

# 5-й месяц беременности

## Гормональные особенности

- Стабилизируется гормональный фон
- Отсутствуют признаки токсикоза
- Повышены ХГЧ, эстроген и прогестерон
- Выделяются пролактин и хорионический соматотропин

## Физиологические изменения

- Увеличивается матка и интенсивно растет живот
- Появляются периодические боли внизу живота
- Начинается изжога
- Ощущается боль в спине

РОДЫ  
в Москве

## Обследования и анализы

- Измерение высоты стояния дна матки (ВДМ)
- Клинические анализы крови и мочи
- Ультразвуковое скрининговое исследование по оценке антенатального развития плода
- УЗИ шейки матки (УЗ-цервикометрия)

## Плод на 2-м месяце

- Появляются потовые железы
- Формируются почки
- Нарастает жировая клетчатка
- Появляется рефлекс самосохранения
- Активно развивается мозг
- Формируются зачатки коренных зубов
- Меняется состав крови: образуются лейкоциты, моноциты и лимфоциты
- Вытягиваются ручки и ножки
- Малыш учится моргать

## Повод обратиться к врачу

- Кровянистые выделения из половых путей
- Схваткообразные боли внизу живота
- Подъем артериального давления

## Психологические особенности

- Беременная женщина может чувствовать радость, удовлетворение, ощущение контакта с малышом
- Перепады настроения и плаксивость не такие бурные и заметные
- Снижается работоспособность, женщина чаще устает



## Как справиться

- Слушать свое тело и по возможности удовлетворять его потребности
- Получать удовольствие от контакта с малышом, разговаривать с ним
- Разрешить себе проявление любых эмоций
- Проживать эмоции экологично
- Доносить до окружающих свои потребности в периоды «эмоциональных качелей»
- Получать больше положительных эмоций
- Оградить себя от негативной информации
- Вкусно, полноценно и разнообразно питаться

### ОСТАЛИСЬ ВОПРОСЫ?

Обратитесь на горячую линию проекта «Роды в Москве»: **8 800 500-00-03**  
Имеются противопоказания. Требуется консультация специалиста.

[roddom.msk.ru](http://roddom.msk.ru)