

detkityumen.ru

Девятый месяц

36-ая неделя – это самая физически активная моя неделя за всю беременность! Мы поклеили все обои!!!! Ура!!!! Значит, остается уже немного сделать, и наша квартира готова к появлению на свет малыша! Самочувствие отличное, пока не ощущаю каких-либо изменений, которые бы говорили, что малыш готовится к появлению на свет.

На этой неделе были новогодние морозы, так что погода способствовала домашнему времяпрепровождению! Расстраивает только, что малыш всё ещё не перевернулся Продолжаем уговаривать его перевернуться и делаю специальные упражнения!

Ещё у нас появилась коляска, теперь уже можно сказать, что приданное малышу уже готово! Осталось только всё собрать и разложить! Но времени ещё много У меня нет такого ощущения, что роды могут начаться в любой момент, что надо собрать пакеты в родильный дом и ждать, когда же это будет! Я как-то спокойна, и знаю, что ещё не скоро, и много времени ещё, что всё успею сделать!

На 37-ой неделе после праздников я сходила на КТГ, довольно не понятно, что это. Было достаточно неудобно полчаса просто сидеть с датчиком на животе и отмечать шевеления малыша. Но КТГ оказался хорошим, 9 баллов, матка спокойна. Как оказалось, это видимо мой первый и последний КТГ до родов, т.к. записи в регистратуре нашей ЖК на последующие недели не было. Сходила на прием к своему гинекологу в конце недели. Живот увеличился не сильно, да и вес остался прежним почти, как и 3 недели назад. Малыш сидит на попе всё еще. Врач дала мне направления на анализы для планового кесарева сечения.

Пришел заказ с конвертом-одеялом на выписку! Такой красивый! Так уже хочется его увидеть во всем этом наряде. На выписку у малыша теперь полный нарядный комплект.

На 38-ой недели закончили основную грязную и пыльную работу в нашей квартире, теперь я могу всё отмывать и намывать, да и раскладывать маленькие вещички по полочкам! :)

Также я сдала последние 5 пробирок крови на анализы! Стала ощущать какую-то слабость, много спать, могу даже просто лежать и ничего не делать Сил нет будто, или может организм дает мне последние денечки, чтобы отоспаться и полежать :)

Посетила семинар по грудному вскармливанию в Клубе будущих родителей, познакомилась с Анной лично! :) Уже к этому моменту беременности сформировалось много вопросов, на которые я получила ответы. Всё-таки, грудное вскармливание- это наукатеорию освоила, теперь надо будет скоро всё это применить на практике!

Там же посетила семинар по слингоношению. Наконец-то, я смогла увидеть и потрогать все разнообразные слинги, даже померить! :) Я планирую быть слинго-мамой (ну а чуть позже, чтобы и папа стал слинго-папой (только он ещё об этом не знает, но думаю, что этот вариант он оценит), поэтому эта тема была мне очень интересна и полезна! Тем более сейчас такое разнообразие слингов, материалов для них и производителей, поэтому не хочется ошибиться в выборе первого слинга, чтобы потом испортить свое впечатление от слинга и отказаться от него в будущем!

К сожалению, наша встреча с врачом, которые делает перевороты, не состоялась, т.к. его вызвали на роды. Договорились встретиться через 2 дня. Ну я уже как-то смирилась что ли, что будет плановое КС. Решила, что не стоит переживать, если должен он родиться естественным путем, то всё сложится, и встретимся мы с врачом, и поможет он перевернуть его, а если нет, то значит так лучше. Ведь всё, что не делается, – всё к лучшему!

В этот же день была на приеме у своего врача в ЖК. Животик подрос, вес чуть-чуть подрос, всё также малыш сидит на попе. Врач дала направление на УЗИ, чтобы было заключение для планового КС о тазовом предлежании плода.

В этот день у меня живот ходил ходуном и был болезненным. Ещё очень много ходила и ездила в этот день, может из-за этого ... На 39-ой неделе мне показалось, что малыш сам перевернулся Толчки стали другими, и где раньше была голова, то там теперь, скорее всего, попа. Как бы объяснить Голова она была такая твердая и чуть меньше, а теперь в этом месте выпирает что-то помягче и пообъемнее. Как раз сегодня на УЗИ надо идти, вот и узнаю точно. На УЗИ сказали, что головное предлежание!!!!!!! 7 недель уговоров и упражнений всё-таки помогли!!!! Зашла к врачу сразу же, сообщила об этом. Спросила про бандаж Может нужно его одеть сейчас, чтобы зафиксировать малыша. Врач сказала, что на таком сроке уже не надо носить бандаж, т.к. он будет мешать опускаться малышу. Позвонила врачу, с которым договаривались о перевороте, сказала, что малыш сам перевернулся. Он обрадовался. Спросила, а может ли малыш обратно перевернуться, он сказал, что может и обратно перевернуться, поэтому надо наблюдать за ним, и если вдруг перевернется обратно, то надо его будет переворачивать. Так что теперь прошу его не переворачиваться обратно, лишь бы послушался! :)

Стоит отметить ощутимые изменения, с тех пор, как малыш перевернулся в правильное положение Теперь и поясницу тянуть начинает, и есть ощущение расхождения лобных костей, давление на них ощущается, и видимо давление на кишечник теперь, произошли изменения со «стулом», да и форма живота изменилась, стал побольше и вперед выпирать ещё. Появились какие-то острые резкие боли внизу живота ближе к ночи, перед сном (или может просто в это время я лежу в состоянии покоя, поэтому и ощущаю их), но пока не могу понять что это, но явно не тренировочные схватки.

В конце этой недели по моим ощущениям малыш опустился и живот стал ниже. Скоро на прием к врачу, так что узнаю о достоверности своих ощущений.

И ещё произошло неприятное событие Сломался телефон, я осталась без связи, очень хочется, чтобы до родов его успели починить, а то ведь даже не поделиться своей радостью ни с мужем ни с друзьями и родственниками. Опечалена я этим событием, поэтому прошу малыша пока подождать появления на свет, хоть я и готова к встрече с ним в любой момент! :)

В начале 40-ой недели я посетила врача в ЖК. Она сказала, что головка малыша уже очень низко, что скорее всего, мы уже с ней встретимся после родов. Поэтому она рассказала мне, что мне следует сделать после родов и когда к ней на прием после родов прийти.

Теперь видимо пришло время дособирать пакеты в родильный дом! Ну и всё-таки надеюсь, что успеют телефон починить, хотя поломка там оказалась серьезной. Но, с другой стороны, пока есть плюсы этого Меня никто не донимает звонками, родила я или нет, а если нет, то когда рожу. Так что меня никто не тревожит и не беспокоит такими разговорами. Но мама мне привезла какой-то телефон с сим-картой, чтобы она не переживала. Пока никому не говорю о существовании этого нового номера.

Перестирала и переглядила все детские вещички наконец-то Оказывается, что их не мало у малыша!

И каждый день уже ждешь хоть каких-то реальных предвестников родов, а их всё нет, уже даже переживать начала. В конце 40-ой недели малыш как-то притих на пару дней, почти не шевелился и растолкать его было очень сложно. Хотя говорят, что это нормально перед родами, но меня очень смущало это, всё равно переживала.

Ну вот и началась 41-ая неделя, а я всё ещё не родила. Вот переживаю, что перехожу, малыш вырастет ещё больше, и как я его рожать такого буду

Сходила на КТГ, у малыша всё отлично, 10 баллов, он и шевелиться стал как прежде, что меня успокоило. По КТГ есть слабые схватки, которые я не чувствую. После КТГ сходила на прием к гинекологу, она удивилась, что я ещё не родила. ВДМ уменьшился, вес мой тоже Сказала, что уже точно рожу до следующего приема, но если вдруг такого не случится, то тогда на следующем приеме даст направление в роддом на стимуляцию родов. Надеюсь, что до это не дойдет.

Уже настроения особо нет, т.к. ждешь и ждешь каждый день, а всё не наступают роды Уже и не готовишь ничего, не планируешь ничего особо на завтрашний день Ведь вдруг рожу уже завтра :)

А вообще я готова к встрече с малышом! Очень волнуюсь и жду! Хочется, что для него и для меня его появление на этот свет было легким и приятным! Ведь эта встреча может произойти уже завтра А может и сегодня! :)

Комментарии специалиста

Анна Косцынич, перинатальный психолог.

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

Последние недельки перед родами – особое время. Женщина и ждет родов, и боится их; и мечтает о материнстве, и с трудом представляет себя матерью (если речь идет о ожидании первого ребеночка). Происходят существенные гормональные изменения: уровень гормонов, отвечающих за сохранение беременности, снижается, вместе с тем растет уровень гормонов, отвечающих за подготовку половых путей к родам и за сами роды. Такие изменения могут отразиться на самочувствии и состоянии женщины: характеры резкие перепады настроения, повышенная плаксивость ил наоборот, абсолютная беззаботность. Прибавьте сюда возможную физическую усталость от беременности и от повышенной ответственности... Становится понятно, почему женщина на последнем месяце беременности может быть очень ранимой и почему она нуждается в заботе и внимании со стороны близких.

Ну и конечно, сама по себе неопределенность касаясь способа родов тоже может вызывать дополнительное беспокойство.

Желательно, чтобы мамочка, которой предстоит кесарево сечение, знала о некоторых нюансах, а именно:

Во-первых, (особенно при плановом кесаревом сечении) молочко может прийти не на третьи сутки, а позже. Это абсолютно нормально и связано с тем, что организму надо время, чтобы «понять», что произошло: ведь именно схватки, потуги и первое прикладывание обеспечивают своевременный старт лактации. Важно сразу, как только появится такая возможность, начать часто прикладывать ребеночка к груди: чем чаще происходят прикладывания, тем скорее молочка придет и тем больше его будет. Иногда приходится ввести ребенку докорм. Это совершенно оправданно, если ребенок сильно теряет в весе. В нашей практике было достаточно много мамочек, которые выписывались из роддома после кесарева сечения почти без молочка или с явной нехваткой, и в подавляющем большинстве случаев проблема решалась достаточно быстро и детишки переходили на исключительно грудное вскармливание. Залог успеха тут – мамино спокойствие и уверенность в своих действиях.

Во-вторых, после кесарева сечения в большинстве случаев детки на какое-то время остаются в одиночестве (пока находится под присмотром врачей). Это может спровоцировать формирование повышенной тревожности. Для таких деток бывают характерны повышенная потребность в сосании, желание проводить больше времени у мамы на ручках, спать только с мамой. Важно понимать, что малыши таким образом компенсируют полученный стресс от разлуки с мамой. Это не каприз и не манипуляция со стороны ребенка. У ребенка есть один-единственный способ снизить сформировавшуюся тревожность: сосать грудь и быть на ручках (или в слинге). Кроха скомпенсирует свои переживания, забудет о разлуке, и такая острая потребность в маминых руках и груди снизится. Если есть такая возможность, то, пока мама находится под присмотром врачей, оптимальнее всего «поселить» кроху в сервисную палату с ухаживающим родным человеком (папой, тетей, бабушкой) – чтобы ребенок не чувствовал себя одиноким.

Историю о том, что малыш перевернулся, вняв маминим уговорам, можно достаточно часто услышать от будущих мам. Уговаривания вкупе с упражнениями действительно могут помочь крохе занять оптимальное положение.

Итак, наша героиня закончила последние приготовления к встрече с малышом. Катя, в добрый путь! Здоровенького ребеночка и мягких родов! Была рада виртуально провести с Вами это время!

Keyta

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/db/2772/