

Luni 28

↑4°C | ↓-4°C
Soare, nori

Marți 29

↑6°C | ↓-1°C
Soare, ploale

Miercuri 30

↑11°C | ↓2°C
Soare, ploale

Joi 31

↑9°C | ↓3°C
Soare, ploale

Vineri 01

↑8°C | ↓3°C
Soare, ploale

Sâmbătă 02

↑9°C | ↓1°C
Soare, nori

Duminică 03

↑12°C | ↓4°C
Soare, ploale

Două din trei cupluri nu merg la medic înainte de a face un copil

60% dintre cuplurile care fac un copil nu își fac analizele necesare înainte de a obține sarcina, potrivit unui sondaj realizat de o clinică de specialitate din București. Totodată, aproape jumătate dintre viitorii părinți spun că nu și-au planificat să facă un copil, iar sarcina a fost o întâmplare. O treime dintre cupluri susțin că și-au dorit sarcina, dar că nu au considerat necesar să meargă la medic înainte de concepție.

"Pentru sănătatea sarcinii și a fătului, este esențial să știm cât mai multe despre sănătatea părinților. Un consult înainte de concepție ne ajută să vedem dacă există riscuri pentru sarcină. Sunt numeroase infecții care pot fi transmise fătului în timpul sarcinii, infecții de existență cărora putem afla prin control și analize specifice. Riscurile care pot fi prevenite țin de mycoplasma, ureaplasma, citomegalovirus, rubeola, rujeola și varicela, infecții ce pot provoca malformații fătului sau care pot duce la avort spontan. În unele cazuri vedem dacă persoana este imunizată, în altele putem trata, tocmai pentru a evita anumite probleme în timpul sarcinii", spune dr. Chadi Muheidli, medic primar obstetrică-ginecologie.

17% dintre femeile nu renunță la fumat nici când sunt însărcinate

Sondajul mai arată că, deși multe dintre viitoarele mame înțeleg să adopte un stil de viață mai sănătos după ce rămân însărcinate,



le este totuși greu să facă asta. Aproximativ 10% dintre cele care erau fumătoare înainte de sarcină au continuat să fumeze și în timp ce erau însărcinate, la fel sau chiar mai mult.

Alte 17% dintre mamele care au răspuns sondajului spun că au redus numărul de țigări fumate, dar nu au putut renunța complet la tutun. În ceea ce privește alimentația, aproape jumătate dintre gravide și-au păstrat același regim alimentar ca înainte de a rămâne însărcinate. În plus, 8 din 10 au declarat că nu au făcut mișcare în timpul sarcinii, 82%

dintre acestea nefiind însă practicante de sport nici înainte de sarcină. Într-un sfert dintre situații, viitorii tăți adoptă și ei regimul alimentar al partenerei. În acest context, 43% dintre gravide au luat în greutate peste limita considerată normală de către medici.

"În general, se consideră normal un plus de până la 15 kilograme pe parcursul sarcinii. E greșit să considerăm că viitoarea mamă trebuie să mănânce pentru doi, întrucât organismul femeii va cere atunci când are nevoie de nutrienți suplimentari, de regulă în a doua parte a sarcinii. Prea multe kilograme în plus pot provoca serioase probleme de sănătate viitoarei mame și mă refer aici în special la hipertensiunea în sarcină sau chiar la riscul de naștere prematură", afirmă dr. Tarek Abdou, medic primar obstetrică-ginecologie. De altfel, kilogramele acumulate în sarcină pot deveni o problemă și după naștere. Mai bine de o treime dintre mame nu au reușit să revină la greutatea de dinainte de a rămâne însărcinate nici la un an după naștere, potrivit sondajului. Totuși, doar 6% dintre ele au apelat la ajutorul unui nutriționist în această perioadă. Studiul a fost realizat în perioada octombrie - noiembrie 2018, pe un eșantion reprezentativ de peste 1.100 de femei și are o marjă de eroare de +/- 3,7%.

PAGINI REALIZATE DE IONELA CHIRCU

Horoscop

Berbec

21.03 - 20.04



Astrele îți oferă șansa de a repara ceva, de a-ți asculta de vocea sufletului. Dacă în ultimii ani ai dorit să rupi o relație, acum vei reuși să îți pui gândurile în ordine, să te eliberezi. Vei putea cere și sfatul unui specialist care să te îndrume. Tratează orice situație cu mult calm.

Taur

21.04 - 21.05



Ai atenția focalizată pe a face bani. Îți dorești să vinzi un bun/imobil ce este la comun cu partenerul. Vei fi mai sensibil, dornic de a oferi iubire celui drag, plus că apar oportunități de a-ți face planuri de viitor. Dar, ai putea observa că toată munca din această perioadă a fost în zadar.

Gemeni

22.05 - 21.06



Vei închide un capitol din viața ta. Acesta va viza relația cu frații, bunurile la comun, favorurile etc. Dacă în ultimii ani te-ai confruntat cu problemele de viață ale rudelor, după acest interval o să te resemnezi. Cel mai probabil, o discuție, un gest, un eveniment neplăcut te poate dezamăgi.

Rac

22.06 - 22.07



În sfârșit, eforturile pe care le-ai depus în ultimii doi ani încep să-ți fie apreciate de superiorii ierarhici, și nu numai. Săptămâna asta apar rezultatele muncii asidue și, mai mult decât atât, ai posibilitatea de afirmare. Vei avea ocazia să te faci remarcat, apreciat, să devii mai popular.

Leu

23.07 - 22.08



Vei avea multe șanse de a intra în posesia unei sume importante de bani. Sau... poți obține un rezultat bun la un examen, interviu, curs ș.a.m.d. Oricum, te vei pregăti intens pentru a deveni expert pe partea profesională. Și vei avea o comunicare mult mai bună cu cei din jur.

Fecioară

23.08 - 21.09



Este rost de a face bani, de a primi un comision, de a vinde un bun, un produs deosebit etc. Cel mai probabil vei investi totul într-un bun de valoare: casă, mașină, teren, sediu de firmă etc. Primești vești bune, posibil chiar informații cu privire la apariția pe lume a unui copil.

Balanță

22.09 - 22.10



Acorzi multă atenție mediului social, iubirii, copiilor, planurilor de viitor, deplasărilor alături de partener. Dacă te-ai confruntat cu reticențe din partea familiei partenerului, ceva se poate schimba acum. E posibil ca acele persoane să aibă nevoie de tine și să înceapă să te vadă altfel.

Scorpion

23.10 - 21.11



Urmează o săptămână cu evenimente favorabile pe axa carierei. Ai mari șanse de a semna un contract avantajos, de a intra în posesia unor răspunsuri utile, de a te face remarcat în fața șefilor. Cum s-ar spune, vei fi pe val. Dar, vor fi și persoane dornice să-ți strice starea de bine.

Săgetător

22.11 - 20.12



Șansa, succesul sunt de partea ta în tot ceea ce vei face, singura condiție este aceea să nu te încrezi în cei din jur. Iubirea bate la porțile inimii, fie că ești deja într-o relație, fie că ești singur, noutatea este acum la ordinea zilei, ceea ce este un lucru bun. Totuși... fii rezervat!

Capricorn

21.12 - 19.01



O să renaști și o să fii mai puternic ca niciodată. Anumite idei, concepții care înfloresc în mintea ta acum, te vor însoți în restul vieții sub forma unor crezuri. Revin în actualitate unele planuri pe care le-ai conceput în trecut și vei putea găsi răspunsuri la unele întrebări care te frământă.

Vărsător

20.01 - 18.02



Un eveniment neașteptat îți va schimba starea de spirit. Acum vei culege rezultatul muncii cu tine însuși din ultimele luni. Totuși, să nu uiți că acest surplus astral de energie își pune amprenta pe axa sentimentală. Prin urmare, ai putea reveni asupra unor decizii pe care le-ai luat anul trecut.

Pești

19.02 - 20.03



Vei avea discuții serioase cu partenerul de viață, referitor la un anturaj sau o situație de viață. Financiar, vei avea în continuare multe cheltuieli. Apar diverse situații neașteptate, care îți pot pune la încercare bugetul. Partea bună este că partenerul te ajută în ceea ce vrei să duci la final.

