



Vážená nastávající maminko, gratulujeme k Vašemu miminku!

Rádi bychom Vám touto cestou ukázali, co Vás u nás v těhotenství čeká!

Nyní si Vás pozveme na **1. těhotenskou poradnu a odběry** (od 11. týdne), kdy Vám odebereme na lačno krev a vystavíme Vám **těhotenskou průkazku**. Nezapomeňte si vzít s sebou také **ranní moč**. Je vhodné se předtím opláchnout a odebrat tzv. střední proud moči (zkrátka trochu moči nejdříve "ucvrknout" a pak se vymočít do zkumavky). Zkumavku Vám dáme.

A na co všechno Vám budeme krev odebírat? Na glykémii (cukr), krevní obraz, krevní skupinu a Rh faktor, na protilátky proti červeným krvinkám, žloutenku typu B, toxoplasmózu, HIV (budete-li souhlasit), syfilis (která je povinná ze zákona) a budete-li chtít podstoupit I. screening (kombinovaný test) tak i na PAPP-A a free-beta hCG (hormony ke zjištění rizika vývojových vad plodu). Chcete-li znát funkci svojí štítné žlázy, lze si doplatit TSH (stimulační hormon štítné žlázy). V indikovaných případech jej odebereme na pojišťovnu. TSH stojí 349,- Kč,-.

V každé poradně Vás zvážíme a změříme Vám krevní tlak. U prvorodiček měříme při vstupním vyšetření pánev pelvimetrem.

Do poradny si vždy s sebou noste moč (střední proud ranní moči).

Při každé návštěvě poradny budete vždy vyšetřena nejprve přes pochvu a pohmatem na břicho, dále se udělá ultrazvuk Vašeho miminka. Většinou pouze přes břicho, výjimečně, k posouzení děložního hrdla přes pochvu.

V I. trimestru doporučujeme užívat kys. listovou (Chytré miminko, Superfolin), abychom předešli rozštěpovým vadám páteře, lebky, rtu a zabránili rozvoji autismu u Vašeho miminka.

I. screening - kombinovaný test: Je jedno z nejpodstatnějších vyšetření v těhotenství ve **12. - 14. týdnu**. Je kombinací výsledků z krve matky (PAPP-A a beta hCG) a ultrazvukových detailů u plodu. K odhalení plodů s Downovým syndromem je spolehlivý na 80 max. 90 %. Test také upřesní termín porodu a popíše anatomický vývoj plodu. Trvá cca 30 minut, stojí 1815,- Kč (všechny pojišťovny jej zpětně doplácí). Z tohoto vyšetření dostanete zprávu a doklad o zaplacení. Není si na něj nutné s sebou brát moč a sundávat si kalhotky, dělá se přes břicho.

Gyn BaB s.r.o.

Boršice 170
687 09 Boršice
IČ: 29317142

MUDr. Jana Pavelková

Uherské Hradiště – Ambulance
Nádražní 23, 686 01
+420 603 409 088

Boršice 170
687 09

Buchlovice
Náměstí Svobody 79
687 08

+420 732 833 258
gynbab@gynbab.cz
www.gynbab.cz

A co fotografie Vašeho miminka? Rádi Vám přímo na místě fotku vytiskneme (182,- Kč) nebo prostřednictvím programu **FetView** můžeme více fotek z každého vyšetření sdílet přes zakódovanou komunikaci přes Váš účet, na který se budete moci kdykoliv přihlásit a prohlížet si fotky z pohodlí domova a sdílet je se svou rodinou a i přáteli (přístup do programu stojí 605,- Kč na každé těhotenství). Samozřejmě nabízíme i fotky i ve 3D formátu.



Tripple test - integrace (od 16. týdne): Jedná se o odběr žilní krve na 3 hormony (hCG, alfafetoprotein a estriol). Pomáhá jako jediný z testů odhalovat rozštěpové vady rtu a páteře plodu a taky zlepšuje výtěžnost I. screeningu na Downův syndrom, spolehlivost integrace je pak 95 %. Stojí 484,- Kč (neplatí jej žádná pojišťovna) a na odběr nemusíte být lačná.

Od II. trimestru doporučujeme užívat vitaminy jako je **Vitamarín** (nenasycené mastné kyseliny, de facto rybí tuk) a **Fytominerál** (nerostné látky, které se dobře rozpustí ve Vitamarínu). Jedná se o přírodní produkty firmy Energy. Kyselina listová nyní již není nutná, plod už má páteř a ret vyvinutý. Ke konci těhotenství pak doporučujeme **Probiosan** (probiotika), k lepšímu osídlení pochvy zdravou mikroflórou, se kterou se plod setká jako s první a která mu potom již celý život zůstává. Těsně před porodem si u nás můžete zakoupit tzv. **Klysmasaline**, k pohodlnému vyprázdnění konečníku před porodem.

Vše lze koupit u sestřiček.

II. screening - podrobná morfologie plodu: Ultrazvukové vyšetření ve **20. - 22. týdnu**. Cílem tohoto vyšetření je detailně prohlédnout všechny části těla plodu a vyloučit přítomnost závažných vrozených vývojových vad orgánů a systémů plodu (např. srdce, mozku, končetin atd.) Trvá taky cca 30 minut a stojí 1430,-Kč. I z tohoto vyšetření dostanete zprávu a doklad o zaplacení (**již lze uplatňovat nárok na proplacení u VZP!**)

Co je orální glukózo-toleranční test (oGTT)? Je to vyšetření k odhalení těhotenské cukrovky. Provádí se **mezi 24. - 28. týdnem**. Ve speciální laboratoři Synlab Vám po osmihodinovém lačnění odeberou žilní krev. Pokud bude první hodnota cukru v krvi **do 5,1 mmol/l**, následuje podání zátěžové dávky cukru, kterou vypijete jako hodně sladký nápoj. Pokud bude nad 5,1 mmol/l je nutné test nejbližší možný den opakovat. Jinak za 1 a za 2 hodiny po vypití sladkého nápoje Vám bude znovu odebrána krev na glykemii (hladinu cukru). Druhá hodnota musí být do 9,9 mmol/l a třetí do 8,4 mmol/l. Pokud jsou oba první odběry nad 5.1 mmol/l nebo jsou hodnoty v krvi za hodinu a 2 hodiny po vypití nápoje vyšší než hranice, jste diabetička a dostanete od nás žádanku na diabetologii. Začnete držet dietu a budete častěji sledovaná v poradně, tj. po 2 týdnech. Někdy se test nepodaří provést (odebrat krev kvůli zvracení nebo kvalitě žil). Výsledky nám z laboratoře Synlab přijdou poštou.

Gyn BaB s.r.o.

Boršice 170
687 09 Boršice
IČ: 29317142

MUDr. Jana Pavelková

Uherské Hradiště – Ambulance
Nádražní 23, 686 01
+420 603 409 088

Boršice 170
687 09

Buchlovice
Náměstí Svobody 799
687 08

+420 732 833 258
gynbab@gynbab.cz
www.gynbab.cz

Při další návštěvě (27. - 30. týden) budete pozvána k odběru krve na **krevní obraz**. Pokud bylo u Vás zjištěno, že jste krevní skupina Rh negativní, bude Vám aplikován anti -D globulin k zabránění tvorby protilátek proti Rh pozitivním krvinkám plodu, kterými byste mohla začít být imunizována. Plod by pak mohl trpět chudokrevností. Vaše protilátky by mu rozbíjely červené krvinky a měl by nedostatek kyslíku. **Anti D globulin** není klasickou očkovací látkou, je to



bílkovina, která Rh pozitivní krvinky plodu eventuálně vychytá a imunizaci zabrání.

III. screening: Poslední plánované UZ vyšetření ve 30. - 32. týdnu. Je zaměřené hlavně na zjištění správného růstu plodu, uložení placenty, množství plodové vody a kontrolu nejdůležitějších orgánů plodu (mozku, srdce, ledvin a páteře). Nehledáme již genetické vady plodu. Opět Vám bude vytisknuta zpráva z tohoto vyšetření. Hradí jej všechny zdravotní pojišťovny.

Ve **36. týdnu** těhotenství se odebírá poševní kultivace ke zjištění přítomnosti **streptokoka skupiny B** (*Streptococcus agalactiae* - SAG/GBS -Group B streptococcus). Při jeho přítomnosti v pochvě je nutné podání ATB těsně před porodem v krátké infuzi, aby nedošlo k nákaze plodu při průchodu porodními cestami. Ačkoliv je streptokok v těhotenství prokázán zhruba u 20 % žen, k nákaze novorozence dochází asi jen u 3 % případů. Sepsí způsobenou streptokokem *agalactiae* má nakonec asi jen 1 plod za rok v celé České republice. V některých zemích se ani nevyšetřuje. Riziko nákazy je tedy minimální a není se čeho bát! Důležité je o SAG dopředu vědět!!

Od ukončeného 36. týdne doporučujeme začít cvičit s **Aniballem**. Připraví Vás na bezpečnější přirozený porod. Může předejít nástřihu, nezmění však míru poranění. Hlavně si můžete nacvičit pocity v pochvě při tlačení při porodu.

Od roku 2019 se doporučuje doplnit další UZ vyšetření v **36. - 37. týdnu**, tzv. **screening růstové restrikce** neboli IV. screening, při kterém se plod zváží ultrazvukem podle velikosti hlavy, břicha a nožky a zařadí do skupiny rostoucí dobře, to znamená jako 90 % plodů nebo do skupiny plodů rostoucích pomalu, málo, kterých je v této době asi 10 %. Zkusíme také průtoky mozkem a pupečnickem plodu a posoudíme fungování placenty a tím okysličení plodu. Děti, které mají špatnou výživu pupečnickem jsou potom častěji sledovány nebo sledovány na vyšším pracovišti nebo v nejhorším případě se tato těhotenství ukončují před termínem porodu. Toto vyšetření není povinné a zatím jej pojišťovny nehradí, je však důležité, neboť jinak se hmotnost plodu zjišťuje až těsně před porodem. Cena je 1210,- Kč.

Gyn BaB s.r.o.

Boršice 170
687 09 Boršice
IČ: 29317142

MUDr. Jana Pavelková

Uherské Hradiště – Anihulane
Nádražní 23, 686 01
+420 603 409 088

Boršice 170
687 09

Buchlovice
Náměstí Svobody 799
687 08

+420 732 833 258
gynbab@gynbab.cz
www.gynbab.cz

Od **20. do 36. týdne** těhotenství se doporučuje očkování proti černému kašli (Pertusé). Očkování v 38. týdnu těhotenství je možné, ale tvorba protilátek a jejich přenos již nejsou pro ochranu novorozence dostatečné. Očkování chrání matky před onemocněním během prvních měsíců po narození jejich dětí. V prevenci kojeneckého černého kašle se dává přednost očkování v těhotenství před očkováním po porodu. Děti narozené očkovaným matkám mají významně





nižší riziko onemocnění, a pokud přesto onemocní, je průběh méně komplikovaný a byl zaznamenán pokles počtu úmrtí. Očkuje se trojvaccínou spolu se záškrtem a tetanem. Očkování stojí 1044,- Kč.

V 37. týdnu se nově od roku 2022 klientky všech pojišťoven musí evidovat v jedné vybrané porodnici k porodu. K evidenci Vám bude vydána žádanka a s ní dané pracoviště navštívíte a budete zaevidována k porodu.

Od **40. týdne** se Vám bude „točit“ tzv. **KTG** (kardiotokogram) - je to přístrojové monitorování srdce plodu a děložní činnosti, hodnotí se jako křivka.

Na **mateřskou dovolenou** můžete nastoupit již od 32. týdne těhotenství, nejpозději však 33+6 týdne.

Neschopenku indikuje vždy lékař.

Do porodnice Vás předáme až v termínu porodu, dříve jen pokud se léčíte s vysokým krevním tlakem nebo těžkou formou cukrovky - na inzulinu (do 38. týdne). Pokud máte lehkou formu cukrovky, předáváme Vás do termínu porodu. Před termínem jsou do porodnice nebo na vyšší pracoviště předána dvojčetná těhotenství nebo plody s nízkou porodní hmotností a špatnou funkcí placenty.

Rodíte-li poprvé, rádi Vám doporučíme **předporodní kurzy**, na které můžete začít chodit zhruba od 2. trimestru. Předporodní kurzy probíhají buď v Uherskohradištské nemocnici pod vedením porodní asistentky paní Dominikové. Můžete také navštívit předporodní kurzy u paní Vladky Hlavsové (Centrum Babočka) v Uherském Hradišti. Nebo využít služeb porodní asistentky Evy Vaňkové (732 563 485, evabuka@gmail.com).

Informace ohledně očkování na COVID-19 v těhotenství, naleznete na našich webových stránkách www.gynbab.cz

Doporučujeme si již v těhotenství najít dětskou lékařku: **MUDr. Dagmar Uvírová**
ordinaceuvirova.cz

Doporučujeme se již v těhotenství zúčastnit on-line besed dětskou lékařkou. Můžete využít tyto odkazy:

Gyn BaB s.r.o.

Boršice 170
687 09 Boršice
IČ: 29317142

IG @lecimdeti nebo FB @lecimdeti.cz

nebo **www.lecimdeti.cz**, **<http://www.helenafilova.cz/>**

MUDr. Jana Pavelková

Uherské Hradiště – Ambulance
Nádražní 23, 686 01
+420 603 409 088

Co si určitě nezapomenout vzít s sebou do porodnice a co si předem zabalit?

Boršice 170
687 09
Buchlovice
Náměstí Svobody 799
687 08

Kartičku pojišťovny, dotazník o jménu dítěte, Váš oddací a rodný list, průkazku těhotné.

+420 732 833 258
gynbab@gynbab.cz
www.gynbab.cz





Porodnické vložky, hygienu, toaletní papír a papírové kapesníky, mobil, nabíječku, knížku, plenky, župan, věci pro miminko včetně balíku nejmenších jednorázových, porodnické kalhotky a vložky ručník, ponožky, kojící podprsenku a vložky do ní, noční košili vhodnou ke kojení a přezůvky.

Nezapomeňte nás také navštívit po šestinedělí!! Zkontrolujeme Vás po porodu a eventuálně nabereme preventivní stěr na rakovinu děložního čípku. Rádi Vám poradíme s kojením a antikoncepcí vhodnou při kojení.

V případě jakýchkoliv otázek se na nás neváhejte obrátit!

Za celý tým GynBaB (MUDr. Jana Pavelková, MUDr. Pavlína Omelková, MUDr. Petr Malínek, sestřičky Michaela Křenová, Helena Klabačková Jana Uhrová, Aneta Vaňurová, Veronika Pavelová a Marie Kamenská a por. Asistentka Eva Vaňková)

Vaše,

MUDr. Jana Pavelková

Gyn BaB s.r.o.

Boršice 170
687 09 Boršice
IČ: 29317142

MUDr. Jana Pavelková

Uherské Hradiště – Ambulance
Nádražní 23, 686 01
+420 603 409 088

Boršice 170
687 09

Buchlovice
Náměstí Svobody 799
687 08

+420 732 833 258
gynbab@gynbab.cz
www.gynbab.cz

