

## Как правильно планировать беременность

**Беременность** – это ответственное решение, и от тщательности предварительного обследования зависит ее дальнейший успех. За 3-4 месяца до планируемой беременности необходимо обратиться к участковому акушеру-гинекологу. Если Вы считаете себя абсолютно здоровой, врач выполнит необходимое предварительное обследование и назначит витаминно-минеральный комплекс для профилактики хромосомной патологии плода. А если имеются хронические заболевания, необходимо принести заключение специалиста со свежими результатами обследования и рекомендациями на период беременности.

Очень важную информацию при планировании беременности содержат карта наблюдения по беременности (она хранится 5 лет) и выписка из родильного дома (карта хранится 25 лет), а также выписки из гинекологических стационаров и амбулаторных карт, если Вы приехали из другого региона.

За 2-3 месяца до планируемой беременности нужно отменить гормональные контрацептивы, т.к. должна восстановиться не только способность яичников к созреванию яйцеклетки, но и способность матки к вынашиванию беременности. При нерегулярном менструальном цикле для профилактики невынашивания и плацентарных нарушений нужно обязательно принять меры по его восстановлению. Если у Вас уже была внематочная беременность или самопроизвольный выкидыш, полное клинико-лабораторное обследование может занять от 2 до 6 месяцев.

При необходимости такого углублённого обследования Вы можете быть направлены в Центр по невынашиванию беременности в СПб ГБУЗ «Родильный дом №1» или в «Центр планирования семьи и репродукции». При этом необходимо помнить, что результаты гистологического исследования, полученные при выскабливании полости матки по поводу нарушенной беременности, не содержат необходимой информации для уточнения причины невынашивания, поэтому обследование должно осуществляться вне беременности, но не ранее, чем через 2-3 месяца после её завершения.