

## **Медикаментозная и немедикаментозная терапия, диетотерапия**

Немедикаментозный методы:

Диета при жалобах на тошноту и рвоту. Диета включает: дробное питание, малыми порциями, исключение из рациона жирных, жареных блюд, шоколада, острых блюд, газированных напитков, кофе, крепкого чая. Избегать положений тела, способствующих возникновению изжоги, соблюдение диеты, ношение свободной одежды, не давящей на область желудка, при жалобах на изжогу

1. Увеличение двигательной активности и добавление пищевых волокон (продукты растительного происхождения) в рацион питания при жалобах на запоры и геморрой
2. эластическая компрессия нижних конечностей при жалобах на варикозное расширение вен нижних конечностей
3. Соблюдение режима физической активности, ношение бандажа

**Медикаментозные методы коррекции жалоб, возникающих во время нормальной беременности:**

Препараты с антацидным действием (АТХ антациды) при жалобах на изжогу и отсутствии эффекта от соблюдения диеты и образа жизни

**Назначение витаминов и микроэлементов**

1. Назначить пациентке, планирующей беременность (на прегравидарном этапе), за 2-3 месяца до наступления беременности и на протяжении первых 12 недель беременности пероральный прием фолиевой кислоты\*\* в дозе 400-800 мкг в день с целью снижения риска дефекта нервной трубки у плода

2. Назначить пациентке, планирующей беременность (на прегравидарном этапе), за 2-3 месяца до наступления беременности и на протяжении всей беременности пероральный прием препаратов йода (калия йодида\*\*) в дозе 200 мкг в день с целью устранения йодного дефицита для профилактики нарушений нейrogenеза у плода
3. Назначить беременной пациентке группы высокого риска гиповитаминоза пероральный прием колекальциферола\*\* на протяжении всей беременности в дозе 500-1000 МЕ в день с целью профилактики дефицита витамина D для снижения риска акушерских осложнений