

Скільки тижнів ви вагітні: дізнайтеся, як точно визначити свій термін

Очікування дива – так часто описують жінки стан вагітності. Це справді незабутній період, повний змін та очікувань. І одним із перших питань, яке виникає у майбутніх мам, є: *“Скільки тижнів я вагітна?”*. Відповідь на нього не просто задовольняє цікавість, а має важливе значення для здоров'я як мами, так і малюка.

Чому так важливо знати точний термін вагітності?

Визначення терміну дозволяє:

- Контролювати розвиток плоду: відстежувати, чи відповідає розмір і розвиток малюка нормі для певного гестаційного віку.
- Планувати необхідні обстеження: забезпечити своєчасний контроль за розвитком плоду, виявити будь-які відхилення та вжити необхідних заходів.
- Оптимізувати підготовку до пологів: допомогти майбутнім батькам підготуватися до цього важливого етапу й забезпечити безпечні пологи.

Часто початок вагітності починають рахувати з дня зачаття під час овуляції, та, за словами гінекологів, це помилка. На противагу лікарі визначають акушерський термін вагітності – період із першого дня останньої менструації аж до моменту пологів.

То на якому я тижні вагітності?

Щоб зрозуміти, коли у вас можуть відбутися пологи, лікарі зазвичай рахують 40 тижнів, починаючи з першого дня вашої останньої менструації. Це простіше, ніж намагатися вгадати, коли саме сперматозоїди зустрілися з яйцеклітиною.

Цю дату використовують тому, що багато жінок не знають, коли у них була овуляція – момент, коли яйцеклітина виходить з яєчника і готова до запліднення. А навіть якщо ви й пам'ятаєте, коли був статевий акт, він не завжди збігається з днем зачаття.

Річ у тім, що сперма може залишатися в організмі до п'яти днів, чекаючи, поки яйцеклітина звільниться, щоб з нею злитись.

Отже, якщо лікар підтвердить вашу вагітність, найімовірніше, ви будете вже на 4 або 5 тижні. Це тому, що перші два тижні вагітності насправді проходять до моменту, коли ви завагітніли, але лікарі все ще враховують цей час для зручності розрахунків.

Вагітність у тижнях, місяцях і триместрах

Як довго триває вагітність?

Коротка відповідь: 280 днів, 40 тижнів або трохи більше як 9 місяців. Це стандартний термін, однак варто пам'ятати, що існує ймовірність народження дитини за кілька тижнів до або після цієї дати.




Отже, скільки триместрів попереду?

Загалом вагітність поділяється на три триместри:

- перший (рання вагітність)
- другий (середина)
- третій (пізня вагітність)

Кожен триместр триває 13 або 14 тижнів:

- перший триместр завершується на 13-му тижні
- другий триває з 14-го до 27-го
- третій починається з 28-го тижня і триває до 40-го (або до моменту народження дитини)

Trimester	Month	Week
 1st	First	1-4
	Second	5-8
	Third	9-13
 2nd	Fourth	14-17
	Fifth	18-22
	Sixth	23-27
 3rd	Seventh	28-31
	Eighth	32-35
	Ninth	36-40

Хіба місяць — це не чотири тижні?

Насправді у звичайному році тільки лютий має 28 днів, що дорівнює чотирьом тижням. Інші місяці мають 30 або 31 день. В середньому місяць триває близько 4 тижнів і 3 днів, тому кількість тижнів і місяців вагітності не збігається. Отож деякі місяці в графіку можуть тривати чотири тижні, а інші — п'ять.

Коли ж я зможу пригорнути свою дитину?

Отже, приблизну дату пологів можна визначити, додавши 40 тижнів до першого дня останньої менструації. Однак не варто хвилюватися, якщо пологи відбудуться трохи раніше або пізніше. Головне — щоб малюк народився здоровим і міцним. Нормальним вважається, якщо пологи відбуваються в період з 39 по 41 тиждень.

Цей момент настане тоді, коли будете готові як ви, так і ваш малюк. Природа знає, коли настав найкращий час для появи нового життя.

А поки насолоджуйтеся цією подорожжю та довіряйте своїм відчуттям. Час летить дуже швидко, тому ловіть кожен момент, адже ваш зв'язок із малюком уже почав формуватися і з кожним днем стає все міцнішим. І вже зовсім скоро настане та мить, коли ваше маленьке диво буде у вас на руках!