

МЕДИКСИТИ

ОЧНОПРОФИЛЬНАЯ КЛИНИКА

Темпера



Температура при беременности

*Как бы ни любила себя женщина, но никогда в жизни она не проявляет к своему здоровью столько внимания, как в период беременности. Некоторые из нас вообще впервые начинают о себе по-настоящему заботиться, когда узнают, что под сердцем зародилась новая жизнь. Во время беременности в женском организме происходят характерные изменения, в том числе и изменение температуры тела. Об этих изменениях температуры и ее влиянии на будущего малыша рассказывает врач акушер-гинеколог, гинеколог-эндокринолог многопрофильной клиники «МедикСити» **Абаева Юлиана Генриховна.***

- Скажите, пожалуйста, какая температура считается оптимальной?-

- Оптимальной считается температура 36,6 градусов, но у беременных, особенно в первом триместре температура может повышаться до субфебрильных цифр (до 37,4 градусов). Такое повышение температуры свидетельствует о нормальных процессах и изменениях в организме беременной женщины. Это происходит из-за повышенной выработки гормона беременности (прогестерона), а именно он оказывает влияние на центры терморегуляции. В принципе, считается нормальным, если и всю беременность температура будет периодически подниматься до этих пределов. Кстати, у небеременных женщин во второй фазе цикла нередко отмечается субфебрилитет, также из-за доминирующего действия прогестерона.

- Гипертермия - что это?-

- Это повышение температуры выше 37,5 градусов. Гипертермия является важным защитным механизмом при борьбе с инфекцией, так как в этом случае происходит повышение скорости биохимических реакций в организме, ускоряется выведение вредных агентов путем увеличения потоотделения, учащения мочеиспускания, активизируется работа иммунной системы и образование защитных антител, сама по себе повышенная температура способствует гибели микробных тел.

- Опасна ли повышенная температура при беременности и как это влияет на плод?-

- Как правило, повышение температуры тела менее 38°C не несет риска для дальнейшего течения беременности. Неблагоприятным фактором является уровень гипертермии выше 38°C в течение длительного времени (на протяжении 2-3 и более дней).

Крайне неблагоприятным является повышение температуры тела на ранних сроках беременности (особенно в первые 6 недель), так как в это время идет очень ответственный процесс закладки всех органов и систем будущего ребенка. Первые 12 недель внутриутробного развития плода считаются «критическим» периодом беременности, так как в это время зародыш крайне чувствителен к воздействию внешних повреждающих факторов, одним из которых является гипертермия. Помимо тератогенного эффекта (способности провоцировать пороки развития плода) гипертермия способствует повышению сократимости мышцы матки, что может привести к прерыванию беременности на раннем сроке.



сопровождается повышением температуры тела. Данное обстоятельство обусловлено снижением иммунитета, имеющим место даже при абсолютно нормальном течении беременности. Подавление активности иммунной системы необходимо для успешного вынашивания плодного яйца. Наиболее распространенные заболевания, при которых может отмечаться подъем температуры тела до высоких значений – это грипп и ОРЗ, а также связанные с ними осложнения – отит, гайморит, пневмония. Еще одна распространенная причина гипертермии у беременных – это пиелонефрит, инфекционно-воспалительное заболевание почек. Кроме того, гипертермия у беременных может быть и при экстренных ситуациях, например – остром аппендиците или тиреотоксикозе.

- Следует ли принимать жаропонижающие при температуре выше нормы?-

- Если температура тела выше 38°C, страдает общее самочувствие: появилась выраженная слабость, ломота в мышцах и т.п., а немедикаментозные методы не имеют эффекта, то без применения жаропонижающих средств не обойтись.

- Какие жаропонижающие безопасны для будущего малыша?-

- Для беременных наиболее безопасным является препарат ПАРАЦЕТАМОЛ.

- Можно ли и нужно ли сбивать температуру?-

- Активному лечению подлежит ситуация, когда температура тела достигает 38°C и выше, но начать нужно с немедикаментозных методов снижения температуры.

- Назовите, пожалуйста, простые правила при температуре для будущих мам.-

- В первую очередь необходимо обязательное соблюдение постельного режима, нарушение которого может осложнить течение болезни; а также полноценное питание, обогащенное витаминами и обильное питье. Важным моментом является выявление причины повышенной температуры, так как гипертермия всегда является следствием какого-либо патологического

процесса. Ни в коем случае нельзя заниматься самолечением, так как это может привести к значительному утяжелению состояния и может затруднить лечение. В течение суток нужно обратиться к врачу-гинекологу или терапевту.

- Народные средства. Вред или польза?-

- Народные методы снижения температуры абсолютно безопасны для женщины и плода. Это традиционные горячие напитки, которые обладают потогонным эффектом и способствуют снижению температуры тела: хороший эффект могут оказать чай с мятой и /или лимоном, теплое молоко с медом, чай с малиной (ее косточки содержат вещество, аналогичное по своему действию аспирину), настой липового цвета. Вторым достаточно популярным и эффективным методом снижения температуры без таблеток являются обтирания тканью, смоченной водой комнатной температуры, 1,5%-ным уксусом или водкой. Испарение влаги с поверхности тела увеличивает теплоотдачу, что способствует снижению температуры.

Если народные средства не помогают и температура неуклонно растет, то следует начать прием лекарств, но их можно принимать только по рекомендации врача.

