



Мария вышла замуж в 30 лет. Вначале она и ее муж Сергей не были уверены в том, хотят ли они вообще иметь ребенка. А когда, наконец, «созрели» до этого решения, то оказалось, что завести ребенка им не удастся. Теперь Мария регулярно посещает врачей, и у нее то и дело возникает мысль: «А надо ли было столько времени тянуть с рождением наследника?»

Кстати, все тесты, которые они с мужем сделали, показывают, что со здоровьем у обоих все нормально. А доктора уверяют их, что иметь проблемы с деторождением в их возрасте «абсолютно нормально» и что Мария может «неожиданно» забеременеть в любой момент. Но только вот момент этот никак не наступает уже целый год.

История Марии абсолютно типична для сегодняшнего времени. И почему только женщины не рожают тогда, когда сама природа им велела? И насколько вообще возраст важен, когда речь заходит о беременности? "Он важен, – говорят врачи, - но не настолько, чтобы в каком-то возрасте, даже в 45 лет, вы отказали себе в радости материнства. Вот только вы должны знать, какие осложнения у вас могут возникнуть".

Чего же можно ожидать...

В 20 лет?

Наиболее благоприятным для рождения первого ребенка считается возрастной период

Автор: Administrator  
08.08.2008 09:09 -

---

от 20 до 30 лет. И не напрасно – зачать в 20-25 лет значительно легче, т.к. яичники в этом возрасте еще молодые и здоровые, да и сама женщина еще не успела накопить в своем «багаже» кучу хронических болезней. Процент бездетных женщин в браке без контрацепции составляет лишь 6% в возрасте 20-24 года, 9% - в 25-29 лет. Риск выкидыша минимален. Роды тоже проходят легче: 80% женщин рожают в молодом возрасте естественным путем, ведь мускульный тонус матки и влагалища еще высок.

Для последующих родов лучший интервал составляет 3 года. За это время организм женщины успевает восстановиться, то есть пройти период реабилитации после родов.

Пока именно на этот возраст приходится пик беременностей и родов, хотя возрастная планка неуклонно повышается с каждым годом: если каких-то двадцать лет назад большинство женщин рожало первого ребенка в среднем в 21 год, сейчас средний возраст рожаящих первого ребенка – 25 лет.

В 30 лет?

Мода рожать первого ребенка около 30 докатилась и до России. Если раньше все, кто рожал после 30 лет, считались возрастными первородящими, то теперь «молодые» мамы ближе к 40 — не редкость. И число их продолжает расти.

Причины могут быть разными, но у большинства женщин это желание достичь определенного социального и профессионального статуса, сделать карьеру, прежде чем полностью посвятить себя семье. По образцу других стран, где женщины только начинают рожать в тридцать пять, а иногда и в сорок лет, у нас женщин, родивших первого ребенка в возрасте между 30 и 40 годами, за последние двадцать лет стало в 3 раза больше. Сегодня каждого 12-го ребенка рождает женщина старше 35 лет.

Но в откладывании первой беременности на третий десяток жизни есть свои риски. Фертильность женщины начинает снижаться за много лет до наступления менопаузы,

Автор: Administrator  
08.08.2008 09:09 -

---

несмотря на регулярность менструального цикла. Хотя не существует строгого определения продолжительности репродуктивного здоровья женщины, возникновение бесплодия более вероятно после 35 лет. Процент бездетных женщин в браке без контрацепции составляет 15% - 30-34 года, 30% - в 35-39 лет. То есть, практически треть женщин старше 35 лет вообще являются бесплодными.

Почему? В первую очередь, это связано с возрастными изменениями тканей матки и яичников, влекущими за собой снижение их функциональных особенностей. Возрастные изменения организма, прежде всего, касаются кровеносной системы и при этом проявляются в недостаточно эффективно работающих органах. У нерожавших долгие годы молодых женщин внутренние половые органы находятся в состоянии функциональной недостаточности и потому подвергаются преждевременному старению.

Но даже здоровой женщине старшей возрастной группы может потребоваться для зачатия более длительный промежуток времени. Возможны и такие проблемы, как хроническая плацентарная недостаточность, предлежание плода, преждевременная отслойка плаценты. А рожают ребенка естественным путем лишь 40% женщин.

Роды у женщин после 30 так же имеют свои особенности, среди которых большая вероятность слабости родовой деятельности, большой риск разрывов мягких родовых путей вследствие уменьшения эластичности тканей, кровотечения. Однако беременность готовит будущим мамочкам за 30 не только проблемы, но и приятные сюрпризы. Так, беременность двойняшками или тройняшками (даже если вы лечились от бесплодия) чаще случается именно в этом возрасте. А на 35-39 лет приходится пик близнецовых родов.

В 40 лет?

Ну не зря пенсионный возраст спортсменов, балерин и военных - именно 40 лет. Резервы сил и энергии даже абсолютно здорового человеческого организма все равно истощаются. И пусть сорокалетние голливудские мамочки сияют улыбками со страниц журналов. Все бы хорошо, но такая поздняя беременность, увы, таит в себе множество медицинских неприятностей. Рожать после 40 лет – трудно и опасно. Процент бесплодных женщин - 64% в 40-44 года. А риск выкидыша у женщин 40-44 лет возрастает до 33%.

В большинстве случаев снижение фертильности в зрелом возрасте зависит от истощения функций яичников. Факторы риска раннего истощения включают курение, семейный анамнез раннего истощения функции яичников, выраженную патологию яичников и хирургические вмешательства на яичниках.

Но даже если беременность наступила, вместе с ощущением чуда будущую мамочку ждут новые волнения. И в первую очередь, это касается того, что ближе к 40 годам увеличивается риск родить ребенка с врожденной патологией. Среди них пороки сердца, желудочно-кишечного тракта, костно-мышечной системы и нередко встречающаяся болезнь Дауна. Важен здесь и возраст отца (в трети случаев развития синдрома Дауна «виноваты» именно патологии в мужских хромосомах).

Конечно, риск какого-либо генетического нарушения в результате случайной мутации присутствует всегда даже у молодой женщины. Но с возрастом нарушается механизм, позволяющий отличать здоровый эмбрион от больного, и если молодой организм чаще просто отторгает такой плод, то после критического возраста спонтанных мутаций становится больше, а защитный механизм не всегда срабатывает.

Сложность состоит в том, что до беременности нельзя предсказать и точно спрогнозировать возможность зачатия малыша с той или иной хромосомной патологией, в том числе и с синдромом Дауна, можно лишь вычислить степень риска появления патологии. Частично предотвратить появление патологий помогает прием витаминных препаратов, в частности витаминов группы В и фолиевой кислоты. Большинство врачей рекомендует делать это за три месяца до зачатия. За 2-3 месяца до предполагаемой беременности следует пролечить и хронические заболевания, если это необходимо.

У женщин старше 40 лет в 3 раза чаще, чем до 30, развивается диабет беременных. Трудными и продолжительными роды становятся для тех женщин, у которых с возрастом уменьшается упругость мышц и эластичность суставов. Поэтому для «поздних» мам особенно актуален активный образ жизни: больше движения, плавание, специальная гимнастика, особенно упражнения на тренировку мышц промежности.

Конечно, медицина в наши дни обладает запасом методик и технологий, позволяющих женщине любого возраста забеременеть, сохранить беременность и благополучно родить. Но врачи — не волшебники. Поэтому, как поется в песне, «думайте сами, решайте сами...»

## Каков идеальный возраст для рождения ребенка? - Портал - Портал

Автор: Administrator  
08.08.2008 09:09 -

---

Женский журнал myJane.Ru По материалам.