Полезная тошнота при беременности

Автор: admin
14.08.2011 05:27 -

Токсикоз беременных - тошнота и рвота, которые изводят женщин на ранних стадиях беременности, - полон глубочайшего биологического смысла. Они, как ни странно, полезны, утверждает профессор нейробиологии Корнельского университета Пол ШЕРМАН. На мой взгляд, - говорит ученый, - термин "токсикоз" неточен.

Хотя тошнота и рвота причиняют страдания, это - нормальное свойство беременности. Они помогают организму матери и ее будущему ребенку защититься от микроорганизмов и ядовитых веществ: спасают плод от повреждений и предохраняют мать от выкидыша. Скажу больше: тошнота и рвота - неоценимое благо. Мы сделали анализ почти 80 тысяч "историй болезни", опросили многих женщин.

Результаты девяти независимых исследований, в которых участвовали 20 тысяч беременных, говорят, что у тех, кого мучает тошнота, намного реже случаются выкидыши, чем у тех, чья беременность проходит сравнительно легко.

Итак, страдания окупаются благополучным исходом. Поэтому состояние, о котором идет речь, лучше было бы, по-моему, назвать не токсикозом, а "залогом здоровья". Тошнота и рвота терзают женщин главным образом в первые три месяца беременности, когда у плода развиваются системы основных органов.

В этот период иммунная система беременной подвергается тяжкому испытанию. В ней борются два противоположных стремления - отторгнуть плод как инородное тело и вместе с тем удержать его. Стоит ли удивляться, что при таком положении вещей организм женщины становится слишком восприимчив ко всякого рода опасным микробам и паразитам, таящимся в пище, и к ядам, которые они выбрасывают.

И ему ничего не остается, как пытаться выбросить их из себя.

Существуют другие точки зрения на происхождение тошноты. Некоторые ученые, например, считают, что это - способ защитить плод от пищевых ядов, содержащихся в

овощах, приправах и некоторых фруктах. Но я с этим решительно не согласен. Не овощи и фрукты опасны для плода, а мясо, дичь, рыба и яйца.

Неспроста именно к мясу в первую очередь развивается идиосинкразия (отвращение) у беременных. Сначала к мясу, потом к безалкогольным напиткам, например к кофе, а уж потом, возможно, к овощам. Большинство беременных, страдающих от тошноты и рвоты, наиболее приемлемой едой признают хлеб, кукурузные хлопья, рис, овсянку, фрукты и фруктовые соки, а также мороженое.

Не говоря уж о том, что многим подчас хочется чего-нибудь соленого и острого, вроде анчоусов или хрена.

Моя позиция находит поддержку в исследованиях, проведенных среди беременных женщин, живущих в неиндустриальных странах или районах. Чем они питаются и как себя чувствуют - вот что меня интересовало. Хотя это и не оказалось для меня совсем неожиданным, но все же странно было слышать, что здесь женщины почти не знают, что такое тошнота и рвота. Мясо они ели, но очень редко, основной же едой была кукуруза.

Дети у них рождаются почти без изъянов, а выкидышей оказалось меньше, чем у женщин в развитых странах. Иными словами, им не от чего было защищаться. Не менее интересна, впрочем, зависимость между традиционными предпочтениями в еде и степенью утренней тошноты в индустриальном обществе.

Взять, например, Японию, где население привыкло к сырой рыбе.

Неудивительно, что там 84% страдают при беременности от тошноты и рвоты: это нормальная реакция на тех паразитов, которых организм получает с сырой рыбой. Такую же реакцию вызывает и недожаренное мясо, популярное в США и многих других странах Западной Европы. Исследования показывают, что в нем часто обитают микроорганизмы, которые могут наградить будущего ребенка непоправимым врожденным дефектом.

Оставьте бифштексы с кровью здоровым мужчинам, а беременные пусть сидят на кашах, овощах и хорошо прожаренном мясе. И еще один совет: не забывайте, что чрезмерная, так называемая неукротимая рвота, сопровождающаяся резкой потерей массы тела и обезвоживанием, совсем иное дело. В этом случае необходимы срочная госпитализация и немедленное лечение.

По материалам сайта: http://www.tetraktis.ru/

По всем интересующим вопросам, Вы можете обратиться к специалистам клиники Москвы ОАО "Медицина". В 6 отделениях клиники работает более 200 врачей, которые своевременно и грамотно окажут Вам амбулаторную и стационарную квалифицированную, комплексную помощь в области гинекологии. Вам предложат индивидуальную программу обследования, лечения, реабилитации и восстановления.

Контактная информация:

Телефоны:

Справочно-информационная служба: (7:30-20:00) (495) 995-00-33

Диспетчер скорой помощи (круглосуточно): 250-99-00, 250-99-03

Травматологический кабинет (круглосуточно): 251-52-97

Регистратура, взрослое отделение: 995-00-33

Регистратура, детское отделение: 250-02-78

Адрес: 125047, Москва, 2-й Тверской-Ямской переулок, дом 10 (метро "Маяковская")

Подробную информацию можно получить на сайте: www.medicina.ru