Автор: admin
24.04.2011 00:53 - Обновлено 04.11.2014 11:24

Материнство, это огромное счастье, которое подарила женщинам природа. Но иногда эта радость омрачается сильными и внезапными болями во время беременности. От небольшой ломоты до острой боли в спине и в животе… со всем этим сталкивается практически каждая женщина во время беременности.

Что означают эти боли, и что делать, когда возникает боль во время беременности?

На протяжении всей беременности время от времени возникают различные боли: то малыш внутри нечаянно толкнёт маму ножкой, то различные инфекции (TORCH комплекс) и заболевания дадут о себе знать, то физическая нагрузка не лучшим образом скажется на позвоночнике… Причин возникновения боли во время беременности очень много, однако важно вовремя отличить боль безобидную, от сигнала к немедленному действию.

Основной причиной возникновения болей в животе является напряжение и растяжение связок, поддерживающих правильное расположение матки: малыш постоянно растёт, увеличивается его вес, и естественно, что связки растягиваются, в результате чего возникает кратковременная, но острая боль. Обычно такие боли проявляются при кашле, быстром движении или просто смене положения.

Ещё одним источником болей в животе и спине являются физические упражнения. И в этом случает боль вполне закономерна и физиологична. Так из-за роста матки и смещения центра тяжести, увеличиваются нагрузки на мышцы крестца, что и вызывает боль в спине. Кроме этого, вследствие гормональных изменений увеличивается подвижность суставов.

Итог этих изменений: меняется осанка, что вызывает, особенно на поздних сроках, дискомфорт в нижней части спины. Значительно уменьшить такого рода боль, а иногда и полностью её предотвратить, возможно пройдя курс остеопатии.

Специалисты медицинского центра "Евромедпрестиж" советуют: старайтесь контролировать физическую нагрузку, не оказывайте себе в отдыхе, носите бандаж, и

Вам удастся уменьшить частоту возникновения боли в спине.

Ещё одной частой причиной возникновения боли во время беременности являются спазмы кишечника и желудка, которые в основном возникают из-за неправильного питания. В основном это происходит из-за переедания, употребления некачественных или "не тех" продуктов, что и приводит к повышенному газообразованию и усилению работы кишечника. В результате появляются тупые распирающие боли, длящиеся в течение одного-двух часов.

Эта ситуация может значительно осложнится если у Вас до беременности был колит и дисбактериоз.

Специалисты медицинского центра "Евромедпрестиж" советуют: при спазмах в желудке и кишечнике помогает прием активированного угля и спазмолитиков, кроме этого соблюдайте режим питания, исключающий раздражающие факторы.

На третьем месте стоят запоры. Именно запоры могут стать причиной сильных болей внизу живота во время беременности. Во время беременности перистальтика кишечника снижается, одновременно с этим усиливается давление растущей матки, что и провоцирует запоры.

В Вашем рационе должны присутствовать овощи, сухофрукты, отруби, кисломолочные продукты.

Специалисты медицинского центра "Евромедпрестиж" советуют: избежать запоров можно если употреблять побольше жидкости, в частности можно выпивать полстакана воды непосредственно перед едой.

Все вышеперечисленные недомогания можно избежать, если следовать всем рекомендациям Вашего врача, ведущего беременность, кроме этого они не требуют принятия экстренных мер. Однако могут возникнуть ситуации, требующие немедленной консультации, или госпитализации, или даже хирургического вмешательства.

В каких случаях следует немедленно обратиться к врачу? Перечислим некоторых из них:

1) Острые заболевания органов брюшной полости, например аппендицит, непроходимость, панкреатит. Боли, вызываемые подобными причинами, обычно имеют нарастающий характер и сопровождаются тошнотой, рвотой, жидким стулом, общей слабостью, повышением температуры. В этом случае следует немедленно вызвать "Скорую" и связаться со своим лечащим врачом.

2) Угроза выкидыша. Боли локализуются в нижних отделах живота и пояснице и носят схваткообразный или тянущий характер, возможны кровянистые выделения. Необходимо или срочно обратится к врачу, наблюдающему вашу беременность, и он решит, какое необходимо сделать обследование и если нужно направит в стационар, или вызвать "Скорую"

3)Прервавшаяся внематочная беременность. В этом случае возникает сильные характерные боли, отдающие в прямую кишку и ногу, кроме этого наблюдается головокружение, рвота, обморочное состояние, кровянистые выделения.

4) Специфические боли, связанные с течение беременности.

Напоследок хотелось бы заметить, что залогом благополучных родов и здоровья Вашего ребёнка является своевременное начало процедуры ведения или наблюдения беременности. В это понятие входят систематические мероприятия, проводимые по определенному плану под наблюдением врача, который осуществляет ведение беременности. Очень важно своевременное проведение всех необходимых обследований и их грамотная интерпретация.

Вы должны в течение всей беременности регулярно посещать врача, наблюдающего беременность, выполнять все его рекомендации и обсуждать с ним все волнующие Вас вопросы.

В нашем медицинском центре "Евромедпрестиж" работают профессиональные акушеры-гинекологи, занимающиеся подготовкой к беременности, ее планированием, ведением. Вы всегда можете пройти полное обследование, сдать анализы, проконсультироваться у врачей других специальностей, таких как кардиолог, гастроэнтеролог, эндокринолог и др.

Здоровья Вам и Вашему малышу!

Адрес медицинского центра "Евромедпрестиж":

Москва, Ул. М. Дмитровка, д. 16 корп.10

Тел.: (495) 699 21 22

Москва, Ул. Донская, д. 28

Тел.: (495) 22 55 205

Ежедневно с 10:00 - 20:00

Воскресенье с 12:00 - 19:00

http://www.eklinika.ru/