

# МИЛЛИОН ТЕРЗАНИЙ



**НАДЕЖДА ПАШИНОВА,**  
врач-офтальмохирург  
высшей категории  
Москва

*У меня плохое зрение. Как часто нужно проверять его во время беременности?*

*Людмила Ф.*

На протяжении девяти месяцев ваш организм работает за двоих, многие органы и системы адаптируются к новым условиям и функционируют иначе. Глаза – не исключение. Врачи-офтальмологи настоятельно рекомендуют проходить обследование на 6, 10–14 и 32–36 неделях беременности, даже если жалоб на зрение нет. От результатов осмотра и общего течения беременности зависит способ ведения родов. Бывают случаи, когда и при слабой близорукости – 1–3 диоптрии – на глазном дне образуются дистрофические очаги. Это приводит к разрывам сетчатки. По возможности проконсультируйтесь с врачом-ретинологом. Позаботьтесь о зрении будущего малыша. В целях профилактики, особенно в первые 6 недель беременности, исключите влияние на организм вредных факторов, которые могут нарушить развитие глазной ткани. Это курение, употребление алкогольных напитков и некоторых лекарств.



**НОНА ОВСЕПЯН,**  
врач-консультант  
Москва

*Запутались в результатах врачебного осмотра? Назначенное лечение вызывает вопросы? Помогут наши эксперты.*

Во время беременности допустимо небольшое повышение показателей свертываемости – у многих будущих мам кровь становится более густой. Чтобы узнать насколько, стоит сдать анализ на коагулограмму. Чем выше уровень тромбоцитов, тем гуще

кровь. В норме показатель – 180–360 тыс./мл. При допустимых изменениях можно обойтись небольшим увеличением объема чая, соков, бульонов и воды в рационе. Но обязательно следите, сколько жидкости принимаете. Задержи-

ка воды в организме ведет к образованию отеков – повышается артериальное давление и появляется белок в моче. Постарайтесь сократить количество соли. Она задерживает жидкость в тканях организма и мешает ее полному выведению.

*У меня 32-я неделя беременности. По словам врача, кровь слишком густая – нужно больше пить. Прибавка в весе в границе нормы, но из-за воды отекают ноги. Что делать?*

*Ульяна Г.*



**ЕЛЕНА ГЕВОРКОВА,**  
акушер-гинеколог,  
Центр иммунологии и  
репродукции,  
Москва

*У меня 37-я неделя беременности. На осмотре врач удивилась, что шейка матки уже сглажена. Что это означает?*

*Татьяна Б.*

Шейка матки – ее нижний сегмент, представляет собой плотную мышечную трубку длиной 3–4 см, соединяющую полость матки с влагалищем. На протяжении беременности шейка матки плотно сомкнута, а ее просвет – цервикальный канал – заполнен густой слизью. С 38-й недели в организме будущей мамы происходит интенсивная подготовка

к предстоящим родам: количество прогестерона уменьшается, а эстрогена – возрастает. Это воздействует на ткани родовых путей. Гормоны размягчают шейку матки, подготавливая ее к процессу раскрытия. Обычно к моменту начала родовой деятельности шейка приоткрывается на 2 см. При родовых схватках раскрытие

происходит более интенсивно. Шейка укорачивается. При раскрытии шейного канала на 4 см его края становятся тонкими и практически исчезают – это и есть сглаживание шейки матки. Цервикальный канал превращается в маточный зев – отверстие в матке. Полное раскрытие происходит после 4–5 часов регулярных схваток.



**АЛЕКСАНДР ЛИВАНОВ,**  
трансфузиолог,  
Москва

*В последнем триместре беременности врач назначил плазмаферез. Что это за процедура, при каких осложнениях она показана?*

*Анастасия М.*

Через плазму крови из клеток организма выводятся продукты жизнедеятельности – токсины и шлаки. При плазмаферезе от крови отделяют «загрязненную» плазму. Кровь из вены забирают маленькими порциями – 10–150 мл, а после очищения вводят в кровяное русло.

Процедура длится около часа и достаточно комфортна. Многие предпочитают подремать или послушать музыку в это время. Плазмаферез применяют для лечения более 200 заболеваний, для профилактики их возникновения, стимуляции иммунитета, увеличения продолжительности жизни. За одну процедуру очищается до 30% крови. В лечебных целях стоит пройти не менее 3–5 сеансов плазмафереза, после чего человек чувствует себя помолодевшим, улучшается общее самочувствие. На вашем сроке плазмаферез могут назначить для профилактики и лечения гемолитической болезни плода, при резус-конфликте, позднем токсикозе, холестатическом гепатозе, для иммунокоррекции и профилактики инфекционных осложнений.

