

detkityumen.ru

Когда пора ехать в роддом?

Для начала надо знать предполагаемый календарный срок родов. Продолжительность беременности у каждой женщины индивидуальна; в среднем она составляет 280 дней, или 40 недель, нормальными считаются колебания от 38 до 42 недель.

Существуют различные способы подсчета даты родов. Некоторые пытаются определить день зачатия и отсчитывать дни от него. Однако день, когда произошел половой акт, и непосредственно день зачатия могут не совпадать, так как сперматозоиды способны сохранять свою жизнеспособность и “ждать” яйцеклетку в половых путях женщины несколько дней.

Самый распространенный способ вычисления даты родов - “по менструации”. Обычно это хорошо фиксируемое событие. Необходимо точно помнить первый день последней менструации, от начала которой предлагается отсчитать 280 дней. А еще проще - к дате первого дня последней менструации прибавить еще 7 дней и отсчитать назад три месяца. Например, последняя менструация началась 5 сентября. Тогда роды можно ожидать 12 июня ($5 + 7$ дней = 12, 9-й месяц сентябрь - 3 = 6-й месяц июнь). Но такой метод окажется недостоверным, если у женщины нерегулярный менструальный цикл или она не помнит дату менструации.

В современных условиях дату родов определяют довольно точно, ориентируясь на данные ультразвукового исследования (УЗИ), произведенного до 12-ой недели беременности. В поздние сроки беременности ошибка в определении срока с помощью УЗИ возрастает. Это связано с тем, что размеры плода, на которые ориентируется врач в своих расчетах, в конце беременности имеют большие индивидуальные колебания.

Подобным же образом производится подсчет на основании даты и срока беременности, установленных при первом визите к врачу (способ “по первой явке в женскую консультацию”). Чем раньше ваш врач установит срок беременности, тем точнее будут дальнейшие прогнозы даты родов.

Можно ориентировочно подсчитать дату родов и по первому шевелению плода: у первородящих женщин это происходит в среднем в 20 недель, а у повторнородящих - в 18 недель. Конечно, это очень субъективные ощущения, ведь момент первого шевеления ребенка не всегда хорошо различим.

О доношенности беременности и приближающихся родах вы можете узнать по нескольким признакам. Примерно за 1 - 2 недели появляются так называемые “предвестники” родов.

Большинство женщин в конце беременности замечают, что живот у них “опустился” и стало легче дышать. Это происходит потому, что при доношенной беременности количество околоплодных вод немного уменьшается, и головка плода прижимается ко входу в малый таз женщины. Матка становится более возбудимой, она “тренируется”, готовится к предстоящей большой работе.

Нерегулярные малоболезненные напряжения матки и чувство тяжести внизу живота и в пояснице называют “схватками беременных”. Не всегда даже врач может с определенностью сказать, начинаются ли это роды или же происходят подготовительные схватки. Если такое состояние повышенной нерегулярной возбудимости матки продолжается 1 - 2 дня, то лучше обратиться в роддом, где смогут оценить, не страдает ли при этом ребенок.

За несколько дней до родов (или в день родов) из половых путей могут появиться светлые слизистые выделения, иногда с небольшими прожилками крови. Обычно говорят, что “отошла слизистая пробка”. Это является

благоприятным признаком размягчения и “созревания” шейки матки.

У многих женщин к концу беременности из сосков выделяется молозиво - предшественник материнского молока.

Здоровая женщина с благоприятно протекающей беременностью может до начала родов находиться дома. Если же есть отклонения в состоянии здоровья женщины, беременность имеет осложнения, если установлены признаки страдания плода, то, конечно, последние 1 - 2 недели (а при необходимости и больше) следует находиться в родильном доме под контролем специалистов. В последнее время многие женщины, особенно горожанки, предпочитают отправляться в родильный дом заранее. Это связано, очевидно, с общим ухудшением здоровья населения, стремлением семьи по возможности застраховаться от разных случайностей.

Итак, дома вы почувствовали какие-то изменения в своем состоянии. Появилась тяжесть, небольшая боль в пояснице, внизу живота, матка напряглась и на ощупь стала очень плотной. Поначалу сокращения и расслабления матки нерегулярны, продолжаются 5 - 10 секунд с длительными перерывами (до получаса). Затем их частота и интенсивность нарастают. Это начались схватки. Если вы рожаете первый раз и живете недалеко от роддома, то можно подождать, пока схватки станут регулярными - раз в 5 - 7 минут. Если роды повторные, то немедленно с началом схваток следует ехать в роддом. Повторные роды обычно быстрее первых, есть риск родить вне лечебного учреждения.

Нередко до начала схваток может произойти излитие околоплодных вод. Нормальное содержание вод в матке к концу беременности - до 1,5 л. Вы можете почувствовать, что из влагалища вытекает светлая теплая жидкость (без связи с мочеиспусканием). Излиться может немного жидкости, а могут и все 1,5 - 2 литра. Как бы то ни было, если вы заметили необычно мокрое белье - это ситуация, при которой надо, не мешкая, ехать в роддом. Если воды излились полностью или слегка подтекают - это означает, что нарушена целостность плодных оболочек, и ребенок уже не защищен от воздействий внешней среды, в первую очередь, от возбудителей инфекций. Счет времени идет на часы, ребенку в такой ситуации желательно появиться на свет не позже, чем через 12 часов после излития вод. Врач в роддоме должен определить, есть ли у вас шансы родить через естественные родовые пути, или же лучше произвести кесарево сечение. В большинстве случаев вслед за излитием вод начинаются нормальные схватки, и роды завершаются благополучно.

Выше было рассказано о типичных нормальных ситуациях в конце беременности. Но возможны и осложнения. Есть ситуации, требующие особого внимания и экстренной помощи, о которых надо знать женщине с доношенной беременностью.

Немедленно вызывайте “Скорую помощь” и поезжайте в роддом, если:

из половых путей появились кровянистые выделения, мажущие или “как менструация”;

подтекают воды, окрашенные кровью;

болевы́е ощущения очень сильные, матка болезненная на ощупь, не расслабляется между схватками;

шевеления плода стали необычно сильными, или слабыми, или болезненными;

беспокоит головная боль, зрение стало нечетким (“мелькают мушки” перед глазами), появились боли в подложечной области, повысилось артериальное давление, не можете помочиться.

В любом случае, если вы ощущаете какой-либо дискомфорт, то обязательно посоветуйтесь с врачом, наблюдающим вашу беременность, а в ночное время обращайтесь в роддом. Практика показывает, что лучше перестраховаться, чем недооценить серьезность положения и подвергнуть опасности жизнь ребенка и свою собственную.

Несколько рекомендаций перед госпитализацией в роддом:

Заранее определите, в каком учреждении будете рожать. Многие женщины предпочитают, чтобы вел беременность и принимал роды один и тот же врач. Практически это далеко не всегда осуществимо. Государственная система наблюдения за беременными организована так, что врач не обязательно присутствует на родах у своей пациентки. Да и в негосударственных клиниках акушера, который вас

наблюдал, в силу разных обстоятельств может не оказаться рядом с вами в этот самый момент. Однако не следует воспринимать как трагедию ситуацию, когда роды у вас ведет незнакомый врач. Выбирайте для родоразрешения учреждение с хорошей репутацией; если вы не “приписаны” к нему по территориальному признаку (могут возникнуть формальные возражения при госпитализации), заранее решите для себя, согласны ли вы на платное обслуживание. Желательно пройти комплекс обследований, принятых в этом учреждении, заключить договор на обслуживание.

Держите в собранном виде свои документы, а именно: обменную карту с данными всех анализов и ультразвукового исследования в III триместре; паспорт; страховой полис. **ЛУЧШЕ ВСЕГДА ИМЕТЬ ЭТИ ДОКУМЕНТЫ ПРИ СЕБЕ!** В случае отсутствия медицинских документов роды положено проводить во II акушерском (обсервационном отделении) или даже в специализированном инфекционном роддоме! Если нет с собой паспорта или страхового полиса, то могут возникнуть проблемы с возможностью бесплатных родов (по обязательному медицинскому страхованию). Будьте внимательны.

Приготовьте пакет с вещами: 2 - 3 хлопчатобумажных рубашки, 3 - 4 пеленки (лучше специальные одноразовые), 3 - 4 пары хлопчатобумажных трусов, прокладки (самые большие), халат, моющиеся тапочки, 2 - 3 пары хлопчатобумажных носков, туалетные принадлежности, полотенца. Впрочем, в самом родильном блоке ничего из вещей, кроме тапочек, вам не понадобится: обычно на время родов необходимое белье и одежду выдают в роддоме. Все остальное, в том числе вещи для ребенка, родственники принесут вам после родов.

Врачам, да и вам тоже, будет удобнее, если, почувствовав приближение родов, вы не будете особо нагружать свой желудок. Дождаясь начала родов дома, ограничьте свой рацион легкими крекерами, чашкой бульона, чаем.

Подстригите ногти; можете самостоятельно побрить лобок - это обязательные процедуры перед родами.

Не теряйте присутствия духа, будьте решительны и собраны - вам предстоит нелегкий, но радостный труд. Помните, что в первую очередь именно вы несете ответственность за себя и за своего ребенка.

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/category134/306/