

БЕРЕМЕННОСТЬ

Первые шаги и обследования



Постановка на учет (оптимально в 8-10 недель)

- Записаться к врачу акушеру-гинекологу в женскую консультацию
- Взять документы: паспорт и СНИЛС
- вспомнить дату первого дня последней менструации
- Записать вопросы для врача
- Принять легкий душ перед приемом

На первичном приеме врач:

- проведет опрос о здоровье, жалобах, аллергии, наследственности
- измерит рост, вес, давление, пульс
- осмотрит кожу, молочные железы, живот
- выполнит гинекологический осмотр с забором мазков
- назначит УЗИ для подтверждения маточной беременности
- заведет индивидуальную карту беременной
- выдаст обменную карту (форма № 113/у)
- назначит необходимые витамины

Анализы и обследования

- Биохимический анализ крови
- Анализы на ВИЧ, сифилис, гепатиты В и С
- Определение группы крови и резус-фактора
- Клинический анализ крови
- Общий анализ мочи + посев мочи
- Мазки на флору и онкоцитологию
- ЭКГ



В течение 10 дней после постановки на учет — обязательный визит к терапевту по результатам анализов

Первый скрининг и консультации специалистов

- Первое УЗИ — при первичной явке для подтверждения беременности
- Первый пренатальный скрининг — строго в сроке 11 недель — 13 недель 6 дней
- Консультации специалистов (по направлению гинеколога): терапевт, стоматолог, офтальмолог

Документы: что важно знать

роды в Москве

Родовой сертификат (электронный):

- номер присваивается в день постановки на учет
- формируется автоматически женской консультацией после 12 недель наблюдения
- доступен после 30 недель при одноплодной или 28 недель при многоплодной беременности
- номер виден в личном кабинете на Госуслугах

Обменная карта:

- выдается при постановке на учет
- содержит все данные о течении беременности
- предъявляется при госпитализации и консультациях
- при потере срочно обратиться к врачу за дубликатом

Образ жизни и питание

- Принимать назначенные витамины: фолиевую кислоту, витамин D, калия йодид
- Исключить курение (в том числе пассивное) и алкоголь полностью
- Питание: нежирное мясо, овощи, фрукты, ягоды, зелень
- Исключить: фастфуд, острое, соленое, избыток сахара
- Больше отдыхать
- Заботиться об эмоциональном состоянии



КАК БЕСПЛАТНО РОДИТЬ В МОСКВЕ, НЕ ПРОЖИВАЯ В СТОЛИЦЕ?

Узнайте о преимуществах столичных роддомов на сайте проекта «Роды в Москве»

roddom.msk.ru

Материал носит информационный характер. Имеются противопоказания, необходима консультация специалиста