|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | |  | |

|  |
| --- |
| **Беременность должна быть желанной**    **[http://www.kushcrb.ru/images/stories/thumbnails/images-stories-pregnant-150x143.jpg](http://www.kushcrb.ru/images/stories/pregnant.jpg)Планирование беременности** – это осознанное решение к длительной подготовке супружеской пары для  зачатия и рождения  здорового ребенка.  Прежде всего необходимо пройти полное обследование организма будущей мамы, а при необходимости и папы.  Начинать планирование семьи нужно с посещения гинеколога.  Врач изучит медицинскую карту женщины, выяснит все о предыдущих беременностях, абортах, методах контрацепции, перенесенных и имеющихся заболеваниях. Во время беременности и родов женский организм испытывает  значительные нагрузки на все жизненно важные органы. С удвоенной силой работают сердце, почки, печень, нервная, иммунная и эндокринная системы поэтому  необходимо  к беременности подготовиться заранее, лучше всего за  2 – 3 месяца, это позволит избежать  многие проблемы со здоровьем и повысит шанс на рождение  здорового ребенка. Для выявления и санации хронических заболеваний женщина должна побывать на приеме у врача стоматолога, терапевта, хирурга, эндокринолога, ЛОР – врача.  Всем женщинам, собирающимся зачать ребенка, рекомендовано пройти лабораторные обследования:   * - общий и биохимический анализ крови, * - анализ для определения группы крови и резус – фактора (у обоих супругов) * - общий анализ мочи * - мазки и анализ крови на половые инфекции – ПЦР у обеих супругов * - кровь на антитела к краснухе, токсоплазме, герпесу, ВИЧ, RW. вирусам гепатита В и С * - коагулограмму * - кольпоскопию * - УЗИ органов малого таза   **Прививки:** Необходимо уделить внимание и прививкам. В случае, если женщина не болела краснухой и антитела к этой инфекции у нее отсутствуют, рекомендуется сделать прививку (минимум за 3 месяца до планируемого зачатия). Это связано с тем, что заражение краснухой  в период беременности чревато формированием пороков развития плода и другими нарушениями. Кроме этого, рекомендуется прививка от гепатита В. Дополнительно можно сделать прививку от дифтерии и столбняка, а также гриппа.  Если у семейной пары все оказалось в порядке, можно начинать непосредственную подготовку к зачатию. Семейной паре в течении 2- 3 месяцев  рекомендуется не пить никаких лекарственных средств, не посоветовавшись с врачом – гинекологом, не курить, не пить алкогольных напитков, не злоупотреблять кофе, употреблять большее количество фруктов и овощей, не принимать горячих ванн, не ходить в бани и сауны, постараться не болеть. Женщинам за 3 месяца до предполагаемого зачатия необходимо принимать витамины с фолиевой  кислотой.  По статистике, здоровой семейной паре, для зачатия требуется от нескольких месяцев до года. Так что не стоит переживать, если с первого раза ничего не вышло. Это может быть связано с недавним приемом гормональных противозачаточных таблеток, стрессами, переменой образа жизни и т.д. Если по истечении года беременность не наступила, необходимо обратиться к гинекологу. Современная медицина излечит многие случаи как женского, так и мужского бесплодия.  После установления факта беременности женщина должна обратится к гинекологу и пройти полное обследование, стать на учет (до 12 недель беременности) и подготовиться к рождению здорового ребенка |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | |  | | --- | |  | |