Все о родах



Роды — это завершающий этап беременности, заканчивающийся появлением ребёнка на свет. Все о родах — самое важное и интересное — рассказываем в статье.

Что такое здоровые роды или физиологические

По статистике, 75-80% женщин рожают ребёнка через естественные родовые пути. Обычно это роды одним плодом, которые начались спонтанно, протекали без осложнений, ребёнок родился доношенным и зрелым, в головном (затылочном) предлежании, в родах не использовались пособия и медикаменты, и после родов мама и малыш находятся в удовлетворительном состоянии.

Термин «здоровые роды» в медицине не применятся, однако в быту под ним понимают рождение ребёнка в срок без осложнений со стороны матери и ребёнка.

Когда начинаются первые роды

Нормальными считаются роды, которые начинаются в срок 37-41 неделя. Роды, которые происходят до полных 37 недель, называются преждевременными. После полных 42-й недель говорят о переношенной беременности и роды называют запоздалыми.

Первые роды, как правило, начинаются на сроке 40-41 неделя, однако возможны и иные варианты. Многое зависит от возраста женщины, течения беременности, состояния плода и наличия осложнений. Вторые и последующие роды, как правило, начинаются на 1-2 недели раньше предыдущих.

Важно!

Самую важную информацию о родах можно получить на специальных курсах. Как правило, такие курсы устраивают в женской консультации. На них рассказывают, как подготовиться к родам, как распознать схватки и что взять с собой в родильный дом. Курсы можно посещать вместе с будущим папой, особенно если партнёр собирается присутствовать на родах.

Как проходят роды

Весь период родов делится на три периода — и не важно, какие это роды по счёту. А вот продолжительность родов может существенно отличаться. По статистике, первые роды обычно длятся 10-12 часов (до 18), тогда как вторые — 6-9 (до 12-14) часов. Третьи и последующие роды могут протекать ещё быстрее, но это случается не всегда. Если повторные роды идут с осложнениями, их продолжительность может значительно увеличиваться.

Роды, которые длятся менее 6 часов у первородящих и менее 4 часов у повторнородящих, называют быстрыми. В них выше риск развития осложнений и прежде всего травм как для матери, так и для ребёнка. Если роды длятся менее 4 и 2 часов соответственно, их называют стремительными.

Предвестники родов

У большинства женщин ещё до начала родовой деятельности появляются предвестники родов:

* Тянущие боли внизу живота и в пояснице. Они нерегулярные — приходят через различные промежутки времени, почти не мешают вести обычную жизнь и не приводят к укорочению шейки матки.
* Опущение дна матки. Головка плода опускается ко входу в таз и вместе с этим опускается живот. Будущей маме становится легче дышать, ведь теперь матка не давит так сильно на диафрагму. Ослабевает изжога, а вот в туалет, напротив, хочется чаще — потому что матка давит на мочевой пузырь. Могут быть распирающие боли в промежности.
* Отхождение слизистой пробки. Шейка матки размягчается и укорачивается, и слизистая пробка выходит. Если это случается одномоментно, женщина может заметить выделение белесовато-жёлтого комка из влагалища. Иногда пробка выходит по частям, и тогда женщина замечает лишь усиление естественных выделений.

Такие симптомы у первородящих женщин обычно появляются за несколько недель до предстоящих родов. При вторых и последующих родах предвестники могут появиться за несколько дней до начала родовой деятельности.

Первый период родов

Многие женщины задаются вопросом, как проходят роды в первый и последующие разы. Гинекологи отвечают, что все зависит от скорости раскрытия шейки матки в первом периоде родов. У первородящих женщин шейка матки раскрывается со скоростью 1 см в час. При вторых и последующих родах это происходит быстрее — 1,5-2 см в час.

Первый период родов начинается с началом регулярных схваток, которые приводят к сглаживанию шейки матки и раскрытию маточного зева. Этот период длится 9–12 часов у первородящих и 6-9 часов у повторнородящих.

Первый период делится на две фазы.

* Латентная фаза начинается с появлением схваток не реже 1-2 за 10 минут и заканчивается при раскрытии маточного зева 3-4 см. Они ощущаются как схваткообразные боли внизу живота и пояснице. Интервал между схватками постепенно сокращается, а сами они — удлиняются. Ощущения женщины меняются: чем продолжительнее схватки, тем они сильнее.
* Активная фаза начинается с раскрытия шейки матки 4 см и завершается полным раскрытием маточного зева до 10 см. В этот период схватки становятся более частыми, продолжительными и болезненными. В среднем за 10 минут проходит 3-5 схваток. К концу активной фазы схватки идут каждые 1-2 минуты и длятся около 50-60 секунд.

Обычно в активную фазу происходит вскрытие плодного пузыря, и изливаются околоплодные воды. Иногда это случается раньше, до начала родовой деятельности, тогда говорят о преждевременном излитии вод. Бывает и так, что плодный пузырь не вскрывается вплоть до рождения ребёнка. Тогда говорят о том, что малыш «родился в рубашке».

Второй период родов

Второй период родов начинается с полного раскрытия шейки матки и длится до рождения ребёнка. У первородящих от продолжается около 1-2 часов, у повторнородящих — от 30 минут до часа.

Во втором периоде родов, при опускании головки плода, к схваткам присоединяются потуги — синхронное, непроизвольное сокращение мышц матки и одновременно присоединяющиеся к ним ритмичные сокращения мышц брюшного пресса, тазового дна и диафрагмы. Ребёнок постепенно продвигается по родовым путям, головка опускается на тазовое дно. В этот период женщине очень важно правильно дышать, чтобы помочь малышу пройти родовые пути и появиться на свет без травм.

С началом потуг рядом с женщиной всегда должны быть врач и акушерка. Акушерка будет подсказывать, как правильно дышать, поможет ребёнку родиться и примет его в свои руки, когда он будет готов к появлению на свет.

Этапы рождения













Третий период родов

Третий период родов у первородящих и повторнородящих продолжается одинаково — от 5 до 30 минут. В это время выходит послед: плацента, плодные оболочки и пуповина. Как правило, через 10-15 минут после рождения ребёнка появляются небольшие схваткообразные боли, и выходит послед.

После родов врач осматривает плаценту и убеждается в её целостности.

В третьем периоде родов малыша осматривает врач-неонатолог, затем выкладывает его на живот мамы, и очень важным моментом является первое прикладывание к груди Новорождённый первый раз берет грудь и пробует молозиво. Некоторое время ребёнок остаётся на животе у матери, накрытый пелёнкой. Если на родах присутствует отец, он также может взять малыша на руки.

После рождения ребёнка врач проверяет состояние родовых путей и, если есть разрывы, накладывает швы. Как правило, это делают под местной анестезией. При значительных разрывах и продолжающемся кровотечении может потребоваться наркоз.

Здоровые роды или физиологические роды: когда пора ехать в роддом?

Врачи рекомендуют всем женщинам с началом родовой деятельности считать схватки. Можно записывать время их появления и окончания в блокнот, а можно пользоваться специальным приложением. В родильный дом нужно ехать, если у первородящей женщины схватки идут каждые 5-10 минут, а у повторнородящей — каждые 10-15 минут.

Вне зависимости от частоты и продолжительности схваток нужно собираться в роддом, если:

* Отошли околоплодные воды.
* Появились сильные боли внизу живота, не похожие на предшествующие схватки.
* Появились кровянистые выделения из влагалища.
* Повышается артериальное давление выше 140/90 мм рт. ст.
* Мелькают мушки перед глазами, болит голова, становится сложно дышать или появляются другие необычные симптомы.

Дожидаться схваток дома можно только здоровым женщинам на сроке доношенной беременности — и при условии, что нет осложнений. В иных ситуациях акушеры-гинекологи рекомендуют заранее лечь в родильный дом, чтобы подготовиться к родам под наблюдением специалистов.

Жизнь после родов

В первые два часа после рождения ребёнка женщина остаётся в родильном зале. За ней наблюдают врач и акушерка. У женщины измеряют давление и пульс, проверяют, как сокращается матка. Малыш все это время находится рядом.

Через два часа, если мама и малыш себя хорошо чувствуют, их переводят в послеродовую палату. Каждый день приходят врачи: акушер-гинеколог оценивает состояние родильницы, а неонатолог проверяет ребёнка. Молодую маму также навещает детская медицинская сестра. Она показывает, как правильно ухаживать за ребёнком: пеленать, купать, обрабатывать пупочную ранку.

Если с женщиной и ребёнком все в порядке, на третьи-четвёртые сутки после родов их выписывают домой. На следующий день после выписки к ребёнку обязательно придёт участковый врач-педиатр и медицинская сестра. Молодой маме также нужно будет посетить акушера-гинеколога через 1 месяц после родов при отсутствии жалоб.

Все о родах в вопросах и ответах

Отвечаем на самые частые вопросы будущих мам.

Если роды у женщины планируются путём кесарева сечения, когда ехать в родильный дом?

Как правило, плановое кесарево сечение проводят на сроке 38–39 недель и всегда до начала появления схваток. Точную информацию по этому вопросу даст только лечащий врач. Иногда кесарево сечение делают раньше — например, если плод страдает от гипоксии.

Как часто происходят разрывы промежности в родах у женщины?

Будут ли разрывы промежности и влагалища, зависит от течения родов, эластичности тканей, наличия воспалительных заболеваний и др. Как правило, если женщина выполняет все указания акушерки, правильно дышит и тужится, риск разрывов минимальный.

Когда можно планировать новую беременность после родов?

Организму женщины нужно восстановиться. Акушеры-гинекологи советуют планировать новую беременность не ранее, чем через 2 года после родов через естественные родовые пути и через 3 года после кесарева сечения.

Если было кесарево сечение, следующие роды тоже будут оперативные?

Не обязательно. Многое зависит от состояния женщины, течения послеоперационного периода, течения настоящей беременности. Точный ответ на этот вопрос даст только лечащий врач.

Жизнь после родов различается у первородящих и повторнородящих?

У повторнородящих женщин матка после родов сокращается сильнее, особенно при кормлении грудью. После первых родов этот процесс происходит медленнее. В остальном существенных отличий нет.