



Обвитие пуповины: вопросы и ответы

Обвитие пуповины – диагноз, который пугает многих женщин, ожидающих ребенка. Стоит ли так волноваться и как вести себя, чтобы снизить возможные риски?



Юлия Чернышева
Врач акушер-гинеколог,
г. Москва

Вопрос 1

Насколько часто встречается обвитие пуповины?

Это состояние, выявляемое на УЗИ, диагностируют у каждой третьей беременной. Если про обвитие стало известно на ранних сроках, то для волнений пока нет повода. В это время плод еще очень мал, у него много места для активных движений. Он плавает, переворачивается. И иногда по несколько раз за неделю сначала попадает в петлю из пуповины, а потом так же легко из этой петли освобождается. Меры следует принимать, если обвитие обнаружили ближе к родам, когда ребенок уже занял свое окончательное положение перед появлением на свет.

Вопрос 2

Почему возникает обвитие пуповины?

Пуповина – это особый орган, который соединяет плаценту с плодом. Формирование пуповины начинается с 11 недель. К моменту родов ее толщина достигает 2 см: в это время она состоит из двух артерий и одной вены. Артерии несут к плаценте кровь плода, насыщенную углекислым газом и продуктами обмена веществ. А через вену, кровь, обогащенная кислородом и питательными веществами, поступает к ребенку. Сосуды пуповины окружены особым веществом – вартоновым студнем. Эта желеобразная субстанция предохраняет их от сдавливания.

В норме длина пуповины – от 40 до 70 сантиметров. Если она длиннее, то и на поздних сроках беременности могут образовываться петли, в которые может попасть головка, ручка, ножка ребенка или его туловище. Размер пуповины никак не зависит от внешних условий или образа жизни женщины. Это наследственный фактор.

Еще один фактор, который увеличивает вероятность обвития, – многоводие. В большом объеме амниотической жидкости плод продолжает активно двигаться и на поздних сроках. Многоводие – это осложнение течения беременности. Чтобы выявить его причины, необходима консультация гинеколога.

Некоторые малыши даже в утробе ведут себя более активно, чем другие, и это увеличивает риск обвития. Нередко подвижность связана с особенностями характера ребенка, которые проявляются еще до родов. Но бывает, что она обусловлена хронической гипоксией (кислородное голодание плода). Когда кислорода не хватает, плод начинает беспокоиться. В его организме вырабатывается гормон стресса кортизол. Сердце начинает чаще сокращаться, чтобы насытить небольшим количеством кислорода весь организм. На этом фоне повышается двигательная активность и, как следствие, риск обвития пуповины.

Одна из главных причин недостаточного снабжения плода кислородом – курение беременной. Под влиянием никотина сосуды сужаются, нарушается нормальное кровообращение. Это происходит не только в организме мамы, но и в организме плода, так как никотин легко проходит через плацентарный барьер. Курение увеличивает риск множества осложнений, гипоксия плода – лишь одно из них.

Гипоксию часто провоцирует неправильный образ жизни будущей мамы, нарушения режима, гиподинамия. Чтобы ребенку хватало кислорода, женщина должна в достаточном количестве получать его сама. Необходимо проветривать помещение, гулять на свежем воздухе, двигаться. Разумеется, речь не идет о серьезной физической нагрузке, но специальные упражнения, плавание и ходьба в спокойном темпе пойдут только на пользу.

Гипоксия плода может возникать из-за нервозности будущей мамы. Когда женщина волнуется, в ее кровь выбрасываются гормоны стресса: адреналин и кортизол. Они проходят плацентарный барьер и попадают к плоду, в результате малыш начинает двигаться больше, чем полагается.

Причиной гипоксии также может стать фето-плацентарная недостаточность. Ее провоциру-

ют гипертония, заболевания крови, в том числе тромбофилия, а также сахарный диабет и болезни почек. Опасны также преэклампсия (гестоз) и внутриутробные инфекции.

Вопрос 3

Какие виды обвития бывают?

Самый распространенный и самый безопасный случай – одинарное нетугое обвитие. Хотя бывает, что пуповина образовала не одну, а две или даже три петли вокруг плода. Чтобы точно выяснить, с каким обвитием придется иметь дело в каждом конкретном случае, одного УЗИ бывает недостаточно. Женщине назначают цветное доплеровское картирование (не надо путать его с доплерометрией). Эта методика позволяет увидеть направление кровотока в крупных сосудах и по этим данным точно определить, сколько петель образовала пуповина. В некоторых случаях требуется провести еще и трехмерное эхографическое исследование.

Вопрос 4

Может ли плод задохнуться, если пуповина обвила горло малыша?

Задохнуться плод никак не может ни во время внутриутробного развития, ни во время родов. Легкие начинают работать лишь после того, ▶

Руки вверх не поднимать?

Многие женщины, особенно старшего поколения, до сих пор уверены, что обвитие возникает из-за того, что беременная женщина высоко поднимает руки, например, когда вешает белье или шторы. От этого плод якобы переворачивается и запутывается в пуповине. Все это не имеет никакого отношения к действительности. Ни одно современное исследование не подтвердило, что подъем рук как-то вредит ребенку. Эта поза совершенно естественна и не может привести к нежелательным последствиям.





Пока кровотоков в пуповине не нарушен, ребенок не страдает, даже если у него обвито горло. Опасным является состояние, когда от натяжения или пережатия пуповины сужается просвет ее сосудов.

как ребенок появится на свет и его ротовая полость будет освобождена от слизи. До этого момента в обеспечении малыша кислородом дыхательные пути никак не задействованы. Поэтому не так важно, обвила пуповина горло, ручку, ножку или туловище. Важно состояние самой пуповины. Именно через нее и во время внутриутробного развития, и во время самих родов плод получает кислород и питательные вещества. Пока кровотоков в пуповине не нарушен, ребенок не страдает, даже если у него обвито горло. Опасным является состояние, когда от натяжения или пережатия пуповины сужается просвет ее сосудов. В этом случае плод испытывает нехватку кислорода – гипоксию.

Вопрос 5

Сказывается ли обвитие на внутриутробном развитии плода?

Чтобы понять, есть ли угроза, назначают кардиотокографию (КТГ). Во время этого исследования с помощью ультразвукового датчика фиксируется сердцебиение плода, его шевеления, а также сокращения матки. Исследование проводят всем будущим мамам, начиная с 33 недель беременности. Если во время шевелений число сердечных сокращений уменьшается, значит, опасность для здоровья ребенка существует. В этом случае делают еще и ультразвуковую доплерометрию. Она дает возможность оценить характер и скорость кровотока в сосудах плаценты и пуповины: если эти показатели в норме, значит, все в порядке, и беременной надо только точно выполнять все назначения врача. Обычно при обвитии назначают динамическое

наблюдение. Это необходимо, чтобы вовремя заподозрить нарушения в состоянии малыша и как можно быстрее принять необходимые меры. Исследования могут проводить раз в 4–7 дней, а могут и ежедневно: все зависит от состояния плода. Если требуется ежедневное наблюдение, то женщине, как правило, предлагают лечь в отделение патологии беременности.

Если доплерометрия показала отклонения от нормы, это свидетельствует о том, что ребенок уже испытывает гипоксию. Такое состояние бывает острым и хроническим. Острая гипоксия – показание к экстренному родоразрешению. Проще говоря, ребенка надо срочно спасать. Но это все же большая редкость. Чаще встречается хроническая гипоксия. Недостаточное снабжение кислородом может привести к изменению обменных процессов, нарушению внутриутробного развития, снижению адаптационных возможностей новорожденного малыша. Особенно чувствительна к гипоксии нервная система. Чем дольше плод испытывает нехватку кислорода, тем более выраженными могут быть все эти осложнения. Для устранения нежелательных последствий врачи могут назначить женщине препараты, которые поддерживают маточно-плацентарное кровообращение. Их же обычно рекомендуют и для профилактики гипоксии.

Вопрос 6

Есть ли способы распутать обвитие пуповины еще в утробе?

Никакие врачебные манипуляции освободить плод от петли не помогут. И если некие «целители» обещают это сделать какими-то неизвестными медицине «народными» методами, верить им не стоит. Таких методов не существует. Врач может назначить упражнения, связанные с изменением положения тела беременной женщины, например «Кошечку». В исходном положении надо встать на четвереньки с опорой на ладони и колени. Голову держать прямо. Сделать глубокий вдох, наклоняя голову вниз, при этом спину выгнуть вверх. Медленно вернуться в исходное положение. Дыхание не задерживать. Назначают также всем известный «Велосипед». Беременной необходимо выполнять его в неспешном темпе. Шести-девяти «оборотов» будет достаточно. Еще одно хорошее упражнение делается у стены. Исходное положение: лежа на спине, руки вдоль туловища, ноги согнуты в коленях. Приподнять ноги, опереться ими в стену. Затем на вдохе, продолжая упираться, развести ноги. На выдохе медленно вернуться в исходное положение. Повторить 4–5 раз. Суть упражнений в том, что с изменением положения тела беременной женщины может измениться

Если образовался узел...

Многих будущих мам интересует, опасно ли состояние, при котором пуповина завязалась в узел? Различают истинный и ложный узел. То, что показалось узлом во время первого УЗИ, может на деле оказаться варикозным расширением одного из сосудов или перекрученным участком пуповины. Никакой угрозы для здоровья ребенка в этом нет. Истинный узел встречается очень редко. Он возникает, если пуповина сначала образовала петлю, а потом через эту петлю проплыл плод. Способов предотвратить образование истинного узла не существует, так как ни женщине, ни врачу не под силу проконтролировать все движения плода. Сам по себе узел не опасен, если не затянут туго. При тугом затягивании сосуды пуповины могут быть пережаты. Это ведет к нарушению кровотока и, как следствие, к гипоксии у ребенка. Чтобы понять, представляет ли узел угрозу, врач также назначает доплерометрию.



и положение плода, и он может самостоятельно освободиться из петли. Но стопроцентного результата от них лучше не ждать. И не расстраиваться, если стало ясно, что специальная зарядка не помогла. Значительно лучше просто успокоиться. Чем меньше будет нервничать будущая мама, тем меньше будет беспокоиться ребенок. А значит, уменьшится риск затягивания петли.

Вопрос 7

Является ли обвитие пуповины показанием для кесарева сечения?

Одианрное нетугое обвитие пуповины само по себе чаще всего не становится показанием к оперативному родоразрешению. Но в этом случае весь период родов требуется тщательно сле-

дить за состоянием ребенка. В случае возникновения острой гипоксии проводится экстренное кесарево сечение.

Во время схваток сердцебиение ребенка контролируют при помощи КТГ плода. Это позволяет понять, как реагирует малыш на резкие сокращения матки. Во втором периоде родов опасность гипоксии возрастает. Поэтому сердце малыша слушают каждые 3 минуты и после каждой потуги с помощью акушерского стетоскопа – проще говоря, трубки. Если сердечный ритм не соответствует норме, врач может сделать стимуляцию, чтобы ускорить роды. В некоторых случаях применяют также эпизиотомию – рассечение промежности. Если пуповина обвила горло, то акушер освобождает его от петли сразу же после рождения головки крохи. В этот момент нельзя тужиться. Врач обязательно предупредит об этом.

Если обвитие тугое и пуповина значительно натянута, тактика родоразрешения будет другой. В этом случае риск возникновения острой гипоксии в естественных родах очень высок. Причина в том, что при прохождении ребенком родовых путей пуповина натягивается еще сильнее, просвет ее сосудов значительно сужается. Есть и другая опасность. Из-за петли пуповина становится короче. Этой длины может быть недостаточно, чтобы обеспечить плоду беспрепятственное продвижение по родовым путям. Возникает угроза преждевременной отслойки плаценты. В норме она отделяется от стенки матки уже после того, как ребенок появился на свет. Преждевременная отслойка плаценты – одно из самых серьезных осложнений беременности и родов. Это очень опасное состояние для ребенка, так как именно через плаценту он получает кислород вплоть до того момента, пока не начнет дышать самостоятельно. Чтобы минимизировать риски в случае тугого обвития, женщине обычно предлагают плановое кесарево сечение.

Вопрос 8

Можно ли как-то предупредить обвитие пуповины?

Отказ от курения (в том числе и пассивного), правильный режим дня, отсутствие стрессов помогут избежать гипоксии у плода, а значит, снизить и опасность обвития пуповины. Будущей маме необходимо как можно раньше встать на учет по беременности в медицинском учреждении, вовремя проходить все необходимые обследования и выполнять рекомендации врача. Особенно важно находиться под постоянным наблюдением, если в анамнезе есть заболевания, увеличивающие риск развития гипоксии.