

## Памятка для беременных

### «Перечень «тревожных» симптомов и ситуаций при беременности»

Охрана здоровья матери и ребенка- приоритетное направление в системе здравоохранения Свердловской области. Обеспечение благоприятного исхода каждой желанной беременности- основная задача мероприятий в сфере оптимизации организации перинатальной помощи на территории области.

#### **«Тревожные» симптомы и ситуации при беременности являются:**

1. Ребенок шевелится меньше, чем обычно. Проконсультируйтесь с врачом. Он даст Вам конкретные инструкции о том нужно ли контролировать шевеление плода, ежедневно рассчитывать количество ударов.
2. Сильная или непрекращающаяся более 30 мин. боль в животе.
3. Вагинальное кровотечение или мажущие кровянистые выделения. Увеличение влагалищных выделений или изменение их вида- то есть, если они становятся водянистыми или кровавыми (даже всего лишь розоватыми)- должно Вас насторожить. Однако после 37 недель увеличение количества слизи нормально и может означать начало родов.
4. Тазовое давление (ощущение, что ребенок толкает вниз), боли в пояснице (особенно если раньше их не было), спазмы или боли менструального типа в животе, происходящие до 37 недель.
5. Болезненность или жжение при мочеиспускании, малое количество или отсутствие мочи.
6. Сильная или непрекращающаяся рвота, любая рвота, сопровождающаяся болью или лихорадкой.
7. Озноб или температура 38 градусов по Цельсию и выше.
8. Зрительные расстройства, двоение в глазах, размытие, затемнение, мигающие огни или плавающие пятна в поле зрения.
9. Стойкая или сильная головная боль, любая головная боль, сопровождающаяся ухудшением зрения, невнятной речью или онемением.
10. Любая лицевая опухоль и отечность во круг глаз, сильный и внезапный отек ступней или лодыжек, быстрое увеличение веса (более 2 килограмм в неделю).
11. Стойкие или интенсивные судороги ног.
12. Любая травма живота.
13. Обморок, частые головокружения, увеличенное сердцебиение.
14. Затрудненное дыхание, кашель с кровью, боль в груди.
15. Отсутствие стула более 3-х дней, сопровождающееся болью в животе, или частый жидкий стул, продолжающийся более 24 часов.
16. Стойкий интенсивный зуд туловища, рук, ног, ладоней или подошвы, в том числе без изменения цвета кожного покрова.
17. Любое изменение цвета кожных покровов, пожелтение склер глазных яблок.
18. Вызовите врача-терапевта на дом и сообщите своему акушеру-гинекологу по телефону, если Вы находились в тесном контакте с больным гриппом и у Вас появились симптомы гриппа: боль в горле, кашель, насморк или заложенность носа, быстрая утомляемость, боль в теле, озноб, рвота и понос. Немедленно обратитесь за неотложной медицинской помощью при следующих симптомах: одышка, затрудненное дыхание, боль в груди и живота, внезапное головокружение или спутанность сознания, высокая температура, несмотря на принятие жаропонижающих средств.
19. Обязательно сообщите своему акушеру-гинекологу о контакте с таким инфекционными заболеваниями, как ветряная оспа или краснуха, если Вы не болели ими ранее.
20. Дородовая депрессия или тяжелая тревога.
21. Обострение хронических заболеваний.

Обратите внимание, что некоторые из этих симптомов могут проявляться более или менее остро в зависимости от срока беременности или от конкретной ситуации.

**Запомните, что даже если Вы не увидите источник Вашего беспокойства в этом списке, то лучше проявить излишнюю осторожность и обратиться к врачу.**