

Ce simptome trebuie săf le trimitĂf pe graviduĂfe, de urgenĂf, la medic



2019-11-05 15:30:19

Perioada de sarcinĂf aduce cu sine o mulĂfime de întrebĂfri Ăfi de temeri, pe lângĂf entuziasmul Ăfi bucuria de a fi păminunea care se numeĂfite ?viaĂfĂf?. Cele nouĂf luni implicĂf o transformare uriaĂfĂf, ce scoate la ivealĂf Ăfi emoĂf gravidĂf îndrumatĂf corect de cĂftre medicul săfu curant, care Ăf tie la ce săf se aĂftepte, poate săf îmbrĂfĂfiĂfzeze perioadĂf. Cu rĂfspunsuri la întrebĂfri pe care Ăfi le ridicĂf orice viitoare măfmicĂf, vine dr. Carmen CheleÈ™ medic obstetricĂf-ginecologie, cu supraspecializare în medicinĂf materno-fetalĂf, cu competenÈf de ecografie obstetricalĂf Èf ginecologicĂf, ce efectueazĂf ecografiile de morfologie fetalĂf la clinica Hera's Med din Bradu.

Simptome ce trebuie săf ne ducĂf la medic

Sunt câteva lucruri care trebuie săf te trimitĂf imediat la medic, explicĂf medicul Carmen CheleĂf:

- Durerea, mai ales când este una acutĂf, ascuĂfitĂf, mai ales în partea de mijloc sau de sus a uterului. De fapt, orice durere acutĂf trebuie comunicatĂf imediat cĂftre medic, care trebuie săf ofere consultaĂfie Ăfi săf ia măfsuri. Gravida trebuie ginecologul care monitorizeazĂf sarcina ori de câte ori apare o problemĂf. Nimic nu trebuie făfcut dupăf ureche. Dacăf u recomandĂf un tratament o face conĂfient Ăfi în interesul mamei. Ne lovim de un fenomen, acela cĂf multe gravide nu u tratamentul prescris. În spatele durerilor acute se poate ascunde pierderea sarcinii. La începutul sarcinii sunt multe situaĂfii periculoase, iar o durere poate duce la un avort, aĂfa cĂf orice durere acutĂf, ascuĂfitĂf trebuie anunĂfatĂf Ăfi consultatĂf.
- Febra iarĂfĂfi nu este un simptom de neglijat în sarcinĂf. Săf nu se trateze dupăf ureche sau săf o lase aĂfa, săf conștientizatĂf medicul.
- TulburĂfrile de vedere, ameĂfelile, dezechilibrul. Sunt extrem de periculoase Ăfi mergem imediat la medic.
- O durere de cap persistentĂf nu este normalĂf.
- Sângerarea vaginalĂf nu trebuie neglijatĂf. De urgenĂfĂf mers la medic, implicĂf consult Ăfi investigaĂfii. Poate fi extrem de periculoasĂf.
- VăfrsĂfturile, ce pot ascunde o patologie extrem de periculoasĂf în sarcinĂf.
- Pierderea de lichid amniotic, care se manifestĂf ca o senzaĂfie de pipi făfrĂf a putea fi controlatĂf, în trimestrul III, este de urgenĂfĂf medicalĂf, deoarece potenĂfialul de infecĂfie este foarte mare Ăfi trebuie ajuns la spital.
- Orice fel de traumatism abdominal trebuie controlat, chiar Ăfi săf te loveĂfi cu burtica într-un colĂf de mobilĂf sau săf te lovești pe gheaĂfĂf.
- Lipsa perceprii miĂfcĂfrilor fetale, în trimestrul III, este de asemenea un semn de alarmare, ce implicĂf consult imediat la medic.



HERA'S MED

HERA: Tu ce știi despre fertilitatea ta?

OBSTETRICĂ - GINECOLOGIE
MEDICINĂ MATERNO - FETALĂ
MONITORIZARE SARCINĂ
TRATAMENTUL INFERTILITĂȚII



Adresă: Str. Principală nr. 362, com. Bradu, jud. Argeș
Telefon: 0755 688 984
Email: contact@herasmed.ro / www.herasmed.ro

Mâncăm cât pentru doi în sarcină?

Medicul Carmen Cheleală murește și problema alimentației în perioada de sarcină. Deși apare necesitatea unui nutritiv, asta nu înseamnă excese sau să mâncăm cât pentru doi. În sarcină, la o greutate normală a mamei, se acumulează până la 15 kilograme, acumulate pe parcursul celor 9 luni. Creșterea în greutate trebuie să fie bine controlată în sarcină! Este foarte important și pentru mamă și pentru copil. Un exces de kilograme nu este un lucru bun în nicio situație, cu atât mai mult în sarcină. Obezitatea, care este o boală, nu o problemă de estetică, afectează inima, respirația, sistemul renal, ce pot fi influențate de o creștere în exces în greutate. De asemenea, poate crește riscul de avort, malformații congenitale, diabetul în sarcină, hipertensiune, chiar și moarte fetală in utero, precum și alte complicații. Răspunsul la întrebarea dacă nu mâncăm pentru doi este NU! Nu mâncăm pentru doi. Copilul nostru nu este cât un adult, este foarte mic. Și nici poftele nu există și nu sunt afectate copilul! Cu cât se acumulează kg mai multe, cu atât este mai greu să le dai jos după naștere?

Ce mâncăm în sarcină? Nici nu ne înfometăm. Trebuie să avem o alimentație sănătoasă, echilibrată, ceea ce înseamnă mese regulate, la ore aproape fixe, cu produse care să acopere toți factorii nutritivi. Nu trebuie făcut exces de niciun fel, nici mâncăruri de fructe. Este indicat să mâncăm un strugure, în momentul în care mâncăm un castron întreg de struguri nu mâncăm fructos. O amenințare pentru greutate, nu doar în perioada de sarcină: ronțăitul! De asemenea, atenție la mâncarea sau neregulat. Nu trebuie să te duci cu cina foarte târziu pentru că metabolismul încetinește foarte mult și tot ceea ce mănâncăm seara se depune. Ideal este ca ultima masă a zilei să fie cu 2-3 ore înainte de culcare?

Gravidele supraponderale sunt sfătuite să apeleze cu încredere la nutriționist, care să le prescrie o dietă personalizată.

Diabetul gestațional

Obezitatea este un factor de risc care influențează apariția diabetului în sarcină. Chiar dacă în sarcină nu au diabet, femeile care au luat foarte mult în greutate și au un copil cu o greutate mare la naștere au șanse foarte mari să dezvolte un diabet de tip II, mai târziu, așa că trebuie să faci o serie de investigații.

Vărsăturile sunt periculoase deoarece duc la deshidratare

Greșurile de la începutul sarcinii sunt foarte frecvente în cazul majorității gravidelor. În această situație, cea mai bună soluție este un regim care să constea în mese mici, astfel încât să nu îți umple niciodată stomacul, nici măcar cu apă. Dacă este permis, la începutul sarcinii, ronțășitul, pentru că trebuie să mănânce câte puțin. Atenție cu vărsăturile! Dacă sunt multe se ajunge la deshidratare. Vărsăturile sunt periculoase. Trebuie să vă adresați ginecologului, pentru că poate fi necesară spitalizare pentru hidratare. Deshidratarea pune în pericol viața fătului și sănătatea mamei. Avertizează medicul Carmen Cheleș.

Alimente permise și alimente pe care să le ocolim

Ce alimente trebuie evitate în sarcină: carne crudă, semigătită, pește crud, brânzeturi a căror proveniență nu este cunoscută sau pot fi sursă de infecție. Trebuie să eviți peștii care acumulează o cantitate mare de mercur: rechin, peștele sâmbur, macroul uriaș. Să ne rezumăm la peștii de apă dulce, pentru că reprezintă o sursă bună de omega 3, precum și creveții.

Alcoolul în sarcină poate genera tulburări de memorie și învățare

Alcoolul traversează în totalitate placentă și ajunge direct la făt. Consumul acestuia, la începutul sarcinii, poate provoca naștere prematură, avort, modificări la sistemul nervos al copilului, care mai târziu se pot traduce prin tulburări de învățare și tulburări de memorie. Așa că mai bine renunțăm. Avertizează medicul Carmen Cheleș.

Medicul Carmen Cheleș a oferit toate aceste indicații în cadrul unui interviu acordat Ziarului pentru Sănătate, iar dacă doriți să faceți o consultație ca și specialist, aceasta poate fi găsită la clinica Hera's Med, din Bradu.

Str. Principală nr. 362

Comuna Bradu, Argeș

0755 688 984