

БЕРЕМЕННОСТЬ

# Чек-лист: что взять при постановке на учёт

Документы, анализы, вещи. Что подготовить перед первым визитом в женскую консультацию.

## Документы

### ЧЕК-ЛИСТ

#### Документы

- Паспорт
- Полис ОМС
- СНИЛС
- Медкарта от терапевта
- Если были беременности – выписки и данные о родах/выписках
- Результаты анализов, если уже сданы (в частной клинике)



## Что стоит взять

### ЧЕК-ЛИСТ

#### Что стоит взять

- Тетрадь или приложение для записей
- Список вопросов к врачу
- Перекус и воду – очереди бывают длинные
- Носки (для осмотра)
- Комфортная одежда, которую легко снимать

## Информация для врача

Подготовьте ответы:



## ЧЕК-ЛИСТ

### Информация для врача

- Первый день последней менструации
- Особенности цикла (регулярный, длительность)
- Предыдущие беременности, роды, выкидыши
- Хронические заболевания
- Аллергии на лекарства
- Лекарства, которые вы сейчас принимаете
- Болезни в семье (диабет, генетические, сердечно-сосудистые)
- Принимаете ли [фолиевую кислоту](/analizy/folievaya-kislota/)

### Что обсудить с врачом

- План ведения беременности
- Когда следующий визит
- Какие анализы сдать в ближайшее время
- Что делать при тревожных симптомах
- Можно ли продолжать ваши лекарства
- Физическая активность — что можно, что нет



- Питание, витамины, БАДы

## После визита

### ЧЕК-ЛИСТ

#### После визита

- Записать рекомендации
- Записаться на первое УЗИ
- Сдать назначенные анализы
- Назначить следующий приём

## К какому врачу в первом триместре

- **Акушер-гинеколог** — ведёт беременность на всех этапах, определяет сроки анализов и скринингов.
- **Женская консультация** — плановое наблюдение по ОМС.
- **Терапевт при беременности** — оценивает хронические заболевания и совместимость препаратов.

## Что не стоит делать без врача

- Отменять назначенные препараты и витамины.



- Пить «для профилактики» БАДы и травы – часть из них противопоказана при беременности.
- Делать УЗИ «на память» чаще плановых сроков.

## Дисклеймер

*Рекомендации при беременности индивидуальны. Персональный план ведения составляет ваш акушер-гинеколог. Страница – справочный ориентир.*

---

Распечатано с сайта [gotovkvrachu.ru](http://gotovkvrachu.ru)

