

Ciąża – pierwszy trymestr

Pierwsze objawy ciąży:

- brak miesiączki
- nudności, wymioty
- nabrzmiąle, bolące i wrażliwe na dotyk piersi
- częste oddawanie moczu
- zmiany samopoczucia
- zgaga
- podwyższona temperatura ciała
- zawroty głowy, omdlenia
- przebarwienia skórne
- ból w dole brzucha
- zmiana smaku
- wrażliwość na zapachy
- senność
- ciągłe zmęczenie
- ból pleców
- powiększenie brzucha
- przyrost masy ciała.

Jeśli zauważysz u siebie występowanie wymienionych objawów kup w aptece kwas foliowy i przyjmuj go w zalecanej dawce. Przyjmowanie go zmniejsza ryzyko wystąpienia u dziecka poważnych wad wrodzonych.

Jednak należy pamiętać, że wszystkie te objawy nie dają pewności, że jest się w ciąży. Na 100% ciążę może potwierdzić jedynie wizyta u ginekologa.

Lekarz w badaniu ginekologicznym widzi już takie zmiany jak powiększona macica oraz lekko napuchnięta i ciemniejsza tkanka szyjki.

Można wykonać również USG. Po wykonaniu badania pewność daje:

- obraz z badania ultrasonograficznego (USG) - pozwala już około 5 tygodnia ciąży uzyskać pełne potwierdzenie ciąży
- wysłuchanie tętna płodu
- osłuchiwanie serca płodu - od 24-26 tygodnia ciąży, przykładając stetoskop do brzucha matki można usłyszeć tony serca płodu. Czynność serca płodu można rejestrować nawet w 12-14 tygodniu, dzięki zastosowaniu kardiodetektorów
- wysłuchanie, wyczuwanie i oglądanie ruchów płodu, przy pierwszej ciąży ruchy wyczuwa się od ok. 20 tygodnia, przy następnych wcześniej - już od ok. 17 - 18

tygodnia ciąży

- wyczuwalne skurcze macicy (Braxtona Hicksa) - około 9-10 tygodnia ciąży pojawiają się nieregularne i bezbolesne skurcze macicy, które od 20 tygodnia są wyczuwalne przy badaniu brzucha, a w miarę rozwoju ciąży nasilają swoją częstotliwość.

Jeśli jesteś w ciąży:

Zmiany w organizmie mamy w pierwszym miesiącu:

- wzrośnie tempo przemiany materii
- wzrośnie tętno
- wzrośnie wydajność serca
- wzrośnie częstotliwość oddechu
- piersi powiększą się i staną się bardziej wrażliwe
- pod koniec trzeciego miesiąca nastąpi lekki przyrost wagi ciała

Zmiany w organizmie mamy w trzecim miesiącu:

- większość kobiet w 9 i 10 tygodniu ciąży odczuwa wyraźny spadek formy
- jest to okres przejściowy między przykrymi dolegliwościami a najprzyjemniejszym etapem ciąży
- brzusek delikatnie się zaokrągla
- zwiększa się objętość krwi
- zwiększa się zapotrzebowanie na żelazo
- pojawiają się obrzęki nóg
- pod koniec trzeciego miesiąca młoda mama zacznie odczuwać przypływ energii

Rozwój ciąży:

1 miesiąc:

- Na początku ciąży zarodek w badaniu USG jest jeszcze niewidoczny. W pewnym sensie rozwija się niezależnie od organizmu matki. Dopiero po zagnieżdżeniu w jamie macicy tworzy się sieć naczyń umożliwiających wymianę substancji odżywczych.
- Zapłodniona komórka jajowa ma 0,1 mm i waży 0,001 g. W drodze z jajowodu do macicy szybko się dzieli: po tygodniu, gdy zagnieżdża się w macicy, składa się już ze 100 komórek, a po dwóch tygodniach - z kilkuset.
- W 3 tygodniu od poczęcia komórki się specjalizują: dzielą się na 3 warstwy, z których powstaną wszystkie narządy.
- W 22 dniu od zapłodnienia zaczyna bić serce (początkowo wygląda jak rurka).
- Od 4 tygodnia ciąży zaczyna się okres powstawania organów i narządów płodu.

Formuje się centralny układ nerwowy: mózg i rdzeń kręgowy. W krwiobiegu zaczyna krążyć krew.

- 4-tygodniowy zarodek ma 4 mm długości. Ma ugięty tułów i ogonek, przez co przypomina kijankę. Jego ciało wygląda jak przezroczysta, szarawa galaretka.

2 miesiąc:

- Zarodek ma już swój mózg, swoje serce i rurkę, która w przyszłości stanie się przewodem pokarmowym.
- Od teraz rośnie z prędkością ok. 1 mm na dobę.
- Pod koniec drugiego miesiąca grupa komórek zacznie nabierać „ludzkich” kształtów.
- Można już wykonać badanie USG.
- od 6-7 tygodnia można zarejestrować czynność serca.
- Osiąga wielkość orzecha laskowego.

3 miesiąc:

- W ciągu tego miesiąca płód podwoi swą wielkość z ok. 3 do 6 cm.
- Płód ma już miniaturowe rączki i nóżki, delikatnie nimi porusza.
- Palce dłoni i stóp, dotąd połączone błoną, oddzielają się od siebie. Wyrastają na nich paznokcie.
- Pojawiają się również uszy, oczy, nos.
- Malec uśmiecha się, marszczy czoło i ssie swój kciuk.
- Wątroba, nerki, jelita i mózg są już w pełni ukształtowane, choć jeszcze nie wszystkie funkcjonują.
- Wykształcają się zewnętrzne narządy płciowe.
- Przezroczystą skórę pokrył delikatny meszek.