

## **HARMONOGRAM KONTROLI Kobiet Ciężarnych**

### **DO 10 TYGODNIA CIĄŻY lub w chwili pierwszego zgłoszenia:**

- dokumentacja – założenie karty ciąży;
- pomiar ciśnienia tętniczego krwi;
- określenie wzrostu i waga ciała;
- przekazanie informacji o możliwości wykonania badań w kierunku wad genetycznych;
- propagowanie zdrowego stylu życia i nawyków żywieniowych w tym spożywania alkoholu i innych używek.

### **OD 11 DO 14 TYGODNIA CIĄŻY:**

- pomiar ciśnienia tętniczego krwi;
- pomiar masy ciała;
- ocena ryzyka ciążowego;
- ocena ryzyka depresji;
- propagowanie zdrowego stylu życia.

### **OD 15 DO 20 TYGODNIA CIĄŻY:**

- pomiar ciśnienia tętniczego krwi;
- pomiar masy ciała;
- ocena ryzyka ciążowego;
- propagowanie zdrowego stylu życia.

### **OD 21 DO 26 TYGODNIA CIĄŻY:**

- rozpoczęcie edukacji przedporodowej;
- pomiar ciśnienia tętniczego krwi;
- pomiar masy ciała;
- ocena ryzyka ciążowego;
- propagowanie zdrowego stylu życia;
- ocena czynności serca płodu.

### **OD 27 DO 32 TYGODNIA CIĄŻY:**

- pomiar ciśnienia tętniczego krwi;
- pomiar masy ciała;
- ocena ryzyka ciążowego;
- propagowanie zdrowego stylu życia;
- ocena czynności serca płodu.

### **OD 33 DO 37 TYGODNIA CIĄŻY:**

- pomiar ciśnienia tętniczego krwi;
- pomiar masy ciała;
- ocena ryzyka ciążowego;
- ocena ruchów płodu;
- propagowanie zdrowego stylu życia;
- ocena czynności serca płodu;
- ocena ryzyka i nasilenia depresji;
- pierwsza pomoc noworodka.

**OD 38 DO 39 TYGODNIA CIĄŻY:**

- pomiar ciśnienia tętniczego krwi;
- pomiar masy ciała;
- ocena ryzyka ciążowego;
- ocena czynności serca płodu;
- ocena ruchów płodu.

**PO 40 TYGODNIACH CIĄŻY:**

- pomiar ciśnienia tętniczego krwi;
- pomiar masy ciała;
- ocena ryzyka ciążowego;
- ocena ryzyka ciążowego;
- przy prawidłowym KTG i przy prawidłowym odczuwaniu ruchów płodu;
- ustalenie terminu następnej wizyty i daty hospitalizacji.