

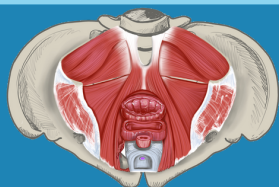


ЗАПОБІГАННЯ РОЗРИВУ ПРОМЕЖИНИ ПІД ЧАС ВАГІТНОСТІ



ФАКТОРИ РИЗИКУ

Перша дитина
Південно-Азіатське походження
Немовля з більшою вагою при народженні



ТРЕНУВАННЯ М'ЯЗІВ ТАЗОВОГО ДНА

Тренування м'язів тазового дна може допомогти підготувати вас до пологів та зменшити ймовірність розриву промежини третього або четвертого ступеня.

МАСАЖ ПРОМЕЖИНИ

Масаж промежини через 34 тижні може допомогти захистити промежину та зменшити ризик сильного розриву.

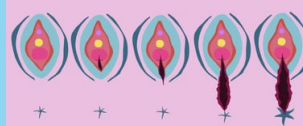


ОБГОВОРЕННЯ ІЗ СПЕЦІАЛІСТОМ

Обговорення потенційної користі та шкоди різних варіантів та власних уподобань за допомогою вашої медичної команди може допомогти вам зрозуміти та прийняти рішення щодо вашої допомоги.

ПОПЕРЕДНІЙ ВАЖКИЙ РОЗРИВ

Якщо у вас був сильний розрив в минулому, ви більше ризикуєте отримати його у майбутньому.



РОЗДРУКУЙТЕ ТА ОБГОВОРІТЬ ІЗ ВАШИМ СПЕЦІАЛІСТОМ!

