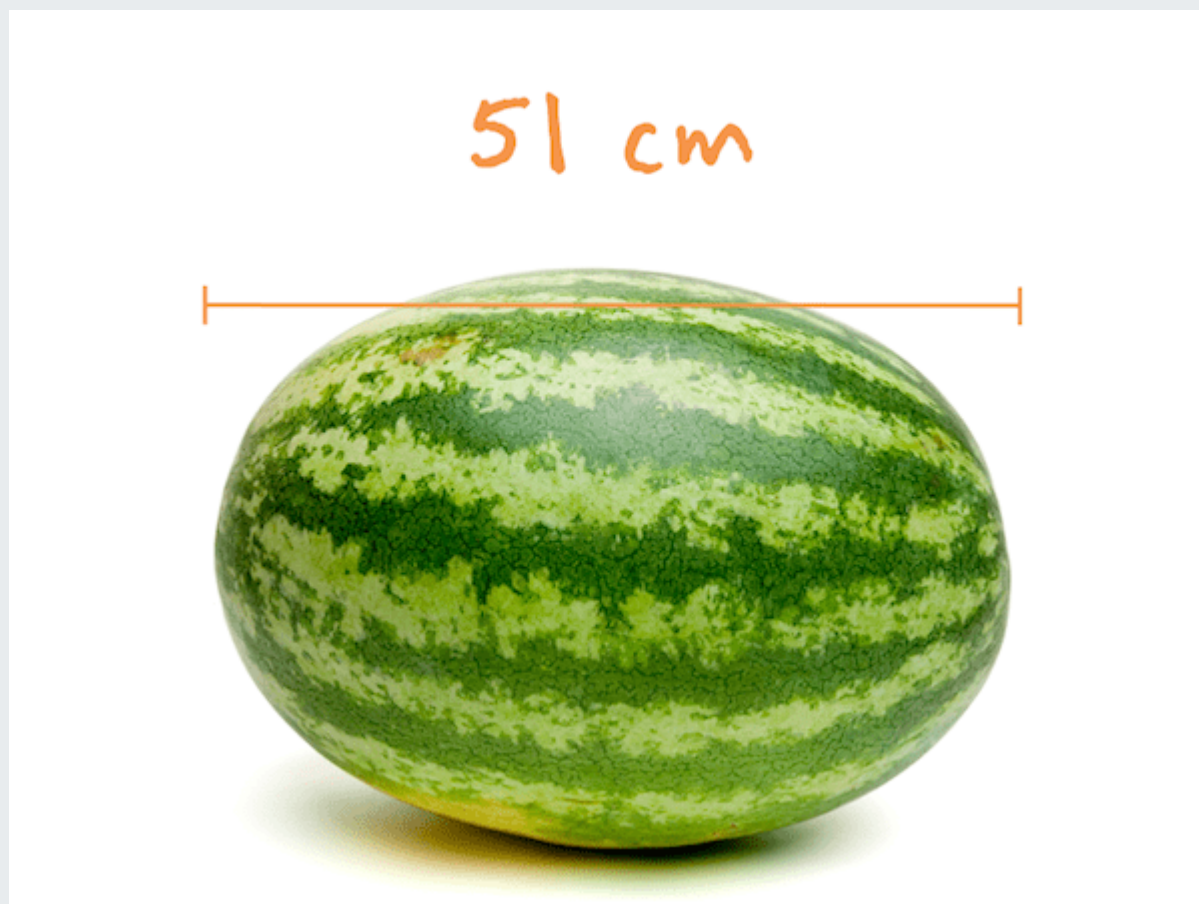




40. týždeň tehotenstva - 40. tt

TEHOTENSTVO

ČLÁNOK

APR 19, 2022

2 MINÚT

Práve sa nachádzate v 40. tt. Už je čas! Ak sa dieťa ešte nenarodilo, počas niekoľkých dní sa tak určite stane.

VÝVOJ DIEŤATKA

Toto bude najkratší odstavce o vývoji dieťaťa, pretože dieťa už je plne pripravené na pôrod. Takže už žiadne novinky, nič zásadné sa nedeje, **dieťa aj Vy už len čakáte, až TO príde.** Nemajte obavy, keď sa dieťaťu ani po 40. týždni nebude chcieť opustiť útulné prostredie Vašej maternice. Len veľmi málo detí sa rodí v presne vypočítanom

termíne. Hlavne prvorodené deti si niekedy dávajú načas. Dieťa má nárok odpočívať ešte ďalších 14 dní, a potom lekár vyvolá pôrod.

VAŠE TELO

Toto je posledný „oficiálny“ týždeň tehotenstva. **Pôrod je obrovský fyzický výkon pre matku aj pre dieťa.** Dôležitá úloha dieťaťa spočíva v tom, že nohami kope proti maternici a pôrodným cestám a rotuje telíčko tak šikovne, že sa postupne „vyskrutkuje“ z Vášho tela von. Je to vymyslené tak múdro, že dve lebečné kosti dieťaťa zatiaľ nie sú zrastené, takže sa pri pôrode môžu stlačiť. Medzery medzi kosťami, ktoré tvoria lebku Vášho miláčika, zrastú až okolo 18. mesiaca po narodení.

STRAVA

Nič prelomové vám teraz neprezradíme, ale: V uplynulých deviatich mesiacoch ste sa snažila stravovať dostatočne na to, aby ste mala dostatok živín pre seba aj dieťa, a zároveň tak, aby bolo jedlo zdravé. Aj keď by ste v tomto prístupe mala, ak je to možné, pokračovať, nezabudnite sa v tomto týždni občas odmeniť. Zaslúžite si to! Aj keď sa nič nemá preháňať, ak máte chuť na zmrzlinu alebo čokoládu, teraz je skvelá príležitosť si ich dopriať. Dobrú chuť!

TIPY

Bezprostredne po narodení väčšinou pôrodná asistentka položí dieťa na Vaše brucho, aby mohlo vnímať Vaše teplo, vôňu, počuť Váš hlas a tlkot srdca, a tak sa aj v neznámom prostredí cítilo bezpečne. **Je dobré položiť dieťa na nahú kožu a priložiť ho k prsníku, aby Vás cítilo a skúsilo prvýkrát cicať.** Potom si môžete svojho vytúženého drobčeka po všetkej tej námahe konečne pochovať v náruči. Nezabudnuteľná odmena! Gratulujeme a prajeme veľa šťastia v novej a vzrušujúcej kapitole života!