

Поздравляем! Вы беременны!



СОВЕРШИЛОСЬ ЧУДО!
БОГ ДАЛ НАМ С ТОБОЙ
ШАНС БЫТЬ ВМЕСТЕ,
МАМА!

МАМА, ТЫ ЕЩЕ НЕ
ЗНАЕШЬ ОБО МНЕ,
НО Я УЖЕ РАСТУ,
И У МЕНЯ БЬЕТСЯ
СЕРДЦЕ!

МАМА, Я УМЕЮ ГЛОТАТЬ ВОДУ,
ЧУВСТВУЮ ЗАПАХИ, А ЕЩЕ
Я ВЗДРАГИВАЮ, КОГДА ТЫ
КАШЛЯЕШЬ ИЛИ ЧИХАЕШЬ!



МАМА, Я УЖЕ МОГУ
ПОИГРАТЬ С ПУПОВИНОЙ!

МАМА, ТЫ ЧУВСТВУЕШЬ
КАК Я ШЕВЕЛЮСЬ?

МАМА, Я СОВСЕМ
КАК ТЫ, ТОЛЬКО
МАЛЕНЬКИЙ!

МАМА, МЫ СКОРО
УВИДИМСЯ!



Подари мне жизнь!

Поздравляем! Вы беременны!





Поздравляем! Вы беременны!

Совершилось чудо, и вы готовитесь подарить миру новую жизнь! Он (а может быть, это она?) еще совсем крошечный, но это уже человек, в нем уже заложены внешность и характер. Быть может, у него будут ваши глаза или походка? А может быть, это будущий лауреат Нобелевской премии, всемирно известный музыкант, поэт или изобретатель? Теперь только от вас зависит, как его встретит этот мир. Вы уже самый главный человек в его жизни.

Мы приветствуем вас в начале большого, ответственного и радостного пути к встрече с вашим ребенком!

В вашем организме сейчас происходят очень важные изменения. Возможно, вы их еще не чувствуете, а может быть, заметили, что стало меняться настроение или аппетит, вы стали быстрее уставать или часто хотите спать.

Нередко в это время женщина бывает раздражительной. Конечно, не нужно превращаться в домашнего тирана, но и винить себя за частые смены настроения и нетерпимость тоже не стоит. Слишком важные и серьезные перемены с вами происходят.

В ближайшее время у вас может начаться токсикоз. Иногда это только чувство дурноты или тошнота по утрам, иногда рвота. Хотя токсикоз бывает далеко не у всех и длится у большинства женщин совсем недолго, нужно быть к нему готовой. Вот некоторые советы.

- * Кладите перед сном около кровати печенье и съедайте его, прежде чем встанете утром.
- * Обязательно полежите немного и только потом вставайте с кровати.
- * Знайте, что рвота не может навредить ребенку, и даже самый сильный токсикоз обязательно заканчивается через несколько недель.

Помните, что первые 12 недель беременности — самые важные для вашего малыша, потому что в этот период формируются все его органы и системы.

Будьте внимательны к своему здоровью и самочувствию. Есть ряд симптомов, при которых обязательно нужно обратиться к врачу:

- любые боли (в области живота, головные боли, боли в пояснице);
- кровянистые выделения;
- рвота более трех раз в сутки и/или потеря веса на фоне рвоты в течение нескольких дней.

Если врач не рекомендует вам ничего дополнительно, то в первые недели беременности вы можете не менять свой привычный образ жизни. Однако, есть некоторые настоятельные рекомендации:

- * **Полностью откажитесь от алкоголя и курения.**
- * При необходимости проведения какого-либо обследования или приема какого-либо медицинского препарата обязательно сообщите врачу, что вы беременны.