

www.detkityumen.ru

Первый и второй месяц

Здравствуйте!

Мы с мужем очень хотим детишек, и решили попробовать И получилось в первый же месяц!!!! Я уже в конце 3 недели цикла купила тест на беременность (я видела изменения в своем теле и самочувствии слабость, раздражительность, грудь увеличилась сильно и стала очень чувствительной), но тест был отрицательным. Расстроилась, но успокоила себя тем, что может ещё оплодотворенная яйцеклетка не добралась до матки или ещё просто не созрела и не оплодотворилась. Но потом как-то грудь резко уменьшилась, чувствительность уменьшилось, да и самочувствие стало как прежде.

Ах да ... забыла сказать, что всё это происходило на море во время отпуска. И вот по возвращении из отпуска в Тюмень, не теряя надежды за 2 дня до очередной планируемой менструации, я сделала снова тест на беременность И снова отрицательный Опять расстроилась, сообщила мужу, он тоже расстроился. Ну, значит не судьба, будем беременеть в ноябре после свадьбы, а пока буду готовиться к свадьбе и схожу к врачу, чтобы обследоваться и сдать анализы при необходимости.

После отпуска вернулась в свой прежний режим. Только вот почему-то всё время спать хотелось, хотя раньше такого не было, я себя в этом плане отлично бодро чувствовала весь день. И йога стала такой трудной (я не занималась йогой во время отпуска, ведь я надеялась, что забеременею, и уже была осторожной), думала, что может после перерыва в 3 недели так тяжело. Была уже и задержка 5 дней (но предыдущая менструация пришла с задержкой в неделю), но не хотелось себя тешить надеждой и потом расстраиваться.

Была в гостях у подруги, она испекла вкуснейшие шоколадные маффины (я та ещё сладкоежка!!!), но когда она упомянула про соленые огурцы тут я так их захотела и съела одна литровую банку :) Этот момент меня смутил и на следующее утро был сделан тест и снова 1 полоска эх расстроилась опять :(Спустия где-то полчаса пошла в туалет, чтобы выкинуть его и увидела такую слабенькую-преслабенькую вторую полосочку. Вот это было неожиданно!!! В этот же день перечитала кучу форумов, статей насчет этой слабой второй полосочки, в-основном, это означало беременность, просто ХГЧ ещё небольшой, но и писали про возможную внематочную беременность, гормональный сбой Купила ещё 2 теста других фирм и сделала на следующее утро, вторые полосочки были тоже слабенькие Но главное, что 2 полоски!!!! Я была так счастлива, но смущало, что нет каких-либо изменений в теле и организме. Спустия пару дней мои сомнения развеялись Начала увеличиваться грудь, стала очень чувствительной, появилась тошнота, резко увеличился живот. Начала пить фолибер и йодомарин. Думала, что сообщу мужу после УЗИ, когда точно буду знать, что беременна и всё хорошо Не удержалась, рассказала на следующий день! Он безумно рад, как и я! Мы счастливы!!!!

На 6-ой неделе пошла вставать на учет в ЖК (по месту жительства отношусь к ЖК № 12 на ул. Олимпийской). Сначала направили к акушерке, которая осмотрела (беременность маточная), расспросила обо всём, завела обменную карту, отправила на анализы и УЗИ (т.к. первая беременность – регресс, и на осмотре она обнаружила кисту), сказала, чтобы я ей потом после УЗИ сразу позвонила и рассказала. Сказала ставить свечи папаверин, при боли внизу живота. В тот же день и заболел низ живота (думаю, что может просто осмотра, но свечку поставила). И на следующий день ехала в маршрутке, и на какой-то кочке очень сильно дернуло, что живот заболел, снова свечка.

В ЖК врач УЗИ был в отпуске, поэтому записалась к Павловой в Нефтяник. Настал день УЗИ, в этот же день узнала результаты анализов ХГЧ и прогестерона (к счастью, всё оказалось в норме согласно сроку). Очень волновалась перед УЗИ, но когда на УЗИ услышала, как врач говорит: «Сердцебиение ударов в минуту....», тут я обрадовалась и успокоилась Наш малыш закрепился в матке и его сердечко бьется!!!! На УЗИ подтвердили кисту желтого тела левого яичника, врач УЗИ сказала, что должна пройти к концу первого семестра, ничего страшного. Меня смущает только, что у меня болит в том месте, где киста. К участковому врачу на первый прием только на 8-ой неделе, интересно, что она скажет.

7-ая неделя – неделя отдыха (и 4 выходных тут и в больницу не надо). Грудь продолжает расти, есть чувствительность, порой сверхчувствительность. Нашла для себя средство от тошноты мандарины не знаю почему, но съешь мандаринку и утихает тошнота на несколько часов точно. Ах да ... меня смущает мой большой живот для моего срока, но акушерка в ЖК сказала, что всё нормально, что у всех всё индивидуально. Я уже не знаю, что одеть, чтобы его скрыть, втягивать уже не получается Ведь даже свободная одежда прилегает к нему. Не могу же я носить платья с обручем :) Но как загадочно улыбаются некоторые коллеги мне, то понимаю, что животик нас сдал :) Появился сильный кашель, не постоянный, но першит в горле, может продуло на работе. Из лекарств ничем не лечу, температуры нет, слабость и сонливость и без него были периодически :) Терапевт поставил ОРВИ спустя неделю такого кашля, не уверена

На 8-ой неделе был первый прием у участкового врача. Пришла пораньше около 8 (врач принимает с 8), а она уже принимает. Приняла сразу после девушки, за мной никого не было. Анализ мочи мой потеряли. Сказал, что по анализу мазка воспалительный процесс, направила сдать анализы на инфекции, если я хочу (перед беременностью сдавали анализы и всё было в порядке, но ради спокойствия всё равно сдать), и назначила свечи Гексикон. Гемоглобин = 115, врач сказала, что легкая анемия, прописала пить Феррум лек. Назначила ещё магнелис. Мои жалобы насчет того, что болит живот слева, были проигнорированы, и в обменной карте записано «Жалоб нет». Следующий прием назначила через 4 недели (на 12-ой неделе), а пока я должна пройти всех врачей.

Кашель так и не прошел, несмотря на лечение, назначенное терапевтом, из-за него порой ночью сплю только 2-3 часа.

Ездил на этнофестиваль «Небо и земля» на выходные Эх, чувствую себя старушкой. Если бы раньше я только успевала перемещаться с одной площадки на другую, с одного мастер класса на другой, не было бы даже времени поесть, была бы вся под впечатлением Теперь я хотела только полежать и поесть, на семинарах мозг упорно отказывался воспринимать информацию, на физические классы я не ходила ввиду своего положения (кроме танца Мандала). Зато надышалась свежим воздухом :)

Общее самочувствие когда как Иногда чувствую себя отлично, тошноты нет, потом резко может давление упасть, или слабость, сонливость, живот в разных местах болит иногда, тошнота ... пока я не вижу от чего это зависит. Стала кушать и чаще и больше (в общем количестве). Просто быстро становлюсь голодной и урчит в животе. Теперь я даже ем поздно вечером, до беременности не ела, ну просто не хотела уже, и если ела поздно вечером, то потом дискомфорт всю ночь был в животе. Стараюсь, чтобы пища была разнообразной и полезной (фрукты, овощи, сухофрукты, орехи, зерно-бобовые, молочные продукты). Я раньше так любила сладкое А теперь я просто не хочу его, даже если съем, то или тяжело от него или кажется не вкусным. Я считаю, что это заговор малыша с его папой (он меня ограничивал в сладком ради моей фигуры :)). Заметила, что вкус у многих продуктов стал другим, нежели до беременности. Сейчас в фаворе у нас гречка, ем каждый день и не по разу, пока не надоела. Бывают приступы дикого желания солений (почему-то вечером, что чревато отеками на утро) Вообще ощущаю себя уткой Ускоренный обмен веществ стал. Я съела что-то, тут же организм взял всё, что ему нужно от этой пищи, а остальное ему не нужно. Очень обострилось обоняние Некоторые запахи, аж режут нос до жуткой тошноты.

Продолжаю заниматься йогой в йога-центре, только скорректирована программа тренировок инструктором с учетом моего положения. Я читала, что во время беременности суставы становятся мягче . Ничего подобного не заметила, скорее обратное. Так что йога – прям спасение для меня. Стараюсь побольше гулять и ходить пешком,

благо лето и погода в большинстве случаев позволяет.

Эмоциональное состояние интересное Раздражительности в принципе нет, за исключением периода, когда сильно тошнит ... А так забавно наблюдать за собой, как над каким-то моментом в комедии вдруг растрогаюсь до слез, то позволю мужу и услышу его голос, и тут слезы опять на глазах. Ну пока это мило Надеюсь всё будет в мирном и невинном русле. :) С одной стороны, хорошо, что мужа нет рядом, а то я наверное бы раскапризничалась, мне всё время не хватало его внимания, а так все наши беседы очень приятные, заботливые, но, с другой стороны, хочется, чтобы был рядом и помог физически, скоро уже сложнее будет делать некоторые вещи. Отправила ему первое фото нашего малыша, сделанное на УЗИ (говорю: «Белая горошина в черном кружочке – это наш малыш»). Каждую неделю ему рассказываю, какие изменения происходят с нашим малышом. Переживает за нас, когда я чувствую себя не очень хорошо. Очень важна поддержка и любовь мужа (даже не думала, что настолько). Когда я начитаюсь чего-нибудь или у меня болит низ живота, он может так успокоить, и я верю ему, что всё будет хорошо :) Он будет хорошим отцом :)

Комментарии специалиста

Анна Косцынич, перинатальный психолог.

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

Екатерина, приветствую Вас!

Желанная, запланированная беременность и появление заветных двух полосок, вызывающие радостные переживания – одни из факторов, влияющих на благополучное вынашивание и на формирование материнства. При благоприятном варианте в ответ на информацию о беременности у будущей мамочки начинается процесс принятия ребенка и себя в статусе матери. Замечательно, если этот процесс сопровождается радостными переживаниями не только у будущей мамы, но и у папы тоже.

С наступлением беременности все системы жизнедеятельности организма начинают перестраиваться – на первое место выходит забота о растущем малыше, и уже сейчас в теле происходят изменения, подготавливающие женщину к родам и родительству. Действительно, многие женщины отмечают утомляемость, сонливость – важно позволить себе спать столько, сколько нужно – организм нуждается в отдыхе и восполнении энергии. Появление раннего животика может быть связано и с тем, беременность не первая – по наблюдениям мамочек, при небольшом перерыве между беременностями во второй раз животик, как правило, проявляется раньше.

В отдыхе нуждается не только тело будущей мамы, но и мозг тоже. Именно поэтому часто возникают трудности с усваиванием информации, долго трудно концентрироваться, выполнять работу, требующую внимательности и сосредоточения. Наша мудрая женская природа таким образом бережет будущую маму от перегрузок как физических, так и интеллектуальных.

Меняется сфера восприятия, возрастает чувствительность – и это тоже подготовка к материнству. Ведь первый язык общения матери и ребенка – эмоционально-чувственный, а будущая мама начинает «тренировать» свое чувственное, интуитивное через более острое восприятие. Это касается не только повышенной чувствительности к запахам, но справедливо и по отношению к обостренному эмоциональному реагированию. В это время часто хватает совершенно незначительной (в обычной жизни) детали, чтобы появились слезы – причем не только слезы радости и слезы умиления, но и слезы гнева тоже, и это совершенно нормально!

Главная задача супруга на этом этапе – создать своей женщине эмоционально благоприятную среду для вынашивания беременности, учитывая особенности ее эмоционального состояния и меняющихся желаний. В этом смысле колоссальное значение играет поддержка и принятие мужа. Кроме того, папе желательно быть готовым обсуждать происходящее с будущей мамой бесконечное количество раз – ведь мы, женщины (не только беременные) так устроены, что, проговаривая свои тревоги и обсуждая их, мы снижаем «градус» общего напряжения – эмоционального, а значит, и телесного.

Keyta

Адрес на сайте «Детки!» www.detkityumen.ru/biblio/db/2453/