



Важность и эффективность применения фолиевой кислоты на этапе подготовки к беременности сейчас ни у кого не вызывает сомнений. Более того, после целой серии крупных исследований стало очевидно, что прием фолатов до зачатия должен быть достаточно длительным.

Если вы в этом сомневаетесь, прочтите пост "Пороки развития плода: как избежать дефектов нервной трубки".

Уже в 2006 году прием фолиевой кислоты был рекомендован на период не менее 12 недель до зачатия. Но как донести эту простую мысль до женщин? Были затрачены колоссальные средства на организацию информационной кампании: статьи в глянцевых журналах, телевизионные передачи. Фарминдустрия живо откликнулась, выпустив на рынок тонны препаратов, содержащих различные (иногда чудовищные) дозировки фолиевой кислоты отдельно и фолиевой кислоты в какой-нибудь комбинации. Увы. Женщины всего мира, по-прежнему, принимают **фолиевую кислоту** крайне недисциплинированно. По крайней мере, до зачатия - то есть, именно тогда, когда регулярный прием фолатов так необходим.

Кому нужна фолиевая?

Получается, прием фолиевой на постоянной основе необходим всем потенциальным матерям - молодым, сексуально активным женщинам репродуктивного возраста. Эта же категория женщин заинтересована также в ... эффективной контрацепции. Противоречие? Вовсе нет!

Простое и элегантное решение было найдено на совещании FDA консультативного комитета продуктов питания и лекарственных средств в 2003 г. : КОК - комбинированные оральные контрацептивы - могут одновременно служить обоснованным способом доставки фолатных добавок.

Давайте подсчитаем, сколько зайцев можно убить, если ввести фолаты в состав противозачаточных таблеток.

- *Раньше:* Женщины начинали пить фолиевую слишком поздно.

Теперь: Они начнут принимать **фолиевую кислоту** ДО беременности, а не в ее начале, когда порок развития нервной трубки предупредить уже нельзя (напомню, что дефект формируется очень рано – до 26-28 дня гестации).

- *Раньше:* Женщины пили фолиевую нерегулярно.

Теперь: Противозачаточные таблетки, чтобы не забеременеть, надо пить строго регулярно - значит, и фолаты будут поступать в организм вместе с ними.

- *Раньше:* Женщины принимали фолаты недостаточно долго.

Теперь: Те, кто будут принимать КОК с фолатами, не собираются беременеть завтра, или послезавтра. Значит, длительность регулярного приема фолатов будет достаточно

продолжительной и достигнет защитного уровня - защитная концентрация фолатов в эритроцитах составляет 906 нмоль/л (400 нг/мл).

- *Раньше:* Женщины не знали о необходимости и важности приема фолиевой кислоты до зачатия.

Теперь: Они узнают об этом задолго до планируемой беременности, подбирая подходящий контрацептив.

- *Раньше:* После прекращения приема обычных противозачаточных таблеток, беременность наступает очень быстро – в течение первых 3-х циклов. Женщинам просто не хватало времени, чтобы достаточно насытить организм фолатами.

Теперь: При введении фолатов в состав противозачаточных таблеток, к моменту отмены препарата уровень фолатов в эритроцитах будет достаточно высоким.

К сожалению, незапланированная беременность по-прежнему доминирует в мире, несмотря на титанические усилия служб планирования семьи. Крупное международное исследование показало, что 54% женщин прекращают прием КОК без консультации со своим врачом, принимая решение о планировании беременности.

Надо понимать, что специалисты разделяют понятия "желанная беременность" и "планируемая беременность". **Планирование беременности** подразумевает, что пациентка не просто перестала предохраняться, а, как минимум, сдала комплекс анализов, посетила стоматолога, бросила курить и начала принимать фолиевую кислоту.

Пороки развития плода-2: подготовка к беременности

Автор: Administrator
22.04.2013 14:26 -

- Что вы делали, чтобы подготовиться к этой беременности? Занимались любовью? Этого недостаточно! – упрекала беременных моя акушерка Анечка еще в 2003 году. Я до сих пор цитирую ее на приеме, вспоминая гневно сдвинутые бровки и строгий взгляд.

Страница 1 из 2 | Следующая страница

- Все посты врача-гинеколога