

detkityumen.ru

Седьмой месяц

Мой гинеколог оказывается уволилась! Её пациентов и меня в том числе поставили к другой, мне она совершенно не понравилась, анализы на проверку гемоглобина после 1,5 месячного приема Феррум Лека пришлось выпрашивать, автоматически назначала всё те же препараты и вообще формальна очень, мало что объясняет, спрашивает... Я решив, что врач для меня и для ребенка сейчас очень важен, сходила к заведующей и попросилась к другому специалисту.

За месяц дважды была на приеме у своего нового гинеколога. Очень им довольна и как врачом, и как человеком.

Общий анализ крови показал, что **гемоглобин поднялся до 115** (был 108), врач оставила прием «Феррум Лека», но уже через день, для поддержания. И как и раньше, диету богатую железом – печень, говядина, зеленые яблоки, гранат...

Кстати моя беременная болезнь с головокружениями и тошнотой отступила, думаю это было на фоне низкого гемоглобина.

Странно, что по весам в кабинете я прибавила на 2 кг, а по своим на 1400...

Еще в моче обнаружился белок, врач сказала, что может баночку плохо помыли или выделения попали, плюс есть небольшие отеки на ногах вечером, выписали мне Канефрон 2т 3 раза в день.

Наконец-то отменили фолиевую. Продолжаю принимать «L-Тироксин 50», «Йодамарин», поливитамины – это уже до конца беременности.

Девочки на работе для меня "Америку открыли", что **беременным нельзя наверх тянутся**, т.к. обвитие может быть. Я на шкаф банку с песком ставила, встала на цыпочки, еле достала... а коллега говорит, что у неё сестра бельё вешала и двойное обвитие в результате было. Тренер по акве тоже сказала, что нельзя, а новый мой гинеколог сказала, что это из области «вязать во время беременности нельзя» :)

3 дня ругались с мужем по телефону (вернее я ругалась, он на вахте еще, не хватает мне его очень-очень!), видимо на фоне этого **появился тонус матки при ходьбе**, сначала при быстрой, потом при любой и сразу. При следующем посещении сказала врачу, она меня отругала, что не сразу пришла и что скорую не вызвала. Выписала «Гинипрал» (1/2табл. 4 раза в день) снимающие тонус (от угрозы преждевременных родов в аннотации написано), а у них побочное действие с сердцем что-то и чтобы его не было за полчаса до приема этого Гинипрала выпить таблетку Верапамила...

Выпила на ночь и несколько плоховато было, ночью чую кровь к щекам прилила и сердечко постукивает, а на следующий день уже нормально переносила. Тонуса почти не стало. Несколько раз забыла принять Верапамин, сердечко больше не выскакивало, решила не принимать его больше. Вообще не люблю таблетки!

Т.к. при тонусе физическую нагрузку пришлось снять, перестала ходить на акваэробiku и наматывать километры в парке с собачулей. И **обострился остеохондроз** шейный и грудной, правая лопатка болит так сильно, что отдает в правую руку, даже в кисть и большой палец, видимо от того что мало двигаться стала или как результат нервов...

Решила на в этом месяце всё закупить к родам, т.к. прошлые были преждевременные, начиталась что и следующие могут быть раньше положенного, так что пусть лучше всё будет собрано, мало ли...

В киосках заглядывалась на журналы по вязанию для детей, хотела купить и связать розовое платьишко для нашей ляли, но пока решила отложить, т.к. вдруг на втором УЗИ ошиблись, а я тут платьишек навывязываю, а потом сокрушаться буду :)

Ляля начала часто икать. Гинеколог сказала, что это нормально, но если я хочу, то для своего спокойствия могу сходить на доплер, чтобы посмотреть питание ребенка. Плюс ночью малышка начала более усиленно шевелиться, чем днём или я ощутимей чувствую. Стоит мне лечь на другой бок, как тут же меня распинывают. Гинеколог сказала, что она тоже укладывается :) И всё-таки **сходила на доплер**, в платной клинике напротив кушетки висел большой жидкокристаллический монитор и в нём было всё-всё видно, тоже самое что у врача на мониторе. Врач смотрела всё поясняя. **С питанием доченьки у нас всё в порядке!** :) Я спросила нет ли обвития пуповины, тоже всё в порядке и лежим головкой вниз всё еще. А потом доктор взяла и показала личико, и в 3д профиль тоже, хотя я не просила. Профиль малышки сложно было разглядеть, там пуповина прикрывала, она аппаратом своим покрутила и показала мне нашу зайку :) **Так четко было видно личико!** Все черты - глазки, носик, маленькие аккуратные губки! Так всё гармонично! Несколько дней ходила под впечатлением! :) Жалко что фото не сделала и что муж не видел. Думаю на плановое УЗИ на 30-32 недели туда же пойти платно, врач, оборудование и клиника понравились. И хочу на видео малышку записать, будем потом ей показывать :)

И всё-таки, честно говоря, **до сих пор не осознаю на все 100%, что у нас маленький ребеночек будет...** Эта мысль пришла ко мне, когда гуляли с сестрой и с её дочками. Младшенькой всего 4 месяца, я с ней угаду, смешу её, она аж заливается смехом. :) Сестра говорит, что малышуня только-только начинает смеяться и так смеялась только со старшенькой дочкой (ей 4 годика). Мне приятно конечно :) А себя на мысли поймала, что не доходит еще до меня, что скоро и у нас такая же малышуня будет, малюсенькая и беспомощная :) У меня старший сын большой совсем (15 лет) и быть мамой взрослого ребенка я уже привыкла, а от маленьких совсем вот отвыкла. С сыном по-настоящему мамой себя ощутила, только когда его увидела .

А с сынулей у нас какая-то идилия наступила :) Он становится уже совсем взрослым и совсем мужчиной, да и я с ним не только мама, но и женщина нежная, вся беременная и беззащитная :) Рассказала, как я переживала, когда он и муж разъехались и я осталась со «своей беременною болезнью»... Думаю ощутил себя более значимым :) И совсем неожиданно первый раз купил мне цветы!!! Просто так, без повода! Я давно у него просила купить у бабушек на улице цветочки, они там не дорогие и красивые. И как-то моюсь в ванной, а он через дверь говорит, что меня на кухне сюрприз на столе ждёт, я так ускоренно помылась, ломая голову что там может быть. А там такая прелесть! И розочки, и хризантемки, и еще не знаю какие, но так всё гармонично и нежно! Я так вся растрогалась. Целую его, нахваливаю, благодарю, а он мне: "Ну ты ж говоришь, что тебе нужны положительные эмоции и бла-бла-бла" :) Перед сном нацеловываю его (уже почти не сопротивляется :)), говорю какой он у меня молодец, что идеальный сын, а он: "Ну да идеальный, ворчливый!" (есть у него такое :)). А я ему: "Ну и что ж что ворчливый, всё-равно самый лучший!" До сих пор смотрю на цветочки и таюююю :))) **Девочки, те кто в расстройствах, что в животике вместо ожидаемой дочки сын, говорю вам – Сыновья – это счастье! :)**

Начала подступать небольшая паника! Осталось всего 3 месяца!!! А у нас для ляли только книжка со сказками куплена, которую муж читал ей перед отъездом. Когда всё успеть? Что нужно для ребенка? И сколько этого нужного должно быть, чтобы хватило и лишним не было? Хотя ребенок второй, но моя память на 15 лет не растянулась в плане детских вещей, да и тогда всё по-другому было. Думаю за советами надо обращаться к недавно родившим мамочкам или мамочкам с хорошей памятью. :) Походили с сестрой по детскому магазину, она проконсультировала.

Купила беременную подушку, до этого, пока мужа нет, спала с четырьмя :) Одна под головой, вторая в ногах, две по бокам, чтобы всё можно было удобно укладывать :) А на беременную подушку-сосиску складываю и руку, и между ног её прсовываю, и кусочек под грудь, там где живот начинается (на боку когда связки под грудью тянутся вниз, хочется подложить что-нибудь не большое, чтобы не свисало :)).

Купила бандаж, врач порекомендовала, чтобы облегчить нагрузку на поясницу (болит с одной стороны) и на связки под животом (справа всё еще тянутся и болят). Выбрала бандаж трусиками, в магазине обмерили под животом и дали померить разные варианты, трусиками показался удобнее, плюс девочки в магазине сказали, что его можно сидя носить более долгое время, чем бандажи поясом, а мне на работе сидеть приходится порой достаточно долго.

А пузико моё всё растёт и растёт, иногда ощущаю себя маленьким бегемотиком :) Так же налилась грудь, нужно срочно идти за новым бельём! :)

Фото нашего семимесячного пузика у меня в контакте
http://vk.com/photo14122331_287740886

Всем настоящим и будущим мамочкам желаю, чтобы их детки были здоровы и улыбчивы! :) И много-много сил еще желаю, чтобы хватало времени и на мамские дела, и на женские, и на отдых! :)

Комментарии специалистов



Миронова Анна Валерьевна, врач акушер-гинеколог.

Закончила ТГМА в 2004 г., прошла интернатуру по специальности "Акушерство и гинекология". Общий медицинский стаж - 7 лет, врачебный - 5 лет.

Ведет амбулаторный прием в [многопрофильном центре семейной медицины "ЮниМед"](#) по гинекологии, а также наблюдает беременных женщин.

На этом сроке беременности продолжается прибавка в весе. Центр тяжести перемещается, поэтому следите за осанкой, когда ходите или сидите. Увеличивается в объеме живот, могут беспокоить неприятные ощущения в грудной клетке и тазовой области. Плод стал более активен и силен: толкается, переворачивается. Так и должно быть, вы наверняка все это помните из своей первой беременности.

С 30-й недели вы уходите в дородовый отпуск. Появляется больше свободного времени. Повышается аппетит, учащается мочеиспускание. Как раз то, о чем вы пишете. Набор веса становится одним из самых важных моментов. Необходимо избежать лишних килограммов - ведь большая прибавка ни вам, ни дочке ни к чему. Поэтому на сроке беременности 30-36 недель вам нужна сбалансированная диета с ограничением мучного и сладкого.

30-ая неделя беременности - это период, к которому у многих детей уже сформировалось устойчивое предлежание. Ребенок в матке принимает позу минимального объема, он лежит, свернувшись клубочком, чтобы занимать как можно меньше места, и при этом форма матки в норме заставляет его развернуться головкой вниз.

Кожа малыша почти полностью сформировалась, увеличился подкожно-жировой слой плода. Уменьшается количество сыровидной смазки. Исчезают пушковые волосы.

Легкой беременности!



Анна Косцынич, перинатальный психолог.

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

Для комфортного протекания беременности важно мамино эмоциональное состояние и желательно очень избирательно относиться к своему окружению – избегать общения с неприятными людьми, окружить себя приятным общением. Поскольку врач, ведущий беременность, является одной из наиболее важных фигур, с кем общается будущая мама, важно, чтобы будущая мама могло спокойно приходить на прием, чувствовать, что к ней внимательны и заботливы, иметь возможность задать все накопившиеся вопросы... К сожалению, в женских консультациях не всегда выделяется достаточно времени на прием, поэтому многие будущие мамы ходят, как они говорят, в ЖК «для галочки», а в платные клиники «для души и спокойствия».

Наступает волнительное время приятных хлопот – подготовка приданного, копание в интернет-магазинах, походы по торговым центрам.. Прошли времена, когда покупка вещей заранее считалась плохой приметой. Делая заказы, перебирая крошечные вещички, любовно перестирывая их, развешивая сушиться и умиляясь им, женщина проходит подготовительный этап к материнству. Ребенок еще не родился, а он будет спать в этой кроватке, носить вот эти бодики, ездить на маме в этом вот слинге. Женщина фантазирует, мечтает, верит и не верит одновременно своему счастью. Во-первых, это формирует позитивный эмоциональный фон, что само по себе крайне желательно; во-вторых, создаются все предпосылки к развитию и становлению материнства – т.е. женщина будет более включенной в процесс ухода за малышом, более чуткой, более уверенной. И такие женщины более готовы к принятию себя в роли матери: действительно, часто до последнего в голове не укладывается, что ребенок уже совсем-совсем есть и ему осталось только родиться.

Замечательно, что у Татьяны есть еще один опекающий человек – почти взрослый сын, который знает, что маме нужны приятные впечатления и старается их дать! Это действительно большая ценность – поддержка старших детей, но тем не менее очень важно с рождением второго ребеночка не отдалится от старшего (в любом возрасте).

Tanchik

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/db/934/