



Усещането, че бебето се движи, е знак, че то е добре

При повечето жени усещането, че бебето се движи, обикновено се появява между 16-а и 24-та седмица от бременността. Движенията на бебето могат да бъдат описани като ритане, блъскане, ръкомахане или преобръщане. Видът на движението може да се промени с напредване на бременността.



Колко често трябва да се движи бебето ми?

Няма определен брой нормални движения.

Вашето бебе ще има свой собствен модел на движение, който трябва да опознаете.

След 16 – 24-та седмица ще почувствате, че бебето се движи все повече и повече до 32-ра седмица, след което моделът на движение остава приблизително същият, докато не родите.



Ако се притеснявате за движенията на Вашето бебе, **НЕ ЧАКАЙТЕ** до следващия ден, за да се консултирате със специалист



НЕ Е ВЯРНО, че бебетата се движат по-малко към края на бременността.



Трябва да **ПРОДЪЛЖАВАТЕ** да усещате, че бебето се движи, чак до началото и по време на контракциите.

Опознайте обичайния модел на движение на бебето си.



Защо движенията на бебето ми са важни?

Намаляването на движенията на бебето може понякога да е важен предупредителен признак, че то не се чувства добре. Около половината от жените, които са родили мъртъв плод, са забелязали, че движенията на бебето им са се забавили или спрели.

Ако смятате, че движенията на Вашето бебе са се забавили или са спрели, незабавно се обърнете към Вашата акушерка или към родилното отделение (там има 24-часово дежурство, 7 дни в седмицата).



- За да разберете какво се случва, **НЕ ОТЛАГАЙТЕ** обаждането за следващия ден.
- Не се притеснявайте да се обадите – важно е лекарите и акушерките да знаят дали движенията на бебето Ви са се забавили, или са спрели.



А ако движенията на бебето ми отново намалееят?

Ако след направения преглед все още не сте доволни от движенията на Вашето бебе, трябва да се свържете веднага с акушерката или с родилния дом, дори ако последния път всичко е било нормално.

НИКОГА НЕ СЕ КОЛЕБАЙТЕ да се обърнете за консултация към акушерката или към родилното отделение, независимо колко пъти се случва това.



За да проверите сърдечния ритъм на Вашето бебе, не използвайте никакви ръчни монитори, доплери или телефонни приложения. Дори ако установите сърдечен ритъм, това не означава, че бебето е добре.



Contact details:

Sources and acknowledgements

The information in this leaflet is based on RCOG Green-top Guideline No. 57 *Reduced Fetal Movements* (2011) and RCOG Patient Information Leaflet *Your baby's movements in pregnancy: information for you* (2012).

Thank you to the following organisations for supporting the development of this leaflet:



Tommy's

Together, for every baby

Published: May 2020 | Next review: May 2023

[tommys.org](https://www.tommys.org)

Tommy's is registered charity no 1060508 and SC039280