

detkityumen.ru

Почему необходима остеопатическая помощь во время беременности?

Вот она – радость от известия о том, что скоро будет ребенок! Девушка еще не ощущает себя мамой, она не осознает своей беременности и ей кажется, что ничего не поменяется, кроме животика. И тут – то начинаются сюрпризы – тело меняется, внутренние органы брюшной полости адаптируются к развитию плода, который увеличивается в размерах и в весе в течении девяти месяцев своего развития. А мама учится учиться по-другому ходить, спать, сидеть.

Как сделать беременность легкой и безболезненной, подготовится к родам и родить без патологии?
Давайте разберемся:

Гормоны прогестерон и релаксин меняют физиологию, увеличивая анатомические напряжения в теле. Релаксин активно вырабатывается с 10-й по 12-й недели гестации, вызывает нестабильность крестцово-подвздошных суставов и лобкового симфиза для расширения тазового пояса. Матка закрепляется связками к крестцу, который через оболочку спинного мозга связан с затылком, потому **у женщины на ранних сроках возможны головные боли, слабость и вялость**; матка растет, увеличивая натяжение артерий и нервов, что влияет на соседние органы и напряжение поясничного отдела; изменения в полости таза влияют на прохождение дыхательной волны от диафрагмы, на положение костей таза и функцию мышц тазового дна – все это отражается на брюшной полости, желудочно-кишечном тракте в первую очередь.

[Как помочь? Вам – к остеопату!](#)

- снизить токсикоз, вызванный проблемами диафрагмы, подвижности органов и нарушением их иннервации;
- убрать тяжесть в крестце, предотвратить развитие болевого синдрома и симфизита;
- улучшить приток крови к матке, обеспечить нормальное развитие плода.

[Первый триместр плавно переходит во второй, в организме еще более активно происходят изменения:](#)

Продолжает расти матка, она смещает соседние органы, приподнимает диафрагму. У женщины смещается центр тяжести, увеличивается поясничный лордоз. В результате усиление изгиба грудного отдела позвоночника (кифоза), у женщины возникают неожиданные **жалобы на боли в сердце, онемение рук, нехватку дыхания**.

Остеопат в этот период помогает:

Визит к остеопату – это профилактика варикоза, тахикардии, изжоги и гастритов, позднего токсикоза, повышенного артериального давления. Пик болей в пояснице наступает после 24 недели беременности. Остеопатические манипуляции освобождают нервы, восстанавливают тонус мышц, улучшая адаптационные

резервы тела. Исследование показало, что посещение остеопата снижает боли в пояснице во время и после родов на 70%.

[И наконец настал третий триместр:](#)

Это период активного набора веса плода. У беременной женщины меняется походка, ухудшается равновесие, усиливаются боли. По мере увеличения веса матка давит на область таза и диафрагму, провоцирует **застой жидкости и диспепсию. Развиваются отеки, геморрой.** Плод опускается в малый таз, сдавливая пояснично-крестцовое сплетение. Результатом становятся **боли по ходу седалищного нерва** и онемение **в ноге.** Физиологические изменения нарушают взаимное расположение органов и структур тела. Гемодинамические колебания проявляются в росте сердечного выброса, задержке натрия и жидкости. В ответ на увеличение объема циркулирующей крови **снижается общее сосудистое сопротивление и артериальное давление.**

Остеопатические манипуляции освобождают нервы, идущие к мышам тазового дна – опоры для внутренних органов. Воздействием на позвонки снимается избыточное натяжение сосудов и восстанавливается трофику органов. Пояснично-крестцовый отдел иннервирует мускулатуру нижних конечностей. Потому остеопатический прием улучшает подвижность женщины, снижает риск развития варикоза.

Здоровье женщины зависит от многих факторов с позиции остеопатии:

- от положения костей черепа зависит работа гипофиза и эпифиза – эндокринных желез,
- управляющих выработкой женских половых гормонов; воспаления и спазмы в грудной и брюшной полости влияют на кровоснабжение матки;
- проблемы поясничного отдела связаны с нарушением иннервации органов малого таза;
- перенесенные травмы отражаются на положении костей таза и позвонках, а затем – на сосудах, нервах и органах.

Только остеопатический подход предполагает выявление и возможность коррекции этих патологий.

В **Тюменском центре остеопатии мануальной терапии «Остеомед»** профессиональный, индивидуальный и качественный подход к проблемам со здоровьем.

Мы ждем Вас по адресу:

г. Тюмень. ул. Мельничная, 26.

Тел: (3452) 61-50-58, 8902-81-80-033

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/category133/3963/