



Юлия ЧЕРНЫШЕВА, акушер-гинеколог сети медицинских клиник «Семейная»

# ЖЕНСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

В редакцию журнала приходит много вопросов от заботливых мам и пап. Наши эксперты отвечают всем родителям, в том числе будущим



## От вида любой еды становится плохо

**Срок беременности — 8 недель. И у меня сильный токсикоз, особенно по утрам: почти ничего есть не могу, мутит весь день от любой еды. Только к вечеру удается съесть немного каши (гречки, риса). Но это же мало. Может ли это плохо повлиять на развитие ребенка?**

Lelik

В самых крайних случаях отсутствие аппетита при токсикозе может привести к большой потере массы тела, обезвоживанию, недостатку питательных веществ для плода. Обычно к этому приводит частая рвота (более 15 раз в сутки) либо почти полный отказ от еды. Поэтому совсем ничего не есть — не вариант. Ешьте понемногу, маленькими порциями. Пища не должна быть очень горячей или холодной, после еды 30–40 минут лучше не ложиться. Предпочтение отдавайте отварным овощам и мясу в протертом виде. Но если мяса не хочется, не заставляйте себя. Попробуйте найти то, от чего вас не тошнит: фрукты, орехи, печенье. Посоветуйтесь с гинекологом: возможно, стоит принимать поливитаминный препарат для восполнения нехватки полезных веществ. Токсикоз должен пройти к 11–13 неделям.

Тянет лишь на соленые огурчики? Ешьте! На ранних сроках гинекологи не ограничивают соль, если нет отеков или повышенного давления



## Когда результаты УЗИ настораживают

**Беременность уже 30 недель, после УЗИ написали, что у меня нарушение маточно-плацентарного кровотока 1Б степени. Что это такое и чем грозит нам с ребенком?** Эрика

В организме беременной женщины работает система взаимосвязей, по которой плод получает полезные вещества. Если какая-то из связей между организмом мамы, плацентой и организмом ребенка нарушается, могут возникнуть различные осложнения. При нарушении маточно-плацентарного кровотока 1Б степени маточно-плацентарное кровообращение находится в норме, а вот в плодово-плацентарном происходит какой-то сбой, угрожающий задержкой развития плода. Нарушения в системе кровообращения могут быть вызваны артериальной гипертензией у беременной, наличием внутриутробной инфекции, гестозом, сахарным диабетом и другими факторами. Важно установить, что повлияло на возникшее нарушение и устранить его. Гемодинамические нарушения 1Б степени сами по себе не требуют никакого лечения, а только наблюдения: один раз в неделю — доплерометрия и КТГ, раз в две недели — УЗИ с фетометрией плода. Лечение же требует состояния, вызвавшие нарушения плодово-плацентарного кровотока. Ваш гинеколог обязательно должен назначить вам обследование и специальную терапию при выявлении сопутствующих заболеваний.

Фото: Legion-Media, Shutterstock/Фотодом.ру; Елизавета Кузнецова/Burda Media

## Зачем нам с мужем назначили анализ?

**Мне 35, и я только недавно встретила любимого мужчину и вышла замуж. Мы очень хотим ребенка, уже и возраст поджимает. Пью фолиевую, сдала гинекологу обычные анализы. Результаты все хорошие, но врач посоветовала еще сделать анализ на кариотип, причем нам обоим. Что это значит? Со мной что-то не так?**

А.

Кариотипирование супругов — это изучение их хромосомного набора с тем, чтобы выявить возможные генетические нарушения, существующие в паре. При наличии дополнительных хромосом или их частей, отсутствии какой-либо хромосомы или ее части, при генных мутациях возможны проблемы с вынашиванием беременности, пороки развития эмбриона, бесплодие. Также этот анализ может показать предрасположенность и к ряду наследственных заболеваний.

С возрастом вероятность хромосомных изменений увеличивается. Поэтому после 35 лет супругам (как раз ваш случай) может быть назначен такой анализ, особенно если в прошлом у женщины случались выкидыши, были аномалии развития плода или зачатие не наступало вовсе. Сама процедура проходит стандартно: у вас просто возьмут кровь из вены. Если у вас все в норме, то результат анализа будет выглядеть как „46XX” или „46XY”.

Всегда держите в сумке бутылку с водой. Если стало нехорошо в транспорте или в душном помещении, пейте воду маленькими глотками



## В транспорте сильно укачивает

**Второй раз беременна. С первым ребенком меня очень укачивало в транспорте. Так что уже предвкушаю поездки на дачу, на работу. Подскажите, что делать?** Саша

У одной и той же женщины беременности могут протекать совершенно по-разному: не факт, что со вторым ребенком вас будет укачивать так же, как с первым. Не настраивайте себя на негатив. Если это все же произойдет, постарайтесь минимизировать свои поездки или планируйте их на те часы, когда в общественном транспорте меньше людей или когда на дорогах меньше пробок. Держите при себе мятные леденцы, пастилки, жвачку — все то, что может облегчить неприятное состояние. Беременность — не время для подвигов: если вам будет плохо от ежедневных поездок, лучше взять на какое-то время больничный и побыть на свежем воздухе.

## Менструация после родов

**Сейчас ребенку 9 месяцев, первый раз после его рождения у меня пришли месячные. Длятся уже больше двух недель, а в последние дни даже усилились. Это вообще нормально?** Лена Б.

Первая менструация после родов действительно может быть более обильной, чем обычно. Но менструация продолжается максимум 7 дней. То, что длится дольше, рассматривается как маточное кровотечение и требует медицинской помощи. Вероятно, имеет место дисфункция яичников. Вам надо обратиться к гинекологу, сделать УЗИ органов малого таза, сдать анализы крови: общий, коагулограмму и биохимию.

Вы можете задать свой вопрос по электронной почте a.tarasova@burda.ru

