

# ПАМЯТКА ДЛЯ ПАЦИЕНТКИ

---

## ПРЕЖДЕВРЕМЕННЫЕ РОДЫ

Преждевременные роды – завершение беременности на 22–37-й неделе. Если вы оказались в группе риска, будьте внимательнее к своему здоровью. Вам помогут профилактика, тщательный контроль своего состояния, своевременная консультация врача, выполнение назначений.

### ПРОФИЛАКТИКА

Профилактика преждевременных родов должна начинаться до наступления беременности. Успех профилактики целиком зависит от вас.



Пройдите комплексное обследование всех органов и систем, вылечите заболевания. Встаньте на учет в женской консультации.

---



Откажитесь от вредных привычек.

---



Придерживайтесь щадящего режима дня, соблюдайте правила труда и отдыха, выполняйте назначения врача.

---

### ФАКТОРЫ РИСКА

Проанализируйте и сообщите врачу свои факторы риска:

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Возраст младше 18 или старше 34 лет.  | <input type="checkbox"/> Ожидание двойни, тройни.  |
| <input type="checkbox"/> Недонашивание, два или более медицинских аборта, более четырех родов в анамнезе.                            | <input type="checkbox"/> Присутствуют осложнения в течение беременности.                               |
| <input type="checkbox"/> Операции на шейке матки.  | <input type="checkbox"/> Гормональные нарушения.   |
| <input type="checkbox"/> Курение и иные зависимости.   | <input type="checkbox"/> Повышенная свертываемость крови.  |
| <input type="checkbox"/> Тяжелая форма сахарного диабета, другие серьезные заболевания, в том числе инфекционные и гинекологические. | <input type="checkbox"/> Особенности строения матки.   |
| <input type="checkbox"/> Беременность наступила в результате ЭКО, ИКСИ.  | <input type="checkbox"/> Прием лекарственных средств без назначения врача, в том числе на основе трав. |
|  | <input type="checkbox"/> Стрессы.  |

## СИМПТОМЫ НАЧАЛА ПРЕЖДЕВРЕМЕННЫХ РОДОВ

Обратите внимание на изменение своего состояния:

- Облегчение дыхания.
- Менее активные движения ребенка или их отсутствие.
- Чувство тяжести и боли внизу живота и пояснице, не связанные с движением.
- Появление схваток любой частоты и болезненности.
- Необычные выделения из влагалища – особенно кровянистые.

## МЕРЫ НА СЛУЧАЙ ЭКСТРЕННОЙ СИТУАЦИИ



Поставьте близких, родственников в известность о беременности и риске преждевременных родов.



Держите под рукой основные документы по беременности, необходимые для госпитализации. С обменной картой лучше не расставаться.



Запишите на видном месте, вбейте в память телефона или запомните наизусть телефон акушерской скорой помощи.

## ДЕЙСТВИЯ ПРИ ПРЕЖДЕВРЕМЕННЫХ РОДАХ

ДА	НЕТ
✓ Вызвать скорую	✗ Паниковать
✓ Ожидать приезда бригады лежачих	✗ Есть и пить
✓ Приготовить документы и собранную заранее сумку в роддом	✗ Принимать душ, ванну
✓ Следить за собственными ощущениями и поведением будущего ребенка	✗ Ходить, бегать, прыгать
✓ Привлечь на помощь ближайшее окружение	✗ Принимать лекарства, кроме назначенных врачом

**ЖЕЛАЕМ ВАМ ЛЕГКИХ, СВОЕВРЕМЕННЫХ РОДОВ!**