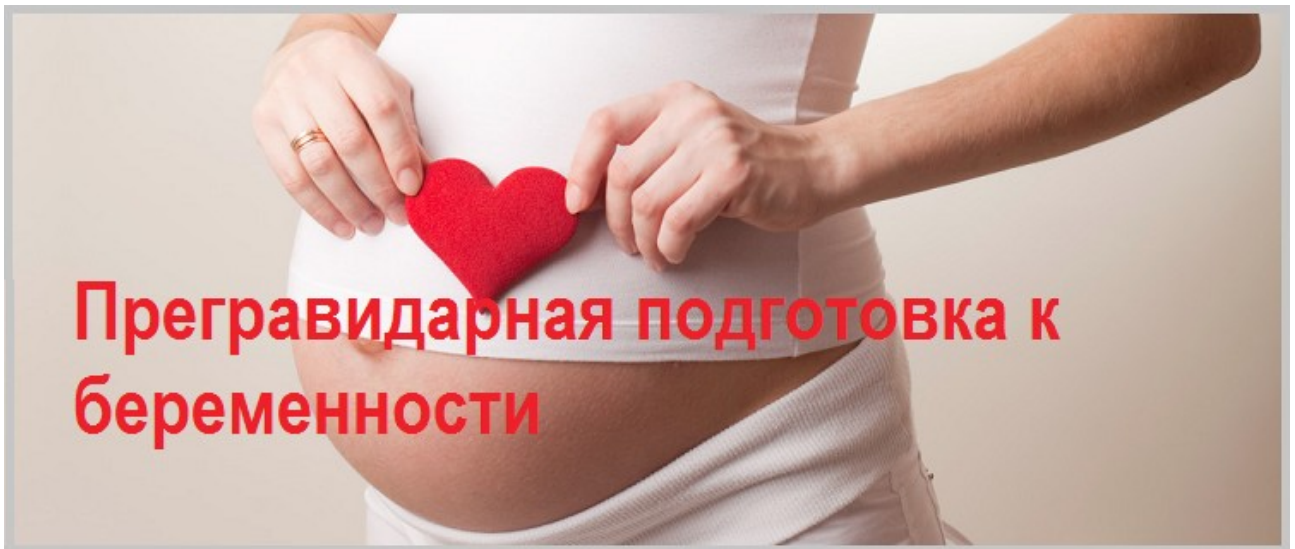


Прегравидарная подготовка.



Прегравидарная подготовка – это комплекс диагностических, профилактических и лечебных мероприятий, результатом которых является **подготовка** организма к полноценному зачатию, вынашиванию и рождению здорового ребенка.

Первый этап подготовки.

Периконцепционная профилактика – исследование репродуктивного здоровья супружеской пары.

Алгоритм прегравидарной подготовки женщины.

1. Инфекционный скрининг(исследование на хламидии, уреоплазму, микоплазму, гонорею, трихомонады, определение флоры влагалища и цервикального канала и чувствительности ее к антибиотикам, мазок на степень чистоты)
2. TORCH-комплекс: определение антител к краснухе, токсоплазме, вирусу простого герпеса 1 и 2 типов, цитомегаловирусу.
3. УЗИ малого таза, молочных желез, по показаниям – щитовидной железы.
4. Обследование на половые гормоны, эндоскопические методы обследования: лапароскопия, гистероскопия с последующим гистологическим исследованием соскобов цервикального канала и полости матки (по показаниям и у пациенток с привычным невынашиванием).
5. Хромосомное кариотипирование обоих родителей.(по показаниям и у женщин с привычным невынашиванием).

6. При существующей терапевтической патологии своевременное обследование и лечение заболевания.

На основании полученных результатов обследования проводятся своевременные методы коррекции, которые позволяют подготовить организм женщины к нормальному течению беременности и способствуют правильному развитию плода.

Второй этап подготовки.

Второй этап прегравидарной подготовки включает применение поливитаминных препаратов для беременных в течение 3-х месяцев до беременности, что значительно снижает риск рождения детей с патологией сердца, сосудов и нервной системы. Благоприятным эффектом применения поливитаминов в период зачатия является снижение частоты токсикоза первого триместра беременности.

Фолиевая кислота (В9)

Для женщин, не имеющих заметных нарушений здоровья, самым важным является фолиевая кислота.

В9 регулирует кроветворение, метаболизм и самое главное свойство-помогает предотвратить внутриутробные пороки развития (ВПР) эмбриона, в том числе дефект его нервной трубки (ДНТ), болезнь Дауна, аномалии сердца, конечностей, расщелины верхнего неба и т.д.

Препарат следует начать принимать за 2-4 месяца до зачатия ежедневно в количестве 0,4 мг.

Холекальциферол (Д)

Еще одним из важнейших витаминов для подготовки к беременности является D3, или холекальциферол. У женщин, проживающих в солнечных регионах и проводящих достаточно времени на свежем воздухе, он вырабатывается организмом самостоятельно. Стандартная суточная норма – 15 мкг. [Женщине, планирующей беременность](#), необходимо обследоваться и определить концентрацию данного вещества в крови. При наличии признаков дефицита витамина D его необходимо устранить.

D3 регулирует кальциево-фосфорный обмен, предупреждает потерю кальция костями и гипофосфатемию, улучшает состояние ЖКТ и печени. Вещество имеет свойство накапливаться в организме, поэтому в случае зачатия снизит риск формирования рахита, сахарного диабета и других заболеваний у плода, предупредит выкидыши и преждевременные роды.

Поливитамины.

Чтобы сориентироваться в предлагаемой линейке витаминов для женщин при планировании беременности, целесообразно проанализировать список самых популярных:

1. Фемибион®– биологически активный комплекс микроэлементов и витаминов для женщин, чтобы забеременеть, а также для периода гестации до 12 недель. Активными веществами являются фолаты в виде фолиевой кислоты и метафолина (весовая доля 400 мг), витамины С, Е, В1,2,5,6,12, йод. Добавки никотиамида и биотина помогают поддерживать в хорошем состоянии кожу. Курс рекомендуется начинать с момента принятия решения о желаемой беременности и принимать ежедневно по таблетке с водой.
2. Элевит® Пронаталь (витаминное средство с микроэлементами в виде таблеток в пленочной оболочке) и Элевит® планирование и первый триместр. Оба препарата содержат поливитамины, назначаемые при планировании беременности, и стандартный набор микроэлементов. Таблетки употребляются раз в сутки с едой по одной штуке.
3. Поливитаминное средство с микроэлементами Витрум® Пренатал форте содержит весь комплекс витаминов, чтобы женщина могла забеременеть быстрее (А и его предшественник бетакаротен, С, Е, D3 и группа В:1, 2, 3, 5, 6, 9,12) в весовых долях, необходимых для преемственного периода, а также йод, железо, необходимые металлы в микродозах, биотин.

Третий этап подготовки.

Третий этап оказания помощи женщинам в период зачатия включает раннюю диагностику беременности с помощью гормонального исследования β -ХГЧ, ультразвукового сканирование и биохимического скрининга, которые позволяют с высокой долей вероятности выявить неблагоприятные исходы беременности, хромосомные аномалии, пороки развития у плода, неразвивающуюся беременность. Чтобы избежать осложнений во время беременности показана ранняя первичная явка беременной на учет до 12 недель! **ЗДОРОВАЯ МАТЬ - ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ.**

