

9-й месяц беременности

Гормональные изменения

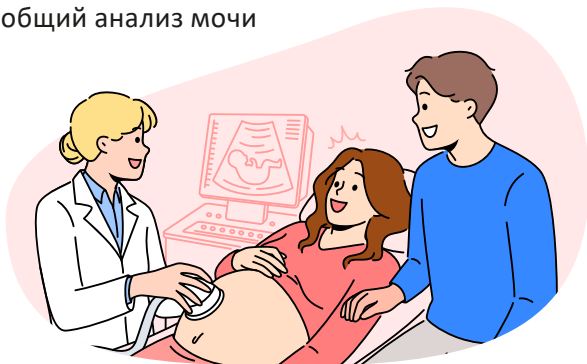
- **прогестерон снижается**, что позволяет матке сокращаться
- **эстроген увеличивается**, стимулируя подготовку шейки матки к раскрытию и усилению кровотока
- **окситоцин возрастает**, активизируя родовую деятельность
- **релаксин смягчает** связки и суставы для облегчения прохождения ребенка через родовые пути

Физиологические изменения

- живот опускается, что облегчает дыхание
- усиливается давление на мочевой пузырь, вызывая частое мочеиспускание
- становятся регулярнее тренировочные схватки
- возможны отеки ног и рук
- из-за давления головки плода усиливается тазовая боль
- могут усилиться выделения из половых путей, возможно отхождение слизистой пробки
- беспокоят изжога и запоры

Обследования и анализы

- УЗИ для оценки состояния плода, положения и количества околоплодных вод
- мониторинг сердцебиения плода (КТГ) и оценка его активности
- измерение артериального давления
- гинекологический осмотр
- общий анализ мочи



Повод обратиться к врачу

- кровянистые выделения из половых путей
- непрекращающаяся боль внизу живота
- отсутствие шевелений плода или резкое их уменьшение
- сильные отеки, головная боль, ухудшение зрения
- высокое артериальное давление
- резко поднимающаяся температура
- преждевременное излитие околоплодных вод
- регулярные схватки

Психологические особенности

- женщина испытывает смешанные чувства: радость от скорого рождения малыша и тревогу из-за родов
- усиливается усталость и раздражительность
- частые перепады настроения
- снижается работоспособность
- может возникать потребность в уединении или, наоборот, в поддержке близких
- возрастает желание поскорее завершить беременность

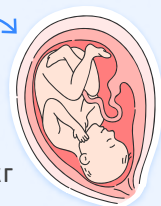
Как справиться

- получать поддержку близких
- отдыхать, стараться сохранять эмоциональное равновесие
- практиковать дыхательные упражнения, релаксацию

Роды
в Москве

Плод на 9-м месяце

- в мозгу формируются новые нейронные связи
- размер — 48–52 см, вес — 2,5–4 кг
- продолжается развитие альвеол
- кости черепа остаются мягкими, чтобы облегчить прохождение по родовым путям



ОСТАЛИСЬ ВОПРОСЫ?

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

Имеются противопоказания. Требуется консультация специалиста.

roddom.msk.ru