

# Внутриутробное развитие ребенка по неделям беременности с описанием его способностей

Информация о внутриутробном развитии ребенка по неделям беременности с описанием его способностей (начало сердцебиения, начало двигательной активности, открывания глаз, сосательных движений и др.) и наглядным представлением в виде картинок или видеоролика



## 0 - 6 недель беременности

### 1–2-я недели

Существуют два понятия: эмбриональный и акушерский срок беременности. Первый отсчитывают от момента зачатия. Но в медицинской карте будет указан именно акушерский срок, который отсчитывают от момента последней менструации. Поэтому возникает интересный парадокс: акушерский срок уже идет, а самой беременности еще нет.

### 3-я неделя

В начале третьей недели происходит самое важное событие — встреча яйцеклетки с одним единственным сперматозоидом из многих миллионов. Именно в этот момент определяется цвет глаз будущего ребенка, черты его лица и другие наследственные признаки. Оплодотворенная яйцеклетка начинает деление и продвигается в сторону матки

### 4-я неделя

К концу четвертой недели эмбрион становится размером с маковое зернышко. Он прикрепляется к матке, а тест на беременность, проведенный в это время, дает положительный результат.

### 5-я неделя

Эмбрион подрастает почти до 2 мм. У него появляются два полюса — будущие ноги и голова. Формируются три функциональных слоя, из которых будут развиваться все системы и органы.

Именно на этом этапе начинается закладка сердца и нервной трубки. Если ее формирование нарушается, может возникнуть серьезный врожденный дефект — расщепление позвоночника. Снизить подобный риск позволит прием фолиевой кислоты.

### 6-я неделя

На этой неделе у женщины могут появиться или усилиться признаки токсикоза: тошнота, слабость, рвота. У эмбриона начинают формироваться ручки и ножки, закладываются важнейшие органы: печень, почки [3]. Будущей маме нужно много пить, следить за питанием и отказаться от вредных привычек, если она еще этого не сделала. Важно поддерживать необходимый уровень витамина Е в

организме: его нехватка на данном этапе может привести почти к таким же последствиям, что и недостаток фолиевой кислоты. А справиться с токсикозом помогут витамины группы В.



## **7 - 10 недель беременности**

### **7-я неделя**

Эмбрион размером похож на маленькую ягоду черной смородины. Самый важный процесс на этой неделе — развитие головного мозга у плода и разделение его на три отдела. На руках будущего малыша появляются пальчики, а на лице — ушки и носик [4]. У мамы могут участиться мочеиспускания из-за гормональной перестройки организма.

### **8-я неделя**

На этой неделе могут сделать первое УЗИ, чтобы убедиться, что беременность прогрессирует. Продолжают формироваться черты лица и внутренние органы ребенка. Будущий малыш уже начинает двигаться. В этот период важен прием фолиевой кислоты, пиридоксина, магния. Если у беременной женщины есть проблемы со щитовидной железой и организм испытывает нехватку йода, врач посоветует прием и этого элемента.

### **9-я неделя**

Начинает закладываться половая система эмбриона. Будущий малыш уже размером с маленькую сливу, при этом почти половина его тела — это голова. Головной мозг в этот период развивается очень активно.

### **10-я неделя**

Со стороны еще сложно заподозрить беременность будущей мамы, но ее матка уже увеличилась в размере. С этой недели будущий малыш официально может называться плодом. У него уже сформированы основные органы, системы и части тела — им осталось «дозреть». Между пальчиками пропадает перепонка, а кости становятся более твердыми.

Чтобы избежать развития пороков сердца малыша, в рационе будущей мамы должно быть достаточно витаминов В 2 (рибофлавин) и РР (ниацин). Для этого можно принимать специальные лекарственные витаминные комплексы.



## **11 - 14 недель беременности**

### **11-я неделя**

В это время проводят первый скрининг, который включает УЗИ и другие исследования. Такое обследование позволяет вовремя выявить грубые нарушения и пороки развития плода.

### **12-я неделя**

Мама уже прибавила первые несколько килограммов, а малыш вырос до размера мандарина. Примерно с этой недели начинают появляться видимые половые признаки, постепенно повышается точность определения пола будущего ребенка. Малыш активно двигается, а на его руках появляются маленькие ноготки. У него уже есть рефлекс: кроха может открывать рот, шевелить пальчиками.

### **13-я неделя**

С этого момента начинается второй триместр. Объем крови в организме будущей мамы постепенно увеличивается, поэтому важно принимать витамины с железом для профилактики анемии. Для развития мозга и зрения малыша понадобится лютеин, а для защиты сосудов мамы и профилактики появления отеков нужно принимать рутин. В витаминный комплекс обязательно должен входить цинк. Согласно исследованиям, его нехватка может быть причиной выкидышей и преждевременных родов. На этом сроке уже можно заметить увеличившийся животик будущей мамы. Сам малыш активно растет, у него появляются зачатки молочных зубов и волосы. Лицо все больше обретает привычные для нас человеческие черты.

### **14-я неделя**

В организме ребенка происходят важные изменения: появляются гормоны, начинает укрепляться грудная клетка, чтобы малыш в свое время смог сделать первый вдох, возникают рефлекторные сосательные движения, заканчивается формирование верхнего нёба. Как и прежде, нужно следить за полноценным питанием будущей мамы, но исключить чрезмерное употребление пищи.



## **15 - 18 недель беременности**

### **15-я неделя**

На этой неделе у ребенка образуются белки группы крови. Малыш активно гримасничает, хотя пока выражение личика не отражает его эмоции. Ребенок учится дышать и двигается, но эти движения все еще остаются незаметными. В этот период будущую маму могут беспокоить отеки. Нужно соблюдать питьевой режим, делать легкие упражнения и принимать витамины, содержащие рутин, который способствует укреплению сосудов.

### **16-я неделя**

Вес тела женщины увеличился еще на 1–2 кг. Во втором триместре желателен прием витамина А. Он способствует активному развитию малыша, нормальному набору веса, обновлению слизистых оболочек и эпителия плода. Однако важно, чтобы не было передозировки ретинола (формы витамина А). В больших дозах витамин А токсичен. Чтобы не допустить гипервитаминоза, лучше пить витамин А не в моноварианте, а в составе поливитаминных комплексов — производители витаминов знают нормы приема ретинола и никогда не превышают их, что исключает токсические осложнения.

У девочек на 16-й неделе происходит один из самых важных процессов — формирование их собственных яйцеклеток. Нарушения на этом этапе могут привести к бесплодию будущей женщины.

### **17-я неделя**

Ребенок по-прежнему растет, развиваются все его системы, появляется подкожная жировая клетчатка. Скелет малыша костенеет, слух улучшается. Весит он около 100 г.

### **18-я неделя**

Примерно с этого момента малыш начинает слышать и, следовательно, может пугаться громких звуков. В то же время он постепенно привыкает к голосу родителей. На этой неделе мама может в первый раз почувствовать движения своего ребенка.



## **19 - 22 недели беременности**

### **19-я неделя**

Растущая матка может растягивать связки, из-за чего у будущей мамы иногда появляются тянущие неприятные ощущения. У малыша под молочными зубками начинают закладываться коренные, а его тело покрывается специальной смазкой, которая помогает сохранять тепло.

### **20-я неделя**

Вот и прошла половина срока беременности. Пришло время еще одного планового обследования. На 3D-УЗИ уже можно подробно разглядеть черты лица ребенка. Малыш активно двигается и даже икает. Также он может реагировать на вкус околоплодной жидкости, поэтому стоит в очередной раз задуматься о своем рационе.

### **21-я неделя**

Ребенок быстро прибавляет в весе — он весит больше 300 г. Активно развивается костная система плода, поэтому будущей маме нужно подумать о содержании кальция в еде или в витаминных препаратах. Железо также не теряет своей значимости, поскольку у малыша начинает функционировать главный кроветворный орган — костный мозг. На состояние будущей мамы влияет потребление витаминов В 1 , В 6 , С и Е. Именно они снижают риск гестоза.

### **22-я неделя**

Главное изменение этой недели — кожа ребенка. Она перестает быть прозрачной. На лице малыша появляются брови и реснички, хотя пока еще совсем бесцветные. И, конечно, ребенок не прекращает активные тренировки, совершая разные движения руками, ногами и головой.



## **23 - 26 недель беременности**

### **23-я неделя**

Активно развивается мозг малыша и его нервная система в целом. Органы ребенка полностью сформированы, хотя еще и не готовы к самостоятельной жизни. Будущей маме может быть тяжело переносить увеличение размеров и веса матки. Если появились неприятные ощущения в позвоночнике, рекомендуется посетить врача и подобрать специальный поддерживающий бандаж.

### **24-я неделя**

Глаза малыша уже полностью сформированы, хотя еще и не заполнены цветным пигментом. С этой недели начинается самое активное для ребенка время, которое сопровождается разнообразными шевелениями. Еще через несколько недель, когда малыш подрастет, двигаться так активно у него уже не получится.

### **25-я неделя**

Постепенно кости малыша становятся все более крепкими, в кишечнике образуется меконий. Молочные железы будущей мамы увеличиваются в размере, из них может выделяться молозиво. Уже сейчас лучше начать готовиться к грудному вскармливанию — осторожно обмывать грудь прохладной водой и протирать полотенцем. Но усердствовать тут не стоит, чтобы сильное воздействие рефлекторно не привело к сокращению матки.

### **26-я неделя**

У малыша уже можно проследить циклическую активность — периоды покоя и энергичных движений. Если будущей маме повезет, то период покоя совпадет с ночным временем. Но так бывает не всегда. Легкие ребенка активно готовятся к работе, в них появляется все больше сурфактанта (вещество, препятствующее слипанию легких).