*Жизненный цикл человека – это череда побед и поражений, радостей и горя. И одним из самых важных достижений считается рождение ребенка. Жизнь малыша начинается с момента его зачатия, и будущим родителям очень важно проследить за тем, как происходит внутриутробное развитие ребенка.*

*На современном этапе развития медицины большинство аномалий выявляют на ранних стадиях беременности. Поэтому, беременные женщины обязательно направляются на медико-генетическое консультирование, если: у родственников имеется какое-либо заболе­вание, передающееся по наследству; не достигшие 18 лет либо в возрасте больше 35 лет; ВИЧ-инфицированные, больные гепатитом, а также перенесшие инфекционные заболевания в начале беременности; принимающие лекарства, которые противопоказаны к употреблению при беременности; имеющие табачную, алкогольную либо наркотическую зависимость.
 Так же все беременные женщины направляются на УЗИ ( ультразвуковое обследование), которое является необходимым для оценки жизнедеятельности плода и выявления врожденных пороков и аномалий. Во время этой процедуры оценивается внутриутробное развитие ребенка, а именно выделяет группу риска с высокой вероятностью внутриутробного инфицирования.*

 *Самое главное для сохранения здоровья матери и будущего малыша - как можно раньше встать на учет в женской консуль­тации, регулярно ее посещать и выполнять все назначения вашего врача. Во все периоды внутриутробного развития ребенка следует придерживаться нескольких правил и советов: пересмотреть свой рацион и в случае необходимости добавить в него продукты богатые витаминами, не переутомляться - сон и отдых важен для полноценного развития ребенка. Если есть вредные привычки, то следует от них отказаться, так как положительного влияния они не оказывают, чаще гулять на свежем воздухе, но ни в коем случае не переохлаждаться.*

***Если вы правильно питаетесь, и ваш будущий малыш получа­ет все необходимое для его жизни и развития - вероятность рождения больного ребенка нич­тожна.***

***Если вы ведете правильный образ жизни, генетика ваша не имеет тяжелых наследственных заболеваний, то риск родить не­здорового ребенка практически отсутствует, и вы можете быть спокойны за своего будущего малыша.***

***Беременность*** *– это очень важный период в жизни женщины, поэтому стоить запомнить каждый момент этого прекрасного времени и просто наслаждаться им!*

 *Специалист по социальной работе*

 *С. В. Щёголева*