

detkityumen.ru

Седьмой месяц

Из не очень приятного. У нас снова был переезд((2 месяца назад мы уже меняли квартиру, но, у нас кое что не срослось, и нам снова пришлось переезжать. Мы всю неделю переезжали, я жила на две квартиры. В 31 неделю это просто ужасно! На самом деле, мы даже еще и не закончили, завтра последний день переезда, и мы наконец-то отдохнем! Зато, мы поняли, что район Лесобазы-это не совсем наш район, и перебрались поближе к друзьям и родственникам.

То, что нас ожидает. Впереди у нас предстоит много приятных событий. У наших друзей будет свадьба, 10 августа у нас будет долгожданный 3 скрининг, и я получу декретные денежки, что сулит нам приятные хлопоты и мой любимый шопинг)))

Состояние здоровья. На данный момент, сегодня 1 августа, и у меня стукнула 31 неделя. Спина к вечеру просто отваливается, но не всегда. Изжога продолжает иногда атаковать. Дышать становится труднее, и я все ближе ощущаю свой желудок))) И со сном у нас пошла неполадка. Стало трудно заснуть ночью, малыш устраивает дискотеки, и я до двух ночи брожу по квартире)) И еще одна неприятность прицепилась, это ОТЕКИ!!! Я так боялась с ними встретиться, и вот на тебе!! Ноги, как сардельки, пальцы на руках, как сосиски. Ужас! Надеюсь, что это из-за дикой усталости, вызванной нашим злосчастным переездом, и это скоро пройдет.

Когда я гостила у родителей на севере, меня по знакомству моей мамы направили на дневной стационар в местный род дом. Так сказать, на случай каких либо ЧП, так как город чужой, да и беременность у меня сложно протекает. Так вот, там нам первый раз делали КТГ, и первый раз мне это жутко не понравилось, я очень боялась, что моей морковочке из-за этого не комфортно. Но все последующие разы мы уже привыкли, и сказали, что сердцебиение и КТГ идеальные. Мы лежим вниз головой, что меня нескончаемо радует. Малыш уже очень большой, хотя животик, для почти 8 месяцев у меня маленький, и все говорят мне, что я наверно плохо кушаю, и не кормлю ребенка))) Это мне уже изрядно поднадоело, но, мне даже нравится, что пузик такой аккуратный))

По состоянию на 27 июля, прибавка в весе от начала беременности составила 3,250 грамм. Общий вес: 64,250.

Девочки, мой вам совет! Если вы собрались заняться планированием малыша, то первое, что нужно сделать, это позаботиться о своем жилье. Так как, очень тяжело во время беременности заморачиваться этим вопросом, а тем более переезжать. И еще, на поздних неделях постарайтесь больше отдыхать, так как тело устает намного быстрее, и лучше делать все дела до 6 вечера. Еще один совет от меня, это то, что вместо дамских сумочек, я начала носить рюкзачок, стало намного удобнее, а то все сумки теперь стали казаться тяжелыми. И обязательно носите бандаж, очень хорошая штука! Встретимся в следующем месяце, и я расскажу вам, что же нам скажут на УЗИ)))

Комментарии специалиста

Анна Косцынич, перинатальный психолог.

Ведущий программ по дородовой подготовке "Клуба будущих родителей" (ДРЦ "Лукошко" <http://lukoshko72.ru>).

Не так давно бытовало представление о том, что заранее вещи покупать не стоит, что подготовкой приданного должны заниматься родственники, пока мама с малышом находятся в роддоме. К счастью, эти предрассудки остались в прошлом – для будущей мамы обычно покупка всех необходимых вещей связана с очень теплыми эмоциональными переживаниями: вот вы перестираваете крохотные вещички, вот вы раскладываете все в новом комодике, и ваш малыш приобретает все более и более реальные черты и начинает занимать место не только в мыслях родителей, но и в квартире. Таким образом будущая мамочка продолжает готовиться к предстоящему материнству, становится более «включенной» в него.

Наша героиня вышла в декрет, вопросы с приданным и переездом почти закрыты и самое время начать готовиться к родам. «Клуб будущих родителей» и интернет-портал «Детки» дарят Яне занятия по подготовке к родам и семинар по успешному грудному вскармливанию. Выбрать удобное место (Полевая или Газовиков) и время можно в [расписании Клуба](#) либо в нашей группе [вконтакте](#)

Третий триместр обычно переносится будущими мамочками тяжелее, чем второй: малыш растет, животик увеличивается, нагрузка на все органы и системы возрастает. Роды все ближе, и тревога, связанная с родами, также может стать более сильной. Возрастает утомляемость. Пришла пора адекватно оценивать свои возможности, бережно относиться к себе, внимательно следить за своим состоянием и все ресурсы и сила организма направить на себя и на своего малыша, закончив со всеми прочими делами и заботами.

Кытманова

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/db/2968/