



Kalendarz ciąży - Twoje bezcenne źródło informacji

data aktualizacji: 2022.03.02



Czas, w którym nosisz nowe życie pod sercem, jest wyjątkowy. Czujesz, ale niestety nie zawsze wiesz, co dzieje się w Twoim organizmie. Wyjaśnień można szukać w kalendarzu ciążowym.

Ciąża trwa 3 trymestry, czyli około 40 tygodni, ale może to być nieco dłużej lub krócej. Narodziny dziecka w 38 tygodniu uznaje się za normę, a malucha za donoszonego. Kalendarz ciąży to przydatne narzędzie, które dokładnie pokazuje, na jakim etapie rozwoju jest dziecko. Wiesz, w jakim momencie wzrostu jest jego ciało, jak kształtują się organy i czego w danym momencie życia płodowego potrzebuje maluch. Wszystkie niezbędne informacje znajdziesz na <https://wylecz.to/kalendarz-ciazy/>.

Trymestr 1: tydzień nr 7

Mały człowiek jest już 10 000 razy większy niż w momencie poczęcia! Możesz coraz bardziej odczuwać objawy ciąży. Nie możesz zmieścić się w spodnie? To normalne. Twoje ciało zmienia się wraz z rozwojem dziecka, a u tego dostrzeżesz już zarys twarzy i rosnące rączki i nóżki.

Wyobraź sobie borówkę amerykańską, którą trzymasz na dłoni. Mniej więcej tej wielkości jest teraz dziecko. Macica rozpułchnia się, co sprawia, że możesz czuć się grubsza – już wiesz skąd problem ze spodniami.

W 7 tygodniu największe zmiany dotyczą układu krążenia. W większości narządów przyszłej mamy zwiększa się przepływ krwi, który będzie systematycznie rósł wraz z postępem ciąży. Możesz odczuwać zmęczenie i senność, a u niektórych mam mogą pojawić się omdlenia.

Trymestr 2: tydzień nr 22

Lekarz przy poprzedniej wizycie prawdopodobnie zalecił Ci badania. To dobry czas, aby zacząć je wykonywać. Jednocześnie to dobry moment, od którego powinnaś zacząć się oszczędzać. Korzystaj ze swoich przywilejów: więcej odpoczywaj i domagaj się pierwszeństwa w kolejce do lekarza i w sklepie. Twój brzuszeczek jest już całkiem pokaźny, a więc z zewnątrz widać, że jesteś w ciąży.

W 22 tygodniu możesz odczuwać ruchy dziecka, które momentami potrafią doskwierać. Maluch ma już dobrze rozwinięty słuch, a hałas wybudza go ze snu i wzmacnia jego aktywność. Jeśli chcesz sprawdzić co słyhać u rosnącej pociechy, wystarczy pogłaskać brzuszeczek lub delikatnie w niego zastukać. Taka aktywność zachęca dziecko do ruchów.

Trymestr 3: tydzień nr 33

Huśtawki nastroju nie powinny wytrącić Cię z równowagi. Najczęściej są spowodowane lękiem przed porodem i obawą o zdrowie dziecka. Tydzień nr 33 to dobry czas, aby zacząć kompletować wyprawkę. Przygotuj się do porodu najlepiej jak to możliwe. Wzmocni to Twoje poczucie bezpieczeństwa. Ponadto brzuch jest coraz większy, pamiętaj, aby o siebie dbać.

Dziecko ma mało miejsca w macicy, a mimo tego ciągle próbuje się intensywnie ruszać. Powoduje to różnego rodzaju dolegliwości, zwłaszcza gdy maluch się prostuje i przeciąga. Małe ciało nabiera różowej barwy, a ponadto potomek wykształcił odruch zwięzania źrenic w reakcji na światło. Ma także lepszy słuch i rozpoznaje dźwięk Twojego serca. Nic dziwnego, że przytulanie to dobry sposób, aby uspokoić dziecko.

Kalendarz ciąży to przydatny zbiór informacji na temat zmian w ciele matki i rozwoju dziecka. Jest to praktyczny poradnik, który docenia każda przyszła mama.

Artykuł sponsorowany.

Źródło: <https://www.infoilawa.pl/aktualnosci/item/66906-kalendarz-ciazy-twoje-bezcenne-zrodlo-informacji>