

Первый месяц

Всем здравствуйте!

Видимо так было суждено, видимо услышаны мои молитвы и грустные вздохания! (я не знаю, стоит ли об этом писать, ведь форум и дети читают - по закону не должно было получится, был у нас один ПА сразу после окончания МС, мужу говорила, что не должно получится, тк зреть то нечему, раз только МС прошли, да и я сама была в этом уверена, а остальные ППА) почувствовала, где то за 2 недели до предполагаемых МС, грудь заболела, как будто ее распирает. В прошлом цикле такое же было, и я купила 2 теста тогда на всякий случай, 1 был отрицательный, а другой, думаю, сделаю когда будет хорошая задержка. И оставила до лучших времен. А тут мне же не терпится, известное женское любопытство взяло вверх! Задержка была 1 день, но при моей вечно скачущем цикле, можно было судить как в рекламе - "Это не считается!".

НО опять но, хожу со знакомым странным ощущением во рту, как с 1ой беременностью, и это подтвердилось после того, как уху поела - это не сравнимо не с чем, пережить можно, но вкус как будто что то ржавое съела) тест выдал бледноватую полоску, но я ее ждала и была безумна рада своим состоянием, что забыла вылить содержимое чашки...благо никто не заметил, просто живем не одни. Я летала, я поделилась радостной новостью с дочкой, хоть она и маленькая, она прижалась ко мне))) а папа был в это время на медосмотре, предупредила, что его ждет хорошая новость, и мне надо посмотреть в его честные глаза! При встрече сказала ему о радости, он так нежно на меня посмотрел, потом обнялись все вместе с дочуркой и стояли на улице около минуты, и никого кроме нас не существовало, как будто в другом пространстве!

Договорились никому не говорить, но узнаю, что муж со своими поделился, ну и я конечно своих уведомила, кроме папы, мы с ним редко видимся, и я хочу это сказать не по телефону. Конечно, я хотела преподнести нашу маленькую тайну по другому, в торжественной обстановке и реакция мне представлялась другой, бурной, веселой, с поздравлениями, а тут вседержанно, сухо, вообщем мне было грустно. Когда за 3-им пойдем, вообще не буду говорить, пусть сами догадаются, как сделала одна героиня, ранее написанного дневника. Зато подружки меня порадовали, осчастливили своей радостью за нас, конечно, я не хотела говорить так рано, из-за примет, но уж если решилась со всем миром поделится, то молчать глупо)

Меня беспокоили тянувшие боли внизу живота, особенно, когда пройдусь в быстром темпе (я обычно в таком и хожу(((и после таскания дочи, хоть она и весит почти 10 кг, но все равно много считаю, для меня. Сходила на УЗИ, что узнать срок и посмотреть, все ли в порядке. На память мне остался снимок с 5-ти недельной нашей бусинкой (черная точка), врач уверила, что все замечательно, боли-норма, просто надо теперь беречь себя, дочку не поднимать, на контроль прийти через 2 недельки, чтобы посмотреть уже эмбриончика), но я, наверное, пойду на следующее УЗИ в 13-14 недель в Перинатальный центр, загадывать не буду.

Пью Фолиевую кислоту и Йодомарин 200, врач сказала, что этого достаточно, хотя у меня ужасно лезут волосы и начал трещать позвоночник. я после 1ой беременности стараюсь есть нормальную еду, без майонеза/кетчупа, а тут мне захотелось все это вместе на хлеб и сверху салатный лист и колбаса, как в "Макдональдсе") Появилось отвращение от гороха, который раньше караулила, когда он вырастет. Хочется именно речной рыбы, кроме карася, прям слюнки текут)) и жду арбузов, конечно, их сейчас продают, но я боюсь брать, жду сезона. Хочется постоянно есть, хоть маленькими порциями, но часто, даже неприятное ощущение во рту не останавливает. Вешу я 51 кг, при росте 170, старается организм видимо снабдится нужными витаминами. Талия 66 см, животика не ощущаю, но иногда легкая дрожь пробегает - скорее всего кишечник.

Хочу сделать коллаж с каждым месяцем беременности. К сожалению, редко говорю добрые слова моей бусинке - быть, учеба..но уверена, все наладится, и я больше буду времени уделять малютке. И еще я давно мечтала написать здесь с момента появления дневника, спасибо еще раз за такую возможность!

Анна Косцынич, перинатальный психолог.

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

Приветствуем новую героиню «Дневников беременности» на страницах сайта «Детки!»! Да, бывает, что зачатие наступает, казалось бы, вопреки логике и здравому смыслу: приходит время, организм мамочки (и телом, и мозгом) настраивается на беременность и в самых неблагоприятных для зачатия условий оно все-таки происходит. Любопытно, что чаще такое зачатие происходит тогда, когда уже есть детки. Некоторые психологи объясняют это примерно таким образом: «Ты УЖЕ мама, ты уже настроена на материнство. Образ будущего ребенка, которого ты себе представляешь, гораздо более реальный, чем тот, который ты рисовала в ожидании первого зачатия. И этот более реалистичный образ как бы «притягивает» малыша». В славянских традициях считали, что ребенок появляется тогда, когда папа и мама готовы снова стать родителями. Есть исследования, показывающие, что мамино напряжение (стрессовая ситуация, сильные страхи, тревоги) могут здорово мешать зачатию даже в самые благоприятные дни при идеальных анализах супругов.

Прекрасно, если в этой ситуации есть поддержка от родных и близких, ваша семья проживает радостное известие вместе, вы принимаете нового, пока еще будущего, члена семьи, он начинает занимать место в системе семьи уже сейчас.

Говорить знакомым о своем новом положении или не говорить – безусловно, личное дело каждой будущей мамочки. Есть такая полушутивая рекомендация: если спрашивают, когда ждете пополнения, при ответе к ПДР прибавляйте минимум 2-3 недели, это сделает ваши последние недельки более спокойными и от сакраментального: «Ты еще не родила?» вы будете избавлены.

Разговор с «бусинкой» уже сейчас, в самом начале беременности, полезен. Бусинка, конечно, еще не понимает того, что именно ей мамочка говорит, но сам по себе диалог с ребенком важен еще и потому, что, взаимодействуя с крохой, будущая мама окунается в волны нежности, любви и тепла. Абсолютно бесспорно, что позитивный эмоциональный фон будущей мамы способствует более мягкому и комфорtnому протеканию беременности, и разговор с малышом – это один из способов позаботиться о своем эмоциональном состоянии, а значит, и о комфортных условиях для «бусинки».

Многие будущие мамы, которые до беременности не замечали за собой «странных» позывов к творчеству, вдруг начинают заниматься коллажем, как Олеся, рисовать, вышивать, декорировать в стиле декупаж и проч. В женщине просыпается ее созидательная часть, мозг работает немного по-другому, активизируется чувственное, эмоциональное, интуитивное, что приводит к стремлению творить и фантазировать.

Сердцеедка

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/db/3327/