

detkityumen.ru

Пятый месяц

Итак, дневничок, сейчас начну рассказывать про свой 5 месяц... Он у меня ознаменовался праздниками, обжорством, проблемами с пищеварением (ну конечно, после такого-то неумеренного отношения к еде), и все возрастающим желанием заснуть на сутки-двое)))

Праздники отметили очень хорошо, тихо и спокойно, по-домашнему, ездили на Новый год к родителям, повидали старшего внука и пузожителя с бабушкой и дедушкой, до наступления холодов успели немножко активно поотдыхать. С горы я с сыном, конечно, ехать не рискнула, но вот от катания на снегоходе по застывшей речке не смогла отказаться никак, даже сама порулила немного! Забавно так: еду я, значит, себе такая, рулю, и мне кажется, что ветер аж в ушах свистит, в на спидометр гляну - 20 км))) Нарядили меня для этого действия тоже вполне себе так забавно. В силу того, что животик мой в мою одежду уже не входит, а одеваться надо тепло и удобно, я натянула охотничий костюм моего папы))) Колобок прям такой... не обошлось и без приключения, когда катались с мужем на снегоходе, завалили его на бок, ух и поверещала я тогда (ну это, наверное, всем знакомо). Ничего страшного, конечно, не произошло, я отделалась легким испугом, техника сейчас умная, на бочок завалился и заглох себе спокойненько, но я пищала громко и возмущенно.

До отъезда на праздники успела-таки записаться на УЗИ к доктору Сафарову, очень хотелось знать уже, кого поздравлять с 2014 годом. Поздравляли мы Никитку. Так что я будущая мама 2 сыновей и королева в своем маленьком мужском царстве. Было, конечно, некое (совсем малююсюсенькое) разочарование, что не дочечка, но сын, на самом деле, это тоже очень хорошо, тем более с таким папой, как у нас - я уверена, что он воспитает достойных мужчин. А вообще, сам прием очень понравился - море положительных эмоций, очень по-доброму все рассказывает и показывает, личико нам показал. Даже старшенького в кабинет завели, все показали, правда он совсем не понял, что это там на экране такое серенькое и шевелится).

Пока гостила на выходных у мамы, решили перебрать наше приданое от старшего, оказывается у меня столько всего! Вообще ничего покупать не нужно, ровным счетом ни-че-го! Особенно хорошо сохранились всякие малипусечные слипики и бодики, сынуля был еще совсем малыш, и я его кормила с ложечки, поэтому все чистенькое и без пятнышек. А вот когда ложку держать начал сам, там конечно кое-где остались следы самостоятельности, которые чуть видны, попробую все отстирать каким-нибудь супер-отбеливателем, может и получится. Ну а не получится - все-равно дома мараТЬ))))))

Читала где-то байку про отношение к детям, про то, что первому все мыли, стерилизовали, второму пустышку можно просто с пола поднять и облизнуть, ну а если третий добрался до кошачьей миски - то это проблема кота. Приходит понимание как это жизненно, действительно, со вторым ребенком как-то проще относишься ко всему. Ну вот, например, начиная даже с одежды, как это у меня. Ну а в общем то, дааа, однополые дети - экономия глобальнейшая, как говорит мой муж. И комнату им можно одну, и с одеждой-игрушками напряженки никакой.... Но вот почему-то мне кажется, что я все же не удержусь и попробую-таки девочку себе выпросить годика через 3 после вторых родов.

На приеме у врача у меня отметили прибавку в весе +3200 гр, но мой гинеколог в этот раз меня успокоила, сказала, что от веса при постановке на учет общая прибавка всего 2550 гр (худела ж во время токсикоза), при норме для моего ИМТ 3400, так что я пока что держусь в рамках. Вывод: можно дальше упражняться в поедании детских подарков (шутка юмора). Высота стояния дна матки 22 см, окружность живота 104 см. Срок 22-23 недели.

Экватор перевалили, даааа...

На работе объявила всем, что до моего ухода в декретный отпуск осталось всего ничего, нужно подыскивать мне замену. Пока тишина и особенных распоряжений по этому поводу я не получила, выжидаю. Не хотелось бы их оставлять без замены, итак совесть гложет, что забеременела быстро и незапланированно, а они ведь на меня рассчитывали. Думаю поднять вопрос через недельку, и уже поострее. Мне ж ведь еще и передаться человеку новому хочется, как следует все рассказать-объяснить, все-таки не хочется, чтоб вспоминали недобрым словом.

И да, у меня начался очередной период "хомячества" - я кучами закупаю ткани всяких разных видов и расцветок, чтобы в отпуске по уходу нашиться в свое удовольствие. Меня как будто подгоняет осознание того, что мой доход резко упадет в эти самые дни, и я пытаюсь напастись "впрок", муж ворчит, но терпит.... Куда девать меня беременную, если меня прямо сжигает изнутри жажда по тряпочкам.

Зубы я свои вылечила-таки, молодец-стоматолог из 12 ЖК, с юмором девушка оказалась, помогла мне немного расслабиться, чтоб не сильно бояться, где нужно было и чуть строго голос повышала, но иначе нельзя было, я ж дерганая насчет лечения зубов. А сделала она все очень и очень быстро, я думала, недели на 3 затянется все, а нет, буквально за 3 похода в кабинет все успели.

Мама моя советует мне купить для начала люльку ребенку, чтобы понять, как он вообще отреагирует на сон отдельно от меня (старший отказывался спать один наотрез, даже сейчас иногда ко мне просится), я пока что нахожусь в раздумьях. Как-то не хочется делать ненужных покупок, но доводы мамы вроде логичные, вдруг второму отдельно спать больше понравится. В общем, надо думать, пока время еще есть.

Заметила за собой, что на работу ходить мне все тяжелее и тяжелее. Вот вроде бы и работа у меня любимая, и нравится мне тут все: и функционал, и коллектив, и месторасположение, но почему-то каждое утро в будни я буквально заставляю себя встать с постели и тащить свой пузик на работу.... Какая-то лень появилась, полежать бы, поспать. Стараюсь себя не распускать, итак не маленькая, не хотелось бы слишком много веса набрать, да и рожать богатыря посложнее будет, это я по первому опыту знаю.

Начинаю уже понемногу задумываться и гадать: как же пройдут вторые роды? Помню, с первенцем лежала в патологии (перехаживала), со мной в палате была девочка со вторыми родами, которую положили на стимуляцию гелем, так вот она так сильно тряслась, так боялась. Она рассказывала мне, что помнит, как рожала в первый раз, вообще боюсь рожать, а саму уже к гелю готовят. Так вот я совершенно не боюсь вторых родов, тем более, что мы в этот раз снова вместе собираемся с мужем на роды.

Единственное, что запланировала для себя точно - отложить деньги на эпидуральную анестезию, по опыту прошлых родов знаю, лучше немножко отдохнуть, чем прийти к потужному периоду вымотанной от схваток. Я пока не знаю, как пройдут роды в этот раз (в прошлый раз схватки были на окситоцине - а это ууух, как весело), но эпидуральную анестезию сделаю точно, чтобы были силы и бодрость когда начнется волшебство...

Комментарии специалиста

Анна Косцынич, перинатальный психолог.

Ведущий программ по дородовой подготовке "Клуба будущих родителей" ([ТРОО СРДМР "Мы вместе!"](#)).

Евгения, принимайте поздравления с экватором беременности и определением пола малыша!

Время от времени на втором и третьем триместре беременности будущие мамы испытывают труднопреодолимое желание готовить дом к приему малыша, начинают ремонт, выбирают приданное. Это явление носит название «гнездование» и носит скорее инстинктивный, чем осознанный характер. В Женинном случае это и ревизия малышowego гардероба, и, говоря словами Евгении, «хомячество». Занимаясь гнездованием, мамы готовятся к материнству, настраиваются на него, ребенок становится все более и более реальным: в эти пеленки его будут пеленать, эти распашонки носить.

Действительно, многие мамы замечают, что с каждым последующим ребенком все проще и понятнее. Более того, как правило, при прочих равных вторые дети спокойнее первых, у них реже бывают колики и аллергические высыпания. Это связано с тем, что эмоциональное (а значит, и физическое – именно так устроены младенцы!) благополучие малыша напрямую зависит от маминого благоприятного эмоционального фона. Если мама спокойная, уверенная – ребенок чувствует себя в безопасности, а чувствовать себя защищенным – одна из потребностей новорожденного. Соответственно, суетливая, тревожная мамочка, сама того не желая, может стать источником беспокойства для крохи. В подавляющем большинстве случаев повторнородящие женщины все-таки увереннее себя чувствуют, передавая свое спокойствие младенцу. Разумеется, в этом абзаце речь идет об изначально здоровых детках.

Что касается совместного сна, то любой новорожденный детеныш рассчитан на то, чтобы спать у мамы под боком. Пожалуй, человек – единственное млекопитающее, которое пытается отложить своего ребенка спать отдельно. Проводили любопытные эксперименты: у детей замеряли глубину и частоту дыхания, кроме того, мониторили работу сердечка во время сна в двух случаях: при сне около мамы (ребенок чувствует мамин запах, слышит мамино дыхание) и при сне отдельно. Были получены данные, однозначно говорящие о том, что в первом случае дыхание было более глубокое и ровное, а сердцебиение более постоянным. Помимо этого, практика показывает, что совместный сон – это тот вариант, при котором через некоторое время начинают высыпаться все – и мама, и папа, и малыш. Очень быстро мамы научаются кормить ребенка во сне, практически не просыпаясь.

Часто будущие мамы испытывают вполне понятные опасения: как не навредить своему малышу во сне? Есть любопытная особенность: у недавно родившей женщины отсутствует фаза глубокого сна. Это эволюционно обусловленный механизм, направленный на выживание вида. Именно поэтому сон молодой (а особенно кормящей грудью) мамы очень чуткий и она просыпается при малейшем звуке ребенка. Очевидно, что у молодых отцов такая способность не развивается, поэтому со стороны отца класть малыша не надо. Многие родители организуют совместный сон так: вплотную к родительской кровати ставится детская кроватка, у которой снимается один бортик. Таким образом, мама и малыш вроде как вместе, а вроде как у малыша при этом свое спальное место и мама всегда может «откатиться» к папе.

По поводу «необъяснимой» лени по отношению к ранее любимой деятельности можно сказать, что это явление совершенно закономерное. Все ресурсы организма направлены на сохранение беременности и развитие ребеночка, это сейчас задача номер один для мамы. Бывает, что ресурсов организма на привычное функционирование просто не хватает: отсюда утомляемость, сонливость, нежелание заниматься привычной деятельностью. Перестраиваются не только телесные, но и психические процессы: в приоритете мысли и чувства, связанные с ребенком, а остальное часто кажется менее значимым и частично обесценивается.

По мере приближения роды занимают все больше и больше места в мыслях Евгении. Что и говорить, роды могут быть любые, это совершенно непредсказуемо, и важно быть готовым к любому сценарию. Как правило, вторые роды при такой разнице проходят быстрее и легче. Присутствие партнера, который представляет, что будет происходить и знает, как можно помочь роженице, как сделать роды по-настоящему партнерскими, может стать важным фактором, помогающим маме родить кроху.

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/db/2213/