



GRAVIDANZA

UNA GRAVIDANZA NORMALE DURA CIRCA 40 SETTIMANE OVVERO 280 GIORNI DAL PRIMO GIORNO DELL'ULTIMA MESTRUAZIONE. SI CONSIDERA A TERMINE UN BAMBINO NATO TRA 37+0 E 41+6 E VIENE CONSIDERATO PREMATURO UN BAMBINO CHE NASCE PRIMA DI 37+0 E POST-TERMINE UN BIMBO CHE NASCE DOPO LE 41 SETTIMANE E 6 GIORNI.

MODIFICAZIONI FISILOGICHE DEL CORPO DELLA DONNA

Durante la gravidanza, il corpo della donna subisce diverse modificazioni, tra cui la più importante è ovviamente la crescita dell'utero e il conseguente spostamento degli organi addominali e l'incremento del peso corporeo.

Aumento del peso corporeo

Durante la gravidanza il peso corporeo della donna aumenta: questo è dovuto da un lato allo sviluppo fetale, della placenta, del liquido amniotico, all'aumento della massa muscolare dell'utero e del volume sanguigno circolante, ma anche alla ritenzione idrica ed all'aumento dei depositi di grasso corporeo.

Normalmente si consiglia un aumento di circa 9-13 kg a fine gravidanza.

Apparato cardiocircolatorio

Durante la gravidanza si verifica un netto aumento del volume sanguigno circolante, consistente soprattutto nell'aumento della parte plasmatica del sangue.

Si può sovente assistere ad una tendenza all'ipotensione durante i primi mesi di gravidanza, che può poi normalizzarsi o restare tale per il resto della gestazione. Anche la frequenza cardiaca tende ad aumentare.

Durante la gravidanza, soprattutto verso la fine, si possono notare degli edemi a livello degli arti inferiori, dei genitali e la comparsa delle emorroidi.

Apparato respiratorio

Verso la fine della gravidanza l'utero va a trovarsi sotto il diaframma, dando alla donna la sensazione di non riuscire a respirare bene come prima. La donna comincerà a fare fatica a fare determinati sforzi e si sentirà stanca prima del solito.

Apparato digerente

I primi tre mesi di gravidanza sono spesso contraddistinti da nausea mattutine o persistenti durante la giornata: si pensa che questo malessere sia causato in gran parte dalle importanti modifiche ormonali che avvengono durante questo periodo.

Per cercare di ovviare a questo sgradevole inconveniente si può provare a sgranocchiare una fetta biscottata o un cracker prima di alzarsi. Le nausea possono apparire soprattutto durante i primi tre mesi di gravidanza e spariscono generalmente dopo questo periodo.

È anche utile assumere dei pasti più piccoli e frequenti.

Durante la gravidanza si assiste ad un aumento più o meno duraturo dell'appetito e della sete. È anche possibile assistere ad una speciale predilezione per taluni cibi ed un rifiuto per altri cibi.

Il progesterone, uno dei principali ormoni della gravidanza, rallenta la peristalsi, creando spesso e volentieri una fastidiosa stitichezza, che può accompagnare alcune donne durante tutto l'arco della gravidanza.

Per ovviare a questa problematica è molto utile prestare particolare attenzione alla propria alimentazione ed idratazione, favorendo l'assunzione di fibre e liquidi a sufficienza (almeno 2 litri al giorno). È pure possibile aggiungere dei semi di lino e crusca, che stimolano l'attività intestinale, a yoghurt, muesli o minestre.

Durante la gravidanza spesso le donne sono anche confrontate con del bruciore di stomaco, dovuto nella maggior parte dei casi ad una diminuzione del tono delle pareti gastriche e della giuntura gastro-esofagea.

In questi casi è utile mangiare lentamente, assumere dei pasti leggeri, evitare cibi speziati o particolarmente grassi così come evitare di assumere caffè o thé. È inoltre anche utile astenersi dal fumo.

Cute

A livello cutaneo si assiste ad un'iperpigmentazione di alcune zone del corpo, quali ad esempio il viso, che può presentare delle macchie (cloasma gravidico), i seni, la zona genitale e perianale e la comparsa di una linea scura sull'addome.

Crescita fetale

Fetal Growth From 8 to 40 Weeks





ads/2012/12/Stages-Of-Fetal-Development.jpg



<http://www.pianetamamma.it/pictures/20081229/mesi.jpeg>

GLI ANNESSI FETALI

Placenta

La placenta è un organo altamente differenziato che svolge un'attività nutritiva, respiratoria, endocrina ed immunologica fondamentale per la crescita, lo sviluppo e la maturazione del feto.

Fin verso la metà della gravidanza il peso della placenta supera il peso fetale, mentre dalla metà della gravidanza in poi il feto supera il peso della placenta. A termine il peso placentare è circa 1/6 del peso del neonato

Pur mantenendo ben distinte la circolazione fetale da quella materna attraverso la barriera placentare, la placenta espleta la sua funzione nutritiva tramite i villi coriali, che "pescano" le sostanze nutritive dal flusso sanguigno materno e vi rilasciano i metaboliti.



http://cdn1.stbm.it/pianetamamma/gallery/foto_gallery/gravidanza/placenta-umana-tutti-gli-usi-piu-strani/la-placenta.jpeg?

Cordone ombelicale

Il cordone ombelicale o funicolo costituisce il legame tra la placenta ed il feto. Il funicolo ha una lunghezza di circa 50-60 cm ed è costituito da 3 vasi sanguigni, un tessuto gelatinoso ed una guaina abbastanza resistente.

I vasi sanguigni del funicolo sono una grossa vena, che porta sangue arterioso dalla placenta al feto e due arterie ombelicali che fanno defluire il sangue venoso dal feto alla placenta.

Membrane

Il sacco amniotico è composto da due membrane.

L'amnios costituisce la membrana interna del sacco amniotico ed è la membrana più fine, mentre il chorion costituisce la membrana esterna ed è di conseguenza più spessa e resistente.

Liquido amniotico

Il liquido amniotico è contenuto nel sacco amniotico e più precisamente nell'amnios: aumenta di volume durante la gravidanza per arrivare a circa 500-800 ml a termine.

Il componente principale del liquido amniotico è l'acqua, sono inoltre presenti altre sostanze quali proteine ed aminoacidi, lipidi, sostanze ormonali e molte altre ancora.

Le funzioni del liquido amniotico sono il mantenimento della temperatura corporea fetale ed una barriera protettiva meccanica da variazioni di pressione all'interno dell'utero dovuta a movimenti materni, traumi o contrazioni. Favorisce, inoltre, la mobilità fetale ed i movimenti respiratori, che preparano il bambino alla vita extra-uterina e sono segnali di buona salute del feto.

Controlli durante la gravidanza ed il ruolo della levatrice

I controlli di gravidanza hanno l'obiettivo di sorvegliare lo stato di salute della donna e del feto così come la diagnosi precoce di rischi o complicazioni.

I controlli di gravidanza possono essere eseguiti presso una levatrice indipendente, uno studio di levatrici associate: questo permette l'instaurarsi di una relazione di fiducia tra la coppia e la levatrice, che potrà seguire eventualmente anche il parto ed il puerperio a domicilio.

Durante i controlli di gravidanza la levatrice dispensa inoltre utili consigli per il mantenimento di una gravidanza fisiologica, in un'ottica di una graduale preparazione al parto.

Durante le visite di gravidanza presso una levatrice o un ginecologo vengono svolti esami clinici e para clinici che offrono un quadro generale sulla salute materno-fetale. Si affrontano anche tematiche quali l'alimentazione, l'attività fisica, l'attività lavorativa, la sessualità, la preparazione alla nascita ed alla genitorialità e la scelta del luogo di nascita.

La Cassa Malati assume i costi di 6 controlli di gravidanza svolti presso una levatrice od un ginecologo, così come lo svolgimento delle due ecografie fondamentali: la datazione tra le 9 e le 12 settimane di gestazione e l'ecografia morfologica verso le 21 settimane di gravidanza.