БЕРЕМЕННОСТЬ В ЗРЕЛОМ ВОЗРАСТЕ – ВСЕ «ЗА» И «ПРОТИВ»

  Последние годы поднялась планка, ограничивающая возраст рожениц. Статистика показывает, что количество женщин, родивших первого ребенка в возрасте 35-40 лет и старше, за последние 20 лет возросло в 3 раза, а средний возраст женщин, рожающих первого ребенка, в нашей стране приблизился к тридцати годам. Когда-то в средние века, например, женщина, не имеющая детей в 20 лет, считалась безнадежно старой для материнства. Даже в относительно недалеком девятнадцатом столетии женщины становились мамами в 16 лет, а к 40 годам это уже были пожилые дамы. А у нас сегодня «в 40 лет жизнь только начинается». Это, прежде всего, потому, что образ жизни современных женщин очень изменился. Они хотят сначала получить достойное образование, сделать карьеру, а только потом родить ребенка. Сначала эта тенденция была характерна для Соединенных Штатов Америки, затем распространилась и на Европу, а с 70-х годов прошлого века она уже наблюдается и в нашей стране. За это время число рожениц среди женщин 35–40 лет возросло на 90%, а мам, рожающих ребенка в сорок лет и позже, стало на 87% больше. Но есть и другие причины поздних родов. К сожалению, с каждым годом становится все меньше и меньше совершенно здоровых женщин, которые могут забеременеть и родить малыша без проблем. Ранние аборты (в России ежегодно делается порядка 1,5 миллиона абортов), приводят к тому, что женщины к 25-ти годам вынуждены лечиться от бесплодия. Как правило, такое лечение длится не год и не два, а растягивается на несколько лет, поэтому реально беременность наступает после тридцати лет. Есть просто жизненные ситуации, которые подвигают женщину рожать в зрелом возрасте: мамы, потерявшие сыновей в армии; женщины, вступившие в новый брак, и желающие родить общего с мужем ребенка. Но вот как скажутся поздние роды на ее здоровье и здоровье малыша?

Начнем с того, что беременность после тридцати пяти лет не может быть полностью свободна от риска, но во многих случаях его можно свести к минимуму. Вот, на что в первую очередь нужно обратить внимание женщины, которая впервые рожает в зрелом возрасте. В медицине есть такое понятие как фертильность, т.е. период в жизни женщины, в течение которого она способна к вынашиванию и рождению ребенка. К сожалению, с каждым прожитым годом эта способность постепенно уменьшается. А это значит, что для зачатия может понадобиться от 6 до 12 месяцев. "Репродуктивный период у женщины начинается примерно с 16-17 лет, а длится 27-28 лет. Но, согласно медицинской терминологии, уже после 25-летнего возраста женщина считается старородящей, после 35 лет - позднородящей", - говорит врач-консультант одной из московских клиник Алексей Мотов. Кроме того, напомнил врач, по статистике, если в тридцать лет женщина рожает в первый раз, то риск родить ребенка с синдромом Дауна возрастает в девять раз. С возрастом растет количество мутантных генов . Нельзя сбрасывать со счетов и возраст отца. Ведь в трети случаев развития синдрома Дауна виноваты именно патологии в мужских хромосомах. И если пара родителей немолода, то после наступления беременности просто необходимо проконсультироваться с генетиком. А при необходимости пройти дополнительный тест – амниоцентез (исследование околоплодной жидкости) – для того, чтобы исключить или, не дай бог, подтвердить хромосомную проблему у плода. К тому же женщины к 35-40 годам испытали воздействие потенциально вредных токсических веществ из окружающей среды, у них повышается опасность возникновения проблем, влияющих на фертильность и течение беременности. Это может быть эндометриоз, различные фиброзные образования, высокое кровяное давление, диабет и пр.

Но как показывает практика, помимо медицинских рисков для «возрастной» беременности существуют еще и психологические. Зрелые мамы не так быстро оправляются от родов, как молодые. Некоторым женщинам этого возраста тяжело привыкнуть к новым требованиям, связанным по уходу за малышом. Ведь за это время у них уже сложился определенный уклад жизни. А с появлением ребенка жизнь совершенно меняется. Все время и внимание теперь уделяется растущему маленькому человечку.

Но все эти риски могут быть сведены к минимуму, если женщина заранее подготовит себя и физически, и морально к предстоящей беременности. Как правило, женщина в зрелом возрасте психологически и эмоционально более подготовлена к материнству. Ведь это для нее желанный малыш, а значит, свое нынешнее состояние она воспринимает позитивно, уделяет больше внимания вынашиванию ребенка и, естественно, реже впадает в депрессию. Будущий малыш для нее – это не обуза, а огромная радость и счастье, иногда долгожданное счастье. В отличие от молодых мам, мамы в зрелом возрасте не считают, что ребенок помешает строить им свою карьеру: у них уже есть опыт, знания и понимание того, чего они хотят. "Женщины у нас рожают и в 42 года, и сами прекрасно справляются. А бывает и в 19 лет плохо рожают, - говорит главный врач роддома №16 в Санкт-Петербурге Евгения Хрусталева - Главное, чтобы женщина была здорова и не имела вредных привычек". По словам Хрусталевой, поздние роды сами по себе еще не означают, что во время беременности женщина проведет больше времени в больнице для сохранения беременности.

И вот Вы, взвесив все «за» и «против», решаетесь родить ребенка в зрелом возрасте. Как сделать так, чтобы беременность протекала легко, без осложнений, а малыш родился здоровым? Нужно подойти к этому вопросу со всей ответственностью и строго выполнять рекомендации врача. За полгода до запланированной беременности Вы должны бросить все свои вредные привычки. За это время организм успеет обновиться и перейти на здоровый образ жизни. Потом следует пройти традиционное обследование и сдать все необходимые анализы. Традиционное обследование – это УЗИ всех органов малого таза, анализ крови на гормоны, чтобы знать состояние своего гормонального фона и, наконец, все анализы на половые инфекции, в том числе и скрытые. К стандартному набору обследования «возрастных» мам обязательно добавляется консультация медицинского генетика. При грамотной дородовой подготовке и правильном ведении беременности можно избежать многих проблем, о которых мы говорили выше, и родить вполне здорового малыша.