенно интенсивно в этот период растет мозг. Ребенок может видеть и слышать. Большинство систем уже хорошо развиты, но легкие могут быть еще недоразвиты. У ребенка большие шансы выжить в случае преждевременных родов.

**Девятый месяц**

**Чего ты можешь ожидать во время очередного обследования**

После 36 недель беременности Ты будешь встречаться со своим врачом каждую неделю. Как настроение, так и содержание этих визитов будут напоминать Тебе о том, что приближается «день пробы». Ты можешь ожидать, что обследование будет охватывать указанные ниже пункты. Однако, может появиться определенная разница, в зависимости от Твоей особенной ситуации и от схемы действий Твоего врача.

- Взвешивание (замедление или приостановка прироста веса) и измерение кровяного давления (оно может быть несколько выше, чем в середине беременности);

- Исследование наличия сахара и белка в моче;

- Исследование работы сердца плода;

- Определение высоты дна матки.

- Определение величины плода (можешь узнать о приблизительном весе ребенка), определение положения плода (первая головка или ягодицы?) и расположение плода (личиком вперед или назад?), а также высоту плода.

- Обследование отеков на стопах и руках, а также возможное появление варикозных вен на ногах.

- Внутреннее обследование шейки (обычно после 38 недель беременности) для определения её раскрытия, а также в случае необходимости – для повторного посева.

Сбор замеченных Тобой явлений, особенно новых.

Определение частоты и времени продолжения спазм готовящейся матки (так называемые спазмы Бракстона-Никса).

- Выяснение Твоих вопросов и сомнений, особенно касающихся родов – приготовь список.

- Ты должна также получить информацию о том, как узнать начало родов и когда Ты должна позвонить врачу.

**Что ты можешь чувствовать**

Ты можешь чувствовать все, указанные ниже явления или только некоторые из них. Одни могут продолжаться в течение всего месяца, другие появятся неожиданно. Часть явлений будет едва заметна из-за их постоянного появления и Твоей уже привычки к ним. Они могут быть также замаскированы новыми, более сильными впечатлениями, на которые ты больше обращаешь внимание, так как свидетельствуют о том, что роды уже близко.

**Физические явления:**

- Изменения в активности плода (ребенок больше «крутится» чем копается из-за постепенно уменьшающегося пространства).

- Выделения из влагалища стали гуще и содержат больше слизи, в которой можно увидеть ниточки крови, они могут быть также более коричневыми или более розовыми, после внутреннего обследования или после половых отношений.

- Запоры.

- Изжога, расстройство пищеварения, вздутия.

- Периодические головные боли и головокружение, склонность к обмороку.

- Отеки и полнокровие слизистой оболочки носа, кровотечение из носа, впечатление «заложенных ушей».

- «розоватая» щеточка для зубов из-за кровотечения из десен.

- Спазмы мышц ног во время сна.

- Усиливающаяся боль позвоночника и чувство тяжести.

- Недомогание и болезненность таза и ягодиц.

- Нарастающие отеки косточек и стоп, а иногда ладоней и лица.

- Варикозные вены на ногах.

- Варикозные вены в заднем проходе.

- Зуд кожи живота.

- Более легкое дыхание после снижения матки и плода.

- Частое мочеиспускание после снижения матки и плода.

- Увеличивающаяся бессонница.

- Более частые и более сильные спазмы матки (некоторые могут быть болезненными).

- Трудности и неловкость при движении.

- Появление молозива при надавливании грудей или вытекающее самостоятельно (иногда молозиво не появляется до самых родов).

- Усталость или чрезмерная энергия, а иногда оба чувства попеременно.

- Рост или потеря аппетита.

**Психические явления:**

- Возрастающий подъем, беспокойство, рассеянность, страх.

- Чувство облегчения, «что это почти уже».

- Чрезмерная возбудимость особенно по отношению к людям, которые говорят: «Ты еще здесь?»

- Нетерпеливость и возбуждение.

- Сны и мечты о ребенке.

**Что у тебя внутри:**

Головное предлежание плода в предродовой период это нормальное его положение. Плод прибавляет в росте около 5 см и около 1 кг веса (к моменту рождения плод достигает в среднем длины около 50 см и веса более 3 кг). Т.к. ребенку становится все меньше места в матке, он становится все менее подвижным, что сразу начинает замечать и мать.

**Роды**

**Что следует взять в больницу?**

**Для родов в родильное отделение:**

- Часы с секундомером для оценки частоты и времени продолжения спазм.

- Если любишь музыку, возьми приемник или магнитофон с Твоими любимыми мелодиями.

- Если не доверяешь своей памяти, возьми фотоаппарат, магнитофон или видеокамеру (если правила больницы это позволяют).

- Пудру, косметическую жидкость, масло или другое средство, пригодное для массажа.

- Небольшой бумажный мешок. Если во время спазм Ты начнешь дышать очень быстро, дыши в этот мешочек.

- Теннисную ракетку или пластиковый шар для массажа болезненной области крестца.

- Леденцы без содержания сахара, которые помогут Тебе поддерживать влажность во рту (часто рекомендуют сладкие конфеты, однако они увеличивают жажду и вызывают обезвоживание).

- Теплые носки.

- Щетку для волос, если Ты ею пользуешься.

- Мыло, полотенце (избегай белого цвета, потому что оно может оказаться в прачечной больницы).

- Бутерброды и другие лакомства для папочки.

- Бутылочку шампанского по поводу происшедшего (можешь попросить акушерку спрятать бутылку в холодильник). В зависимости от времени родов, можно также провозгласить тост апельсиновым соком.

**Для родов в больнице.**

- Если хочешь носить собственные вещи, возьми свой халатик и ночную рубашку. Однако помни, что хотя хорошая рубашка улучшит Твое самочувствие, но она может быть испачкана пятнами крови. Халатик тоже. Хорошим решением может быть короткий халатик, надетый на больничную рубашку.

- Духи, пудру и другую косметику.

- Туалетные приборы, в том числе шампунь, щетку для зубов и пасту, жидкость для кожи, так как она может быть сухой из-за потери воды, мыло в мыльнице, дезодорант, щетку для волос, ручное зеркальце, набор для макияжа и все, что Тебе требуется для поддержания гигиены и красоты.

- Одноразовые самоприлипающиеся вкладыши, хотя обычно их достаточно в больнице.

- Игральные карты, книгу имен (если Ты выбор имени оставляешь на последнюю минуту) и другие развлечения.

- Пачку изюма, орешков, крекеры из груборазмельченных семян или другую «здоровую пищу», которая позволит сохранить силы и иметь регулярный стул, независимо от больничной диеты.

- Одежду, в которой Ты возвратишься домой, помня о том, что Ты будешь щеголять с увеличенным животом.

- Одежду для ребенка: ползунки, кофточки, пинетки, различные одеяльца, в соответствии с сезоном и погодой. Пеленки, вероятно, будут даны в больнице, но можешь взять, на всякий случай.

- Книгу: «Что Ты можешь ожидать в первый год».

**Явления действительных родов**

Когда предсказывающие спазмы начинают быть более сильными, более болезненными и чаще, появляется вопрос: «Это действительные роды или ложные?» Роды действительные, если:

- При большой активности и изменениях положения женщины спазмы становятся сильней.

- Боль начинается в области крестца и распространяется на подбрюшье, может также распространиться и на область ног. Спазмы могут чувствоваться как брюшная колика и им будет сопутствовать понос.

- Спазмы становятся постепенно чаще и более болезненными, и обычно (хотя не всегда) более регулярными. (Это не следует воспринимать абсолютно: не каждая последующая спазма должна быть сильней и обязательно болезненней и продолжительней, чем предыдущая, однако в сумме интенсивность спазм увеличивается перед родами).

- Пятна выделений розовые с красными полосочками.

- Разрыв плодовой перепонки. В 15% родов жидкость вытекает, может сочиться или прыскаться перед началом родов.

Развитие ребенка занимает девять долгих месяцев, его же появление на свет – несколько часов. Однако эти несколько часов занимают мысли беременной больше, чем все девять месяцев. Эти несколько часов родят серию вопросов, боязни и беспокойства больше, чем какие-либо явления, связанные с беременностью. Когда начнется? И что важнее, когда кончится? Смогу ли я перенести боль? Будут ли мне делать клизму? Что будет, если роды приостановятся? А что будет, если роды будут проходить слишком быстро, и я не успею приехать в больницу?

Помощь и усилия Твоего партнера и персонала, ответственного за Твои роды, а также мысль о том, что роды прежде никогда не были такими безопасными и возможными для управления ими, как в настоящее время, должны помочь Тебе соответственно подготовиться к этому событию.

**Рождение ребенка состоит из четырех фаз:**

1. Шейка матки уже атрофирована, но не начала еще раскрываться.
2. Шейка матки уже полностью раскрыта и головка ребенка начинает входить в родовой канал (влагалища).
3. С целью прохода наибольшей головки ребенка через таз роженицы, ребенок во время родов поворачивается. Несколько сдавленная головка показывается в выходе родового канала.
4. Головка – наибольшая часть тела ребенка – уже родилась; теперь быстро и без проблем должен родиться весь ребенок.

**Заключение.**

Теперь, когда вы прочитали этот реферат, вы можете заметить, что любая беременность (как и любой «ожидающий» родитель) всегда другая и что существует несколько нерушимых принципов, относящихся к тому, что вы можете или должны ожидать. Вы научились, что в настоящее время мы можем контролировать многие из вопросов, возникающих во время беременности и родов – путем использования медицинской опеки, способа питания, образа жизни. Наши шансы обладания здоровым ребенком больше, чем какого-нибудь поколения родителей в истории.

Желаю всем самой счастливой из беременностей и самых радостных из родов.

**Используемая литература:**

1. Эйзенберг А. В ожидании ребенка: Руководство для будущих матерей и отцов/ А. Эйзенберг, Х. Муркофф, С. Хатавей; Пер. с англ. А. Эйзенберг, Х. Муркофф, С. Хатавей; Худож. А. Щуплецов. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 649, [7] с.
2. Самые лучшие методики воспитания ребенка/ Авт.-сост. В. Гримм.- Донецк: ООО «Агентство Мультипресс», 2007. – 288 с.
3. Беременность без проблем. Здоровье матери и ребенка день за днем/ Авт.-сост. В. Гримм.- Донецк: ООО «Агентство Мультипресс», 2007. – 272 с.