

Информация для женщин, планирующих прерывание беременности

Всероссийская кризисная линия по вопросам незапланированной беременности +78001003070

Социальные гарантии и пособия федерального и регионального уровня для беременных женщин и семей с детьми:

КОНТАКТНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ

«Единый контакт-центр взаимодействия с гражданами» Социального фонда России,

телефон: 8-800-100-00-01

Многофункциональный центр предоставления государственных и муниципальных услуг,

Телефон: 8–800-100-42-12

Дополнительную информацию можно получить на сайтах:

- Социального фонда России: <http://sfr.gov.ru>

- Многофункционального центра предоставления государственных и муниципальных услуг: <https://www.odinmfc.ru/>

Искусственное прерывание беременности может выполняться медикаментозным или хирургическим методом. До 22 недель беременности искусственное прерывание беременности может быть выполнено до 12 недель по желанию пациентки, а после 12 недель - по строгим медицинским (со стороны матери или плода) или социальным показаниям (изнасилование).

Аборт является небезопасной процедурой и сопряжен с риском различных осложнений. Даже при выполнении медикаментозного аборта при условии строжайшего соблюдения всех норм и правил в 2–5% случаев наблюдаются осложнения (остатки плодного яйца, прогрессирующая беременность, кровотечение), при развитии которых необходимо завершить аборт хирургическим путём. При хирургическом вмешательстве непосредственно во время операции возможны следующие осложнения: осложнения анестезиологического пособия, травма и прободение матки с возможным ранением внутренних органов и кровеносных сосудов, кровотечение, что может потребовать расширения объёма операции вплоть до чревосечения и удаления матки и др. К осложнениям в послеоперационном периоде относятся: скопление крови и остатки плодного яйца в полости матки, острый и/или подострый воспалительный процесс матки и/или придатков матки, вплоть до перитонита, что потребует повторного оперативного вмешательства, не исключающего удаление матки и др. Отдалёнными последствиями и осложнениями аборта являются: бесплодие, хронические воспалительные процессы матки и/или придатков матки, нарушение функции яичников, внематочная беременность, невынашивание беременности, различные осложнения при вынашивании последующей беременности и в родах: преждевременные роды, нарушение родовой деятельности, кровотечение в родах и (или) послеродовом периоде; нервно-психические расстройства и др.

Перед принятием окончательного решения о проведении аборта Вы должны обязательно быть проконсультированы психологом/психотерапевтом или другим специалистом, к которому Вас направит лечащий врач для доабортного консультирования.

Также Вам будет выполнено ультразвуковое исследование (УЗИ), в ходе которого Вы услышите сердцебиение плода. Вы не должны прибегать к аборту, если точно не уверены, что хотите прервать беременность, или у Вас нет медицинских показаний для этого.

Если аборт проводится по Вашему желанию (до 12 недель), то его можно выполнить не ранее 48 часов с момента обращения в медицинскую организацию для искусственного аборта при сроке беременности 4-6 недель или при сроке беременности 10-11 недель, но не позднее окончания 12-й недели беременности, и не ранее 7 дней с момента обращения в медицинскую организацию для искусственного аборта при сроке 7-9,6 недель беременности недель беременности.

При выполнении медикаментозного аборта до 12 недель Вам будут назначены лекарственные средства, которые надо будет принимать с точностью, указанной Вам лечащим врачом. Данные лекарственные средства вызывают гибель плода, а затем изгнание его из полости матки. После приема препаратов Вы останетесь под наблюдением в течение 1,5-2 часов. При выполнении хирургического аборта (вакуум-аспирация плодного яйца) до 12 недель Вам будет выполнено местное или общее обезболивание с учетом срока беременности, Вашего состояния здоровья, медицинских показаний и противопоказаний.

Продолжительность Вашего наблюдения в условиях стационара будет определена лечащим врачом с учетом Вашего состояния и составит не менее 3-4 часов. В случае изменения решения о проведении аборта при приеме первых таблеток в случае медикаментозного прерывания беременности Вы должны немедленно обратиться к врачу, который выполнит УЗИ, и в случае наличия сердцебиения у плода назначит лечение, направленное на сохранение беременности. При этом Вы должны знать, что таблетки могут оказать негативное воздействие на здоровье будущего ребенка, поэтому перед принятием решения об искусственном прерывании беременности Вы должны быть твердо уверены в правильности и окончательности этого решения.

После выполнения искусственного аборта Вам будут даны рекомендации по контрацепции, которая назначается сразу после выполнения аборта (гормональная контрацепция или введение внутриматочного контрацептива). Вы должны использовать контрацепцию с целью профилактики абортов до планирования деторождения.

Развитие плода во время беременности

Ваш ребенок в течение 1-х 6 недель является эмбрионом. Он очень изменяется за 8 недель, пока у Вас не было 2 менструаций. Его длина будет 2,5 см, и он превращается в плод. Его голова по отношению к телу будет очень большая, и у него уже будет быстро растущий головной мозг. Глаза и уши уже сформированы, сердце бьется, развиваются другие органы, включая пальцы рук и ног.

I триместр – это 1-е 14 недель. Когда у Вас 3 месяца беременности, плод весит 30 г и растет в длину. Он уже использует те мышцы, которые после рождения будут дыхательными. Он может сгибать пальцы ног, двигать ногами и запястьями. Он иногда хмуриться, открывает и закрывает рот. У него есть волосики на голове и наметились брови.

Во II триместре (15-28 недель) происходит интенсивный рост плода. Его сердце бьется в 2 раза чаще, чем у взрослого. В 18-20 недель впервые появятся шевеления плода. Обязательно нужно запомнить эту дату. На 20-22 неделе врач уже сможет четко выслушать сердцебиение плода. Волосы на голове становятся гуще, у него есть ресницы и брови.

После 28 недель (III триместр беременности) будущий малыш растет все быстрее и быстрее. Все его органы полностью сформировались. Его глаза впервые открылись. Плод весит около 1,2 кг, длина тела составляет 40 см. По мере роста он набирает силу и уже потягивается, брыкается и поворачивается из стороны в сторону. Он становится упитаннее, и личико уже не такое сморщенное. Ему тепло, удобно, и у него все еще есть пространство для движений.

На 8 месяце (после 32 недель) кожа становится гладкой, тонкий пушок на теле начинает исчезать. После 37 недель плод готов стать ребенком. Длина тела составляет приблизительно 50 см, вес от 3 до 4 кг, и он прибавляет в весе по 250 г в неделю. Ваш ребенок готов к рождению!

Психология плода

Долгое время считалось, что плод человека, развиваясь, переживает стадии зародышей низших животных: беспозвоночных, рыб, земноводных (т.к. зародыши похожи внешне). В настоящее время мы не сомневаемся в том, что не родившийся ребёнок является человеком с момента зачатия.

Родители, которые до рождения ребёнка задумываются о его духовном и физическом развитии, лучше поймут ребёнка в будущем, легче смогут пережить вместе с ним кризисы формирования личности, и научатся смотреть на мир глазами ребёнка.

В процессе вынашивания ребёнка возникают вопросы:

- С какого момента ребёнок начинает думать, понимать, воспринимать информацию?
- Когда начинает функционировать мозг?
- Что он чувствует внутриутробно?

С каждым годом появляются новые факты о первых фазах жизни плода, его развитии, формировании тончайших структур мозга в утробе матери. Невероятный факт: когда величина зародыша человека ещё не достигает 2мм, уже функционирует его мозг, управляющий дальнейшим развитием малыша.

При величине 3,5мм, т.е. в возрасте 25 дней, зародыш человека имеет все “важные органы”: сердце, центр. нервную систему, кожу, печень, лёгкие, кишечник и пол. Маленькое сердечко с самого начала чрезвычайно сильное. Оно обеспечивает кровью, а значит, и кислородом, быстро развивающийся мозг, интенсивное деление клеток.

На 7 недели образуются соединения клеток нервной системы, или синапсы, передающие сигналы между мельчайшими нервными волокнами. Осязание появляется на 3 месяце внутриутробного развития. Плод ощущает замкнутое пространство – чувство безопасности. Органы слуха развиваются очень быстро после 15 недель, и плод слышит Ваше сердцебиение и реагирует на звук Вашего голоса. С 15 недель беременности появляются вкусовые ощущения – предпочитает сладкое. Плод может видеть, различать красные и оранжевые цвета, воспринимает собственное тело и «я», как шар, овоид.

Все клетки нервной системы плода связаны между собой, и когда родители с крохой разговаривают, поглаживают, поют песенки, по его нервным волокнам бегут электрические импульсы, упрочняя связи между нейронами. Человеческий мозг вполне справедливо можно назвать самым сложным объектом во Вселенной, и поэтому он до конца ещё не изучен. Он содержит триллион клеток, из которых 100 миллиардов представлены соединёнными с сети нейронами – это «субстрат» интеллекта, творческих способностей, эмоций, сознания и памяти. Его формирования продолжается первые 6 лет жизни, и то, каким он будет, во многом определяется именно этими годами.

Для развития интеллекта и познавательной сферы малыша очень важно внутриутробно стимулировать развитие органов чувств. Именно через развития чувств мы повышаем возможность к лёгкому обучению.

Ребенок будет одарённым, если вы просто дадите ему шанс прожить 9 внутри утробных месяцев и всё его раннее детство в счастливой, радостной жизни, доверительной атмосфере, снабжая информацию 5 органов чувств (зрение, обоняние, осязание, вкус и слух). Этому способствует пение самой мамой песен, чтение сказок, и прослушивание классической музыки, и игра с малышом.

Рождение – бессознательный, психологический опыт, который остается в памяти на всю жизнь. Роды для плода – экстремальная ситуация, когда гормонов стресса выделяется в 15 раз больше.

В конце беременности плод ощущает полную безопасность, свое единство с матерью. В I периоде родов происходит поиск выхода, тревожное состояние. Во II периоде родов – борьба за выживание. В момент рождения ребенок испытывает чувство радости, освобождения и облегчения.

В последующем опыт родов ежедневно регулирует поведение человека, желание достичь определенной цели. При благоприятном течении родов вырастает психически здоровая личность, более активная и стойкая к жизненным трудностям.

Воспитание до рождения

Во время беременности, в этом сложном и ответственном периоде вашей совместной жизни вы не только беременны, но вы оба являетесь родителями – папой и мамой для вашего малыша, который находится внутри организма мамы. Вы пока малютку не можете взять на руки, но он у вас уже есть, и процесс воспитания начался.

Мамам и папам следует научиться понимать состояние ребёнка по проявлению его двигательной активности. Умение различить характер движений крошки развивает чувствительность и отзывчивость. Такое общения следует начинать тогда, когда шевеление ребёнка будут ощущаться матерью явно и четко (с 20 недель).

Понаблюдайте за шевелением ребёнка в течение нескольких дней. Для этого заведите дневник шевелений и записывайте в нём время, интенсивность и длительность шевелений малыша. На основе наблюдений выделите время дня, когда шевеления ощущаются наиболее часто.

Чаще всего активность проявляется вечером примерно после 18 часов, когда вы находитесь дома, спокойны, расслаблены. Вот в это время, когда вы можете сосредоточиться, не отвлекаться на другие дела хотя бы в течение 15-20 минут.

Желательно общаться с малышом в одно и то же время. Выберите характер тактильного и голосового общения, которое вы будете использовать. Это может быть похлопывание ладонью, поглаживание, перебирание пальцами и т.п., в сопровождение голосового воздействия – можете спеть, прочитать строчку из стихотворения, просто сказать несколько нежных слов. Такое общение можно проводить каждый день. Малыш привыкнет к такому общению в течении двух недель. В таких минутах общения могут принимать все члены семьи. В самом начале налаживания контакта с вами кроха будет прислушиваться, и притихать, но после нескольких дней общения, начнёт отвечать и отзываться, словно говоря: «Я тут!»

Помните, что малыш изо дня в день ждёт момента общения с Вами. Старайтесь оправдать его ожидания!

Хороший уход за новорожденным способствует созданию здоровой психики. Выработке полноценного материнского инстинкта способствует контакт «кожа-к-коже» - импретинг (узнавание, запоминание).

Постоянный физический контакт с матерью важен для успешной адаптации новорожденного, его здоровья. Поэтому необходимо чаще брать ребенка на руки, совместно пребывать с ним в родильном доме.