



Первый триместр — самый важный период с первой до 12-й недели. В это время закладываются основные органы будущего малыша, а сам он очень чувствителен к внешним факторам.

Мы разбираем примерные сроки, за которые происходят те или иные процессы, но они могут отличаться.

1 неделя. На первой неделе сперматозоид оплодотворяет яйцеклетку, образуя зиготу. Затем она движется по маточной трубе в центр матки, начинает делиться и расти, а на седьмой день происходит ее имплантация в стенку матки.

2 неделя. Зародыш продолжает делиться и расти, на второй неделе по размеру он примерно как маковое зерно и состоит из нескольких клеток. Чтобы зародыш жил, ему нужно получать питательные вещества и кислород, за это отвечает желточный мешок.

3 неделя. С третьей недели начинают закладываться основные органы. Яйцеклетка становится эмбрионом, все еще остающимся скоплением клеток, по размеру примерно с головку булавки.

4 неделя. На четвертой неделе также активно развиваются пуповина, желудок, легкие, бронхи, трахея, нервная трубка. Из последней формируется головной и спинной мозг. Сердечный ритм зародыша замедленный, но постепенно увеличивается: к девятой неделе он достигает примерно 180 ударов в минуту, во втором триместре — 120-160 ударов. Ощущения женщины зависят от индивидуальных особенностей: кто-то ничего не чувствует, кто-то страдает от перепадов настроения и вздутия живота. С четвертой недели могут появиться признаки токсикоза, которые становятся менее выраженными примерно на 12-й неделе.

5 неделя. Начинает формироваться плацента. Соединяясь с маткой через пуповину, она обеспечивает будущего ребенка питательными веществами, кислородом и защищает от вредных факторов. Начинают активно развиваться почки и конечности, появляются зачатки глаз и ушей.

6 неделя. Эмбрион можно увидеть на УЗИ. Визуальных изменений пока нет, но могут появиться учащенное мочеиспускание и пигментные пятна. Они возникают из-за нарушения выработки меланина — вещества, отвечающего за цвет кожи.

7 неделя. Формируется пищеварительная система, легкие, кора головного мозга. Появляется быстрая усталость, боль в груди при касании.

8 неделя. У плода появляется своя группа крови, вес — 1 грамм. Формируются все основные отделы желудка, ручки и ножки, начинается формирование языка и вкусовых рецепторов. На УЗИ уже можно определить головку эмбриона.

9 неделя. Начинают формироваться наружные половые органы плода. Эмбрион начинает шевелиться, но мама пока этого не чувствует.

С 10 недели эмбрион становится плодом, у него появляются необходимые органы и системы, а также исчезает хвостик.

С 11 недели у плода начинает активно функционировать костный мозг и появляются первые признаки синтеза иммуноглобулинов.

С 12 недели активно развивается костная и хрящевая ткань, черты лица становятся более четкие, а за счет работы сердца кровь циркулирует по всему телу. Плод начинает двигаться и на его пальцах появляются зачатки ногтей.

II триместр: 13–28-я акушерская неделя беременности

Во втором триместре постепенно проходят неприятные симптомы первого, а организм продолжает перестраиваться для обеспечения питания растущего малыша.

К 13 неделе у плода сформировались глаза, уши, ногти, начали появляться зубы. У мамы увеличивается почечный кровоток и задерживаются натрий и вода в тканях. Это может вызвать небольшую отечность, которая проходит после родов. На этой неделе пуповина уже имеет структуру канатика с двумя артериями и веной.

К 14 неделе плод начинает икать и учиться дышать. Внешне становится более пропорциональным, активно растет, формируются ресницы, волосы на голове и брови. Слух достигает такого уровня, что плод может слышать звуки и музыку, различать голоса.

К 15 неделе продолжается укрепление костной системы, у мальчиков начинается выработка тестостерона. Кровоток усиливается, сердце работает активнее, может повыситься артериальное давление, что приводит к головным болям и головокружению.

К 16 неделе можно определить пол ребенка с помощью УЗИ. Его кожа тонкая, с красноватым оттенком и покрыта волосками. Рост плода достигает 14 сантиметров, а вес — около 125 граммов.

К 17 неделе будущая мама начинает чувствовать движения ребенка, которые сравнимы с чувством бабочек в животе. Рост плода составляет примерно 13 сантиметров, а вес — около 140 граммов.

18 неделя: плод активно шевелится, а матка расширяется, что позволяет ему кувыркаться. Будущая мама может ощущать боль в нижней части живота из-за растягивания связок.

19 неделя: малыш продолжает расти, но его кожа всё ещё морщинистая из-за недостаточного количества жира. У него уже формируются ногти и ресницы.

20 неделя: малыш становится более активным, и будущая мама чаще ощущает его движения. Он может менять выражение лица и уже имеет сформированные половые органы.

21 неделя: у мамы начинается ощутимая прибавка в весе, несмотря на небольшой живот. Симптомы токсикоза и слабость уходят.

22 неделя: малыш уже умеет открывать и закрывать глаза.

23 неделя: плод продолжает активно двигаться, но много времени проводит во сне. Черты его лица сформированы.

24 неделя: у малыша заканчивается формирование дыхательной системы. Его рост достигает 30 см, а вес — около 600 граммов.

25 неделя: плод начинает активно двигаться.

26 неделя: темпы набора веса плода начинают обгонять скорость роста. Вес составляет около 760 граммов, а рост — 35 см.

27 неделя: плод начинает видеть, может отличить свои руки и ноги, а также сосать большой палец. С этой недели начинается важный этап в развитии головного мозга и формировании нервных связей.

III триместр: 28–40-я акушерская неделя беременности

На 30 неделе начинается активное развитие легких, которое завершится только через несколько недель. Кости начинают отвердевать.

На 32-34 неделе плод много времени проводит во сне и обычно принимает положение головой вниз.

На 35 неделе он уже плотно прилегает к стенкам матки и находится в устойчивом положении.

К 36 неделе кожа становится гладкой и розовой, завершается формирование легких и пищеварительной системы.

На 37 неделе плод считается полностью доношенным, и мама чувствует повышенное давление в нижней части живота, так как ребенок смещается вниз.

На 38-40 неделе роды могут начаться в любой момент.

На 41-42 неделе — это поздний срок, но все еще в пределах нормы. Если роды начинаются на более поздних сроках, то это уже переношенная беременность.

Информация соответствует приказу Минздрава России от 20.10.2020 № 1130 «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи по профилю «Акушерство и гинекология», клиническим рекомендациям «Нормальная беременность».