



АЛИСА КАРИМОВА

**КАК ПРОХОДЯТ  
РОДЫ: ОСНОВНЫЕ  
ЭТАПЫ  
И РЕКОМЕНДАЦИИ  
ДЛЯ  
БУДУЩИХ МАМ**

**Алиса Каримова**

**Как проходят роды: основные  
этапы и рекомендации  
для будущих мам**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=28067869](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=28067869)*

*ISBN 9785449007605*

**Аннотация**

Роды являются абсолютно естественным процессом, чей механизм сформирован самой природой. Тем не менее, крайне редко можно с абсолютной точностью спрогнозировать, насколько быстро женщина родит своего ребенка и не возникнет ли в процессе каких-нибудь неожиданностей. Неизвестность пугает, и поэтому каждая будущая мама должна знать, что происходит во время родов, чтобы правильно себя вести и не бояться неизвестности.

# Содержание

Как проходят роды: основные этапы и рекомендации для будущих мам. Введение	5
Что происходит во время родов?	6
Первый этап: от начала схваток до раскрытия шейки матки и потуг	7
Конец ознакомительного фрагмента.	8

**Как проходят роды:  
основные этапы  
и рекомендации  
для будущих мам**

**Алиса Каримова**

© Алиса Каримова, 2017

ISBN 978-5-4490-0760-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# **Как проходят роды: основные этапы и рекомендации для будущих мам. Введение**

Роды являются абсолютно естественным процессом, чей механизм сформирован самой природой. Тем не менее, крайне редко можно с абсолютной точностью спрогнозировать, насколько быстро женщина родит своего ребенка и не возникнет ли в процессе каких-нибудь неожиданностей. Незнание пугает, и поэтому каждая будущая мама должна знать, что происходит во время родов, чтобы правильно себя вести и не бояться неизвестности.

# **Что происходит во время родов?**

Естественные роды – это поэтапный процесс, который начинается со схваток и излития околоплодных вод, а завершается появлением на свет ребенка и изгнанием плаценты.

# Первый этап: от начала схваток до раскрытия шейки матки и потуг

Мы не будем рассказывать о том, чем отличаются тренировочные схватки от предродовых, потому как перечень признаков приближающихся родов достаточно обширен и достоин отдельной темы. Если же говорить непосредственно о первом этапе родов, то его условно можно разделить на три промежутка.

На протяжении **первого периода** вы можете ощущать редкие и не слишком болезненные схватки разной длительности и с неравными промежутками. Также возможно появление боли в пояснице или внизу живота, как во время менструации. Это означает, что шейка матки начинает готовиться к родам и постепенно открывается. Впрочем, некоторые женщины уже в этом периоде начинают ощущать регулярные схватки, каждая из которых может длиться до 30—40 секунд с периодичностью более 5 минут.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.