Планирование беременности после выкидыша.

При планированной беременности выкидыш – всегда трагедия, не важно, на каком сроке он случился. Переживает по этому повожу не только женщина, а и ее близкие. Многие говорят, когда случается так ситуация, то психологическая травма сильнее физиологической. Но на этом жизнь не заканчивается. Со временем боль утихнет, раны заживут, и пара все сделает для успешного зачатия и благоприятной беременности. Эта статья поможет сориентироваться, как правильно сделать, чтобы такая ситуация больше не повторилась.

Причин выкидыша есть много. Доктор назначит обследование и скажет, что стало причиной самопроизвольно аборту. Самые распространённые причины выкидыша – генетические нарушения, иммунологическая несовместимость мужа и жены, стресс плохое состояние здоровья, физиологическая патологии, гормональные нарушения.

И вправду выкидыш может случиться при избытке мужских гормонов. Такое состояние называется гиперандрогения, и первые ее признаки – это чрезмерный волосяной покров на лице, внизу живота и ногах. Если специалисты установили, что у пары выкидыш случился из-за гормональных нарушений, при планировании следующего зачатия нужно сдать кровь и суточную мочу. Может быть, что женщине припишут Дексаметозон, который уменьшает количество мужских гормонов.

У женщины с плохим здоровьем, могут возникнуть очень серьезные нарушения при зачатии или беременности. Сюда относятся такие заболевания: уреаплазмоз, микоплазмоз, хламидиоз. Перед новым зачатием обязательно нужно сдать все анализы, и в случаи необходимости, пройти полный курс лечения. Причем и женщине и мужчине. А если причина выкидыша - хроническое заболевание, нужно пройти тщательное обследование у профильного специалиста.

Женщине при иммунологической несовместимости нужно пройти иммунотерапии, после которой благополучно протекает беременность.

Если врач подозревает, что причиной выкидыша – генетическое нарушение, то мужу и жене следует пройти хромосомные тесты. Поэтому в таком ситуации нужна консультация опытного генетика. Также нужно посетить этого врача, если у кого-то из пары в семье были люди с генетическими нарушениями: дистрофия мышц, серповидноклеточная анемия, болезнь Дауна.

От вредных привычек, такие как употребление алкоголя и курения нужно отказаться, поскольку из-за них также может произойти самопроизвольный аборт.

Вероятно, виновником выкидыша является мужчина, поэтому ему также нужно пройти тщательное обследование.

При повторной попытке беременности женщине нужно обеспечить спокойную атмосферу, исключающую переутомление, стрессы. Если она психологически еще привязана к выкидышу, принимает успокоительные препараты, то нужно знать, что при повторной попытке забеременеть, ей надо заменить лекарства на травяные настойки. Есть серьезная психологическая проблема, связана с выкидышем: женщины подсознательно ждет повторной ситуации, поэтому у нее возникает стрессовое состояние. У женщин очень усугубляется депрессивное состояние, если у нее еще нет детей или беременность далось дорогой ценой.

Женщины, пережившая самопроизвольный аборт, должна тщательно следить, чтоб ее питание было здоровым и полноценным, начать употреблять нужные витаминные препараты, а именно фолиевую кислоту и много разных витаминов. Также ей нужно быть осторожной: не делать больших физических нагрузок.

Когда можно планировать зачатие? Врачи рекомендуют через год. За это время заживут и телесные, и психологические раны. Сегодня практика показывает, что новая беременность может наступить и 2-4 месяца после выкидыша. Так случается, если реабилитационный период прошел без осложнений и гладко, и женщина морально готова к новой беременности. Порой, муж и жена боится повторной ситуации и не решаются повторить попытку зачатия. Порой, наоборот, после выкидыша хотят как можно скорее повторить попытку беременности.

Вот что пишет по этому поводу она женщина: «По себе знаю, что после самопроизвольного аборта хочется снова забеременеть. Другими словами, жизнь вернуть в правильное русло. Вы ведь желаете быть мамой, а когда все так случилось, возникает тяжелый удар по психике. Поэтому я рекомендую, все пережить, успокоится и только потом планировать новую беременность!». Важно при выкидыше не спешить с беременность. При планировании беременность нужна физическая и моральная готовность.