С первых дней беременности в организме женщины возникают значительные изменения.

Во время беременности изменения касаются всех без исключения органов и систем. Они начинают работать в другом ритме – все для того, чтобы женщина могла выносить и родить ребенка.

Сердечно-сосудистая система.

Во время беременности нагрузка на сердце и сосуды значительно растет. Прежде всего это связано с увеличением веса будущей мамы и объема циркулирующей крови. Сердце вынуждено обеспечивать движение крови через матку и плаценту – чтоб обеспечить поступление кислорода и питательных веществ к плоду. Поэтому у беременных женщин часто повышается артериальное давление и учащается пульс. На поздних сроках сердце несколько смещается в сторону грудной клетки – и это еще больше увеличивает нагрузку и ухудшает продвижение крови по сосудам.

Дыхательная система.

При вынашивании плода жизненная емкость легких уменьшается, а диафрагма смещается вверх из-за растущей матки. Поэтому у многих будущих мам появляется одышка, может быть общая слабость из-за нехватки кислорода.

Система кроветворения.

При беременности усиливается выработка всех клеток крови – это нужно для того, чтобы обеспечить растущие потребности плода. Поэтому в анализах крови у будущих мам может быть много лейкоцитов и ускоренное СОЭ. К тому же кровь сгущается – это позволяет снизить кровопотерю в родах, но также и повышает риск образования тромбов и нарушений кровотока в плаценте.

Мочевыделительная система.

Почки у беременных женщин работают в усиленном режиме – они выделяют продукты обмена женщины и плода. На поздних сроках матка давит на мочевой пузырь, заставляя женщину часто ходить в туалет.

Пищеварительная система.

Повышение уровня прогестерона и тонуса блуждающего нерва может привести к нарушению работы кишечника и появлению запоров. Этому же способствует растущая матка, которая давит на толстую кишку.

Репродуктивная система.

Матка значительно увеличивается в размерах и выходит за пределы малого таза, заполняя брюшную полость. В шейке матки образуется густая слизь – она формирует защитную пробку. Стенки влагалища и наружные половые органы становятся более эластичными – это облегчает продвижение плода по родовым путям. Молочные железы также увеличиваются, становятся более чувствительными, из них может подтекать молозиво.

Нервная система.

В первые и последние месяцы беременности происходит торможение нервной системы – женщина становится спокойной и умиротворенной. Во втором триместре, напротив, наблюдается возбуждение – и в этот период будущая мама может быть достаточной активной.

Нейроэндокринная система.

С ранних сроков беременности происходят физиологические процессы, меняющие уровень гормонов в организме будущей матери. Увеличивается выработка эстрогенов и прогестерона в яичниках, ФСГ, ЛГ и пролактина в гипофизе. В крови женщины появляется ХГЧ, который быстро растет до конца первого триместра, а затем начинает снижаться.

*Специалисты в области акушерства и гинекологии на протяжении нескольких десятилетий вели оживлённые споры относительно пользы и вреда беременности для организма матери.*

Чтобы поставить точку в этих дебатах, медики – представители медицинского центра «Хадасса» (Израиль) провели специальные исследования, в которых приняли участие пациентки клиники. Подробности об этом уникальном событии в сфере современной гинекологии можно найти на проекте Миг Ньюс.

**Какие данные были получены в ходе исследований?**

Инициатором проведения рассматриваемого эксперимента стал Тал Фалик Михаэль, заручившийся поддержкой других израильских специалистов в области акушерства и гинекологии. Тандему врачей удалось доказать, что после успешного зачатия происходит слияние биологических систем матери и её будущего ребёнка. И в результате включаются пусковые механизмы физиологического процесса, названного «омолаживающая сыворотка»:

* замедление старения организма;
* сверхбыстрая регенерация тканей и т. д.

В частности, специалистами было доказано, что восстановление функций трансплантированных органов (в том числе и печени) у будущих матерей происходит от 14 до 50% быстрее.

**Взаимосвязь поздней беременности и омоложения женского организма**

Несмотря на определённые риски, которые несёт в себе поздняя беременность, специалисты отмечают оказываемое ею положительное влияние на организм матери. В ходе вынашивания младенца в кровь женщины выбрасывается повышенное количество гормонов. Они способствуют мобилизации защитных сил организма. Женщины, имеющие хотя бы одного ребёнка, живут на несколько лет дольше своих нерожавших сверстниц. Кроме того, в их организмах происходят следующие изменения:

* улучшение памяти и восприятия новой информации;
* поддержание высокой активности и отличной координации движений;
* увеличение некоторых долей головного мозга, спровоцированное избытком гормонов;
* повышение активности эндокринной системы и нормализация обмена веществ.

И это далеко не весь список положительных изменений, происходящих в организме будущей мамы при кормлении и вынашивании малыша. Берегите себя и помните, что беременность благоприятно сказывается на состоянии вашего здоровья!