



Подготовка женщины К БЕРЕМЕННОСТИ

Этап 1: врачебная консультация и диспансеризация

Посетить врачей:

- ✓ акушер-гинеколог,
- ✓ терапевт,
- ✓ кардиолог,
- ✓ невролог,
- ✓ эндокринолог,
- ✓ стоматолог,
- ✓ офтальмолог,
- ✓ хирург.

Может быть рекомендована консультация у других специалистов по результатам обследования.

Этап 2: диагностика

Сделать:

- ✓ клинический анализ крови;
- ✓ общий анализ мочи;
- ✓ УЗИ органов малого таза и молочных желез;
- ✓ цитологическое исследование мазков с области экзоцервикса и из цервикального канала;
- ✓ ВПЧ-тест (в возрасте 30 лет и старше);
- ✓ микроскопия мазка из влагалища;
- ✓ ПЦР-тест (качественный) для определения *Chlamydia trachomatis*, *Neisseria gonorrhoeae*, *Trichomonas vaginalis*, *Mycoplasma genitalium*;
- ✓ тест на определение антител к краснухе и кори;
- ✓ определение уровня глюкозы в крови;
- ✓ определение группы крови и резус-фактора (при отрицательном резус-факторе женщины необходимо уточнить резус-принадлежность партнера);
- ✓ определение антител к бледной трепонеме, антигенов и антител ВИЧ 1 и 2, выявление HBsAg, анти-HCV;
- ✓ определение концентрации ТТГ.

Этап 3: дополнительная диагностика

Женщинам с хроническими заболеваниями:

- ✓ посетить лечащего врача;
- ✓ добиться ремиссии заболевания;
- ✓ получить рекомендации по лечению и на случай обострения во время беременности.

Женщинам, имеющим эпизод невынашивания беременности в прошлом:

- ✓ дополнительные консультации узкоспециализированных специалистов (генетика, гематолога и других по показаниям);
- ✓ выявление причин невынашивания беременности в прошлом (анализ анамнеза, лабораторная диагностика);
- ✓ минимизация или устранение факторов риска развития осложнений будущей беременности с учетом выявленных в результате обследования данных.

Этап 4: изменение образа жизни

За три месяца до предполагаемого зачатия:

- ✓ отказаться от вредных привычек (алкоголь, курение);
- ✓ нормализовать сон;
- ✓ убрать стресс;
- ✓ наладить питание;
- ✓ обеспечить умеренную физическую нагрузку;
- ✓ нормализовать массу тела;
- ✓ после консультации врача начать прием витаминов и микроэлементов (фолиевая кислота, йод, витамин D, железо, полиненасыщенные жирные кислоты);
- ✓ вакцинация против кори и краснухи (при отсутствии антител).

Этап 5: беременность!



Роды в Москве

ОСТАЛИСЬ ВОПРОСЫ?

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

Имеются противопоказания. Требуется консультация специалиста.

roddom.msk.ru