detkityumen.ru

Третий месяц

Сдала анализы на инфекции, обнаружен только цитомегаловирус (но он у меня раньше обнаруживался и врачи говорили, что не надо ничего лечить, т.к. это антитела остались, видимо я уже им болела). Сдала заодно кровь на прогестерон и ХГЧ. ХГЧ вырос, а прогестерон снизился, и теперь он в пределах нормы (раньше был выше нормы …. может из-за кисты желтого тела). Начала ставить свечи Гексикон, стало намного комфортнее.

На 10-ой неделе произошло обострение токсикоза, теперь не только тошнит, но и выходит еда иногда, можно сказать, что неделька выдалась не из легких, ещё и эмоциональное обострение, из-за чего я только не плакала, из-за чего мне только обидно не было. Вообще состояние непредсказуемое …. Если сейчас я себя чувствую хорошо, то уже через 5 минут может начать жутко тошнить, или что-нибудь незначительное обидит до слез.

Посетила офтальмолога, я сказала, что зрение у меня 100 %, она не стала его проверять, посмотрела глазное дно и сказала, что всё хорошо …. Всегда бы так к врачам ходить :)

В конце 10-ой недели и на 11 недели тянуло живот и болел в разных местах. Почти каждый день папаверин ставила, тут уже переживать начала. Но успокаивала себя, что если тошнит и грудь болит, то всё хорошо :)

На 11-ой неделе посетила эндокринолога, сдала кровь ТТГ, оказалось, что щитовидная железа вырабатывает недостаточно гормона. Поставили диагноз гипотиреоз. Назначили L-тироксин 75 мг 3 недели пропить, а потом пересдать кровь. Почитала в интернете про признаки гипотериоза, у меня только слабость и утомляемость, которые я с беременностью связывала … и ещё мерзлявость (но она у меня всегда, т.к. ВСД с детства). Вот и как я могла заподозрить о нем, если бы кровь не сдала. Тем более год назад проходила обследование у эндокринолога и всё было в норме.

На 12-ой неделе посетила своего гинеколога. Сказала записаться к иммунологу, чтобы наблюдать изменения по цитомегаловирусу (я так поняла), лечить не надо. Я спросила, когда пить комплексные витамины, она мне ответила, что рано ещё, на следующем приеме, скорее всего, назначит. Следующий прием у гинеколога на 16-ой неделе, а пока продолжать пить все препараты и пройти оставшихся врачей и….сделать УЗИ в конце 13-ой недели и сдать кровь (но это уже будет в 4-ом месяце беременности:)) …. Как же волнительно, жду с нетерпением и очень волнуюсь, главное, чтобы с малышом всё было хорошо.

До 12-ой недели хотелось просто поспать, полежать, уставала быстро, даже какая-то одышка появилась при подъеме по лестнице. Самочувствие улучшилось на 12-ой недели, может L-тироксин помогает всё-таки. Стало тошнить меньше, но бывает и сильно, но всё равно меньше, что радует.

Очень интересно общаться здесь на сайте с девочками на форуме, у которых примерно одинаковый срок, всё так похоже, и всегда помогут и подскажут, если есть вопросы или переживания, тем более у некоторых это будет не первый ребенок, а у кого-то уже третий будет :)

Перебрала свой гардероб полностью, оставила только то, что могу сейчас носить и на будущее попросторнее вещи, обнаружилось даже подходящее пальтишко на наше «лето». Моему животику не нравится, когда что-то давит, облегает. Мерила юбки в Буду мамой, так там такая комфортная ткань на живот, аж даже токсикоз уменьшался, так комфортно было …. ммм

В еде изменения просто кошмар …. Почему-то полезной пищи не хочется …. Молочку на дух не переношу, иногда хоть активию стараюсь запихать в себя, кунжут и зелень не идут (и где брать кальций???), бобовые тоже не могу есть, хоть рис идет, и то радует…. Ну а гречка то всегда на ура!!!! Фрукты и овощи тоже не хочется, а вот арбузы … могу до упора есть, прям наслаждаюсь. Сладкие вкусняшки всё также не хочется …. Да и готовить вообще не хочется, можно по пальцам пересчитать сколько раз я приготовила за этот месяц.

Животик вырос за этот месяц, всё более заметный становится, скоро уже ни от кого не скрыть. Мне кажется, что матка поднялась. Теперь его наглаживаю, даже общаюсь, обращаюсь к нему нейтрально, т.к. ещё не знаем кто в нем живет (я стараюсь не заморачиваться насчет пола малыша, ну у мужа конечно есть предпочтение, но нам самое главное, что малыш был здоров).

В-общем, 3-ий месяц был тяжеловат и физически и морально, надеюсь, что это был самый тяжелый месяц во всей беременности :) Сейчас предстоит 1-ый скрининг …. очень волнительно и переживательно! Впереди 2-ой триместр, должно стать намного легче! :)

Комментарии специалиста

Анна Косцынич, перинатальный психолог.

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

Действительно, первый триместр для многих будущих мам отмечен эмоциональной неустойчивостью (меняется гормональный фон, женщине сложнее, чем обычно, контролировать свои эмоции, они могут бурно радоваться приятным мелочам и так же отчаянно огорчаться из-за мелких неприятностей). В это время, пожалуй, как никогда, важна поддержка близких, понимание и готовность принимать скачки настроения будущей мамы. Замечательно, если будущая мама может сразу же отреагировать, проявить свои эмоции.

Если мамочка изо всех сил держит себя в руках (потому что «беременным нельзя нервничать!»), то это приводит только к тому, что напряжение, не найдя выхода, будет копиться. Рано или поздно оно выйдет, конечно, но энергия «взрыва» будет больше по сравнению со своевременным «спусканием пара».

Повышенная сонливость – тоже весьма распространенное явление: организм работает в «энергосберегающем» режиме, все его ресурсы направлены на рост и развитие матки и малыша. Поэтому быстрая утомляемость и сонливость характерны для женщин в первом триместре беременности.

Великолепно, что есть круг «коллег» по интересному положению, с которыми можно обсудить те специфичные вопросы и проблемы, которые вас волнуют. Не секрет, что во время беременности и последующего материнства у женщины часто меняется круг приятельниц и подруг: одни связи неизбежно теряются, но на смену им приходят новые знакомства с такими же мамочками.

Общение с малышом уже во время беременности имеет большое значение в формировании психического внутриутробного опыта младенца. Рекомендуется разговаривать с малышом в состоянии спокойствия, расслабления и лучше – вслух. Ребенок, конечно, еще не понимает, ЧТО именно вы ему говорите, но уже начинает потихонечку чувствовать – КАК вы это говорите, с какими эмоциями, с какими интонациями. По сути, разговор с малышом – это начало знакомства с ним. Действительно, пока пол не определен, лучше на «нагружать» ребенка своими ожиданиями по полу.

Екатерина вступает во второй триместр беременности, который на самом деле является самым легким физически и эмоционально. Гормональная перестройка практически осталась позади, а животик еще не такой большой, чтобы причинять существенные неудобства.

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/db/2527/