

3-й месяц беременности

Гормональные особенности:

- Рост уровня прогестерона и эстрадиола
- ХГЧ достигает максимума
- Формируется плацента

роды в Москве

Физиологические изменения

- Незначительная прибавка веса
- Молочные железы незначительно увеличиваются в размерах, становятся чувствительными
- Сохраняются симптомы токсикоза
- Снижается артериальное давление
- Возрастает объем циркулирующей крови
- Увеличивается нагрузка на мочевыделительную систему
- Отмечаются слабость и головокружение

Первый пренатальный скрининг:

- Ультразвуковое исследование
- Биохимический анализ крови

Во время ультразвукового скрининга оценивается:

- Размер плода
- Правильность его развития
- Расположение внутренних органов, нервной трубки и мозговых полушарий
- В некоторых случаях возможно узнать пол будущего ребенка

Плод на 3-м месяце

- Плод размером с гусиное яйцо
- Завершается формирование плода
- Его вес 30–50 граммов
- Формируется костный мозг
- На коре головного мозга появляются первые извилины
- Сердце работает со скоростью 150–160 уд/мин
- Малыш активно двигается, но женщина пока не ощущает его шевелений



Психологические изменения

- Амбивалентное отношение к ребенку и материнству
- Женщина становится более чувствительной
- Слабость и недомогание сказываются на общении с людьми и на работоспособности



Как справиться:

- Постараться наладить контакт с малышом внутри вас, разговаривать с ним
- Разрешить себе испытывать эмоции и говорить о них
- Найти подходящий способ выгружать накопленные эмоции
- Найти способ расслабления (дыхательные техники, творчество, прогулки, поход в душ, просмотр фильмов, общение с близкими)
- Радовать себя

Повод обратиться к врачу

- Сильные тянущие боли внизу живота
- Кровотечения
- Головные боли
- Рвота

ОСТАЛИСЬ ВОПРОСЫ?

Обратитесь на горячую линию проекта «Роды в Москве»: **8 800 500-00-03**

Имеются противопоказания. Требуется консультация специалиста.

roddom.msk.ru