

tydzień po tygodniu

kalendarz ciąży



9fashion

Kalendarz ten obejmuje tygodnie rozwoju Twojego dziecka. Pamiętaj każdy z nas jest wielką indywidualnością, co objawia się nawet we własnym tempie rozwoju. Dlatego omawiane tygodnie to pewne uogólnienie opracowane na podstawie wielu obserwacji. Twój maluch niektóre cechy może osiągać szybciej inne troszkę później, tak jak w życiu poza płodowym.

Ponadto Twoja ciąża jest średnio o dwa tygodnie starsza, (niż faktyczny wiek dziecka), bo liczona od ostatniej miesiączki. (dzieje się tak dlatego, że owulacja występuje ok. 14 dnia cyklu, choć jest to w dużej mierze sprawa indywidualna. Nie wiadomo więc kiedy dokładnie dochodzi do zapłodnienia. Z tego powodu uproszczono określanie wielkości ciąży licząc jej czas od ostatniej menstruacji.)

PIERWSZY TRYMESTR CIĄŻY (TYGODNIE 1- 12)

1 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Zygota czyli komórka, która powstała tuż po zapłodnieniu ulega natychmiastowym podziałom tworząc 16 komórkową strukturę, w której poszczególne komórki utworzą organizm Twojego dziecka, błony płodowe i łożysko. Pod koniec tego tygodnia ciąży nowe życie dociera do macicy jako ok. 100 komórkowa blastocysta. Gdybyś bardzo pragnęła dziecka i była niecierpliwa to już pod koniec tego tygodnia ciąży mogłabyś zrobić test ciążowy. W niektórych przypadkach wynik byłby pozytywny (ale jest to rzadkość).

2 TYDZIEŃ CIĄŻY:

To żmudny proces zagnieżdżania się blastocysty w błonie śluzowej macicy. Tworzą się pierwsze kosmki wnikające w endometrium – część z nich przekształci się w mikrokosmki, z których za kilka tygodni rozwinie się łożysko. Do tego momentu, niezbędne przez cały ten czas, składniki odżywcze dostarczane będą wraz z wydzielinami gruczołów macicznych. Pod koniec tego tygodnia rozwijający się organizm jest już widoczny gołym okiem i ma lekko ponad 1 mm.

3 TYDZIEŃ CIĄŻY:

To przełomowy okres ponieważ pojawiają się 2 fałdy, z których jedna jest głowowa a druga ogonowa. Tworzone są naczynia krwionośne i zawiązki serca oraz układu moczowego. Zaczyna się kształtować układ nerwowy przechodząc z tzw. płytki w rynienkę a potem w cewę nerwową. W tym stadium rozwojowym mówimy już o zarodku (embryonie), który przypomina kijankę i razem z otaczającymi go błonami ma ok. 1 cm.

4 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Zaczynają powstawać zawiązki rączek i nóżek a ciało embrionu przypomina półksiężyc. Kształtują się 3 pierwotne pęcherzyki mózgowo oraz zawiązki wątroby, trzustki, tchawicy oraz płuc. Małeństwo razem z błonami ma 2-3cm a sam zarodek 4-5 mm. Przez pierwszy miesiąc płód powiększył się 10 tys. razy.

5 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Wyraźnie wyodrębnia się głowa a w niej twarz. Na końcach zawiązków kończyn zaczynają kształtować się stopy i dłonie. Powstają płaty przyszłych płuc. Pojawia się tkanka chrzęstna i mięśniowa. Ogonek zaczyna zanikać. Małeńki człowieczek zamieszkujący Twój brzuch waży ok. 0,25 g , mierzy 7-10 mm i przypomina piłeczkę.

6 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Największą częścią ciała, które prostuje się, staje się głowa. Rączki i nóżki wydłużają się oraz uzyskują zdolność zginania się. Na zawiązkach stóp i dłoni powoli uwidaczniają się paluszki. Maluszek porusza się energicznie i zaczyna reagować na różne bodźce, np. światło i hałas. Osiąga wielkość 1,5 cm.

7 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Widoczne są już uszy! Także oczy stopniowo się rozwijają pokrywając powiekami. Powstają załączki zębów. Dziecko garbi się i prostuje, co zapewnia elastyczność jego kręgosłupowi. Układ nerwowy różnicuje się. Tworzą się mięśnie szkieletowe, których praca zależna jest od naszej woli. Połówki nosa (a także warg) zrastają się, tworząc czubek. Rozwijają się kubki smakowe. Dziecko waży 2,5 g i ma ok. 2 cm długości siedzeniowej tj. od czubka głowy do pupy.

8 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Pod koniec tego tygodnia zarodek staje się płodem. Choć serce bije od kilku tygodni, to dopiero teraz wystarczająco głośno by lekarz mógł je usłyszeć za pomocą specjalnego aparatu. Jego ilość uderzeń na minutę wynosi 150 – 180. Ma też prawidłową czterokomorową strukturę. Kształtują się charakterystyczne rysy twarzy. Dziecko sporo urosło, ponieważ jego całkowita długość wynosi 4 cm, z czego połowę stanowi głowa (na tej podstawie widzimy jak szybko rozwija się ludzki mózg)

9 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Dziecko ma już wszystkie części ciała, choć niektóre zmieniają jeszcze swoje położenie. Jego stopki i dłonie zaróżowiają się. Wykształciły się organy płciowe, choć ostateczny proces ich ukształtowania jeszcze trwa. Powieki ostatecznie się formują, pozostaną jednak zamknięte do przełomu 6 i 7 miesiąca. W tym tygodniu Twoje dziecko osiąga 5 cm i waży 10-15 g.

10 TYDZIEŃ CIĄŻY:

W wątrobie i śledzionie powstaje krew, a nerki zaczynają wytwarzać mocz. Zaczynają kształtować się mięśnie jelit co pozwoli przesunąć się pokarmowi w układzie trawiennym. Płód ma wielkość 6-7 cm i waży mniej niż 30 g tyle co spora śliwka. Głowa nadal stanowi połowę wielkości jego ciała (kiedy się urodzi będzie to $\frac{1}{4}$).

11 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Dziecko umie sięgnąć do twarzy, potrafi obracać dłoń i wykonywać chwytne ruchy, rozstawia paluszki stóp. Ćwiczy nieustannie mięśnie twarzy – gdybyśmy mogli je podpatrzeć dostrzeglibyśmy nieporadny uśmiech – otwiera i zmyka usta. Jest bardzo aktywne – w bezruchu pozostaje zaledwie 13 minut na dobę. Oczy, przełyk, krtań, tchawica i struny głosowe są już na właściwym miejscu. Również uszy przesunęły się na boki głowy, bo do tej pory znajdowały się na szyi! Utworzyły się szczęki a podniebienie zamknęło. Maluszek osiągnął „zwrotną” wagę 50 g i długość 7-8 cm.

12 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Twoje dziecko ma już całkowicie ludzką postać tyle, że bardzo zminiaturyzowaną. Jego kończyny są zupełnie ukształtowane, choć dłoń ma zaledwie 6 mm (na końcach paluszków pojawiają się paznokietki). Podbródek i nosek są już bardzo dobrze widoczne. Dziecko umie przełykać wody płodowe a fakt poruszania górną wargą świadczy o umiejętności ssania. Składniki odżywcze dostarczane a do malucha pępowiną – tędy też usuwane są zbędne resztki przemiany materii. Twój syn lub córka waży między 50 a 60 g i mierzy 8-9 cm.

DRUGI TRYMESTR CIĄŻY (TYGODNIE 13-24)

13 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Twój maluszek właśnie nauczył się podnosić i prostować główkę. Jego nóżki znacznie się wydłużają. Coraz częściej porusza kończynami. Jest wciąż bardzo mały: 11 cm długi i niecałe 90 g ciężki.

14 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Maluch powoli zaczyna tyć – tkanka tłuszczowa utrzymuje właściwą temperaturę ciała, gdyż jej komórki potrafią wytwarzać ciepło. Jeśli nosisz w sobie córkę to właśnie teraz specjalna grupa tkanek zaczyna formować jej macicę i pochwę. Jeśli to syn to te same tkanki ukształtują się w penis i prostatę. Dziecko waży 110 g i ma długość siedzeniową 12 cm.

15 TYDZIEŃ CIĄŻY:

W tym czasie kształtują się niepowtarzalne linie papilarne. Grube jelito znajduje się na tylnej ścianie brzucha (w 8 tygodniu było za duże by się w ogóle w nim zmieścić i znajdowało się w pępowinie!). Powoli zaczyna odkładać się smółka, którą dziecko wydzieli po porodzie (jest to płyn owodniowy, który łączy się z martwymi komórkami i wydzielinami jelit). Jego waga to ok. 150 g a wzrost 15 cm.

16 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Ciało względem głowy zaczyna się intensywnie wydłużać. Jeśli jest to dziewczynka to jej układ rozrodczy został już całkowicie ukształtowany. Pochwa, macica, jajowody i jajniki są już na swoim miejscu. Te ostatnie zawierają ponad 6 milionów prymitywnych komórek jajowych (kiedy się urodzi będzie ich tylko ok. 1 miliona). W przypadku chłopca zewnątrz narządy płciowe stałe rosną i już wkrótce widoczna będzie moszna. Dziecko waży 200 g i ma długość 17 cm. Mniej więcej w tym okresie zaczyna być produkowana maź płodowa.

17 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Mózg pracuje nieustannie rozwijając ośrodki nerwowe odpowiedzialne za wszystkie zmysły. Maluszek coraz intensywniej reaguje na dźwięki (wnętrze ucha wewnętrznego jest już całkowicie ukształtowane a całe uszy pod koniec 4 miesiąca mają już prawie ostateczny wygląd), światło czy smak płynu owodniowego. Już teraz możesz poczuć, kiedy ma czkawkę. Jego płuca są niemal w pełni ukształtowane, choć by podjęły pracę musi się wytworzyć odpowiednia ilość surfaktantu (dopiero w 8 miesiącu). Dziecko waży 225-270 g i osiągnęło 21 cm.

18 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Serce bije coraz mocniej i głośniejsze tak, że w niektórych przypadkach można je usłyszeć nawet przy użyciu zwykłego stetoskopu! Kształtuje się dobowy rytm i dziecko regularnie zaczyna budzić się i zasypiać. Ma też swoją ulubioną pozycję snu! Waży 320 g i ma ok. 22,5 cm, czyli tyle co...banan!

19 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Cieniutkie włoski na łukach brwiowych nie zawierają pigmentu i są śnieżnobiałe. Dziecko potrafi je marszczyć. Rączki i nóżki mają już właściwe proporcje i maluch bez wytchnienia je trenuje: rozciąga, kopie czy klaszcze. Paznokietki stale rosną, ale nie wykształciły się jeszcze poduszeczki opuszków. Wyraźnie widać, że dziecko bardziej intensywnie rośnie wzdłuż (ma ok. 25 cm) niż przybiera na wadze (ta wynosi ok. 350 g i tylko 1% stanowi w niej tłuszcz).

20 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Teraz zaczyna się proces odkładania tłuszczu(waga wzrośnie do 460 g). Maluch słyszy już zupełnie dobrze, bo stwardniały kostki w jego uszach. Wygląda też jak normalny noworodek tyle, że jest mniejszy (dł. siedzeniowa 19 cm).

21 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Skóra Twojego dziecka nadal jest cienka, przezroczysta i pomarszczona, dlatego widać przez nią wyraźnie wszystkie organy wewnętrzne, kości i naczynia krwionośne. Wszystkie części oka rozwinęły się, tylko tęczówka jeszcze się nie zabarwiła. Choć nabierze barwy do końca ciąży, to jej ostateczny odcień ustali się dopiero po porodzie. Mały „ruchliwiec” waży 600 g i mierzy 25-28 cm.

22 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Pod skórą, która nadal nie jest jeszcze w pełni ukształtowana zaczynają tworzyć się małe naczynia krwionośne zwane włosowatymi dzięki, którym dziecko nabierze tak charakterystycznego dla noworodków koloru różowego. Od czubka głowy do pupy mierzy 21 cm zaś waży 630 g.

23 TYDZIEŃ CIĄŻY:

W tym tygodniu otwierają się nozdrza dzięki temu dziecko będzie mogło ćwiczyć „oddychanie” przy użyciu mięśni i płuc wciągając i wypychając płyn owodniowy. Odruch ssania jest bardzo silny, dziecko angażuje przy okazji mięśnie ust i języka używane potem przy jedzeniu. Waży ok. 330 g a mierzy mniej więcej 33 cm.

24 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Zazwyczaj powieki dziecka już się otwierają i jest ono w stanie rozróżnić subtelności związane z pojawianiem się światła czy cienia. Kiedy się poruszasz jest kołysane dlatego często zasypia. A ponieważ śpi w ciągu dnia, kiedy Ty się kładziesz ono zaczyna swój „dzień” – stąd wiele kobiet skarży się na problemy ze spaniem. W tym tygodniu prawie nie rośnie wzdłuż za to przybiera na wadze ok. 100 g.

TRZECI TRYMESTR CIĄŻY (TYGODNIE 25-38)

25 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Czy wiesz, że zapis fal mózgowych Twojego dziecka świadczy o tym, że ono reaguje nie tylko na dźwięki dobiegające z wnętrza Twojego ciała, ale też te z otaczającego Cię świata? Powoli zaczyna zwiększać się ilość surfaktantu dzięki, któremu płuca się nie skleją podczas pierwszego oddechu.. Od tego tygodnia maluch bardzo intensywnie zaczyna przybierać na wadze osiągając wagę ok. 1 kg. Długość siedzeniowa wzrasta do 25 cm.

26 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Mózg twojej pociechy na tyle się rozwinął, by samodzielnie regulować temperaturę ciała. Oczywiście będzie w tym wspomagany przez szybko gromadzącą się tkankę tłuszczową, dzięki której masa dziecka wzrośnie do 1200 g (mimo to stanowi ona zaledwie 2-3% całej masy). Tkanka ta wpływa również na to, że skóra staje się jaśniejsza i bardziej gładka. Na powiekach wyrastają rzęsy. Maluch gdyby mógł już wyprostować nogi miałby ponad 40 cm

27 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Mózg rozpoczyna proces fałdowania by w zwojach pomieścić jak największą liczbę komórek mózgowych. Dziecko razem z nogami mierzy ok. 43 cm i waży ok. 1350 g.

28 TYDZIEŃ CIĄŻY:

W tym tygodniu maluszek znów prawie wcale nie rośnie, ponieważ koncentruje się na przybieraniu masy tak, by pod koniec tego tygodnia osiągnąć ponad 1,5 kg. Ten czas jest też przełomowy w produkcji krwi, ponieważ całkowicie tę funkcję przejmie już szpik kostny. Dziecko przyjmuje tzw. pozycję płodową (z podgiętymi nóżkami).

29 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Duża grupa dzieci właśnie teraz obraca się już główką w dół, ale nie znaczy to, że musi pozostać tak już do porodu. Są i takie, które jeszcze kilka razy zmieniają pozycję przed porodem. Na razie swobodnie może jeszcze fikać koziółki w ok. 1 litrze płynu owodniowego (w miarę jak dziecko rośnie płynu ubywa). Twój szkrab waży między 1600 a 1800 g i razem z nogami ma ok. 46 cm.

30 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Dziecko w pełni wyczuwa swoje palce u stóp kiedy je chwytą podczas zabawy. Gdyby w łóżysku mogło pojawić się powietrze maluch w pełni używałby swojego zmysłu powonienia. Jego mózg w tym tygodniu rozwija się tak intensywnie, że obwód główki wzrasta aż o 1,25 cm.

31 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Jeśli w Twoim brzuchu zamieszkuje syn, to właśnie teraz jego jąderka zstępują do moszny. Dziecko porusza się rzadziej ponieważ zaczyna mu się robić ciasno: dł. siedzeniowa to już 39-42 cm zaś waga osiąga przedział 2130-2260 g. Niezależnie jakie będzie miało w przyszłości oczy na chwilę obecną mają ono kolor niebieski.

32 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Jeśli Twój dzidziuś nie odwrócił się do tej pory pupa do góry to może zrobić to właśnie teraz, choć ok. 4% dzieci robi to trochę później, bo dopiero w 35 tygodniu (choć są i takie które odwrócą się tuż przed samym porodem lub nie odwrócą wcale). Dziecko nieustannie przybiera na wadze, dlatego jego podskórna wyściółka tłuszczowa stanowi już 8% masy. Do końca tygodnia powinno osiągnąć masę ok. 2,5 kg i długość 42,5-47 cm.

33 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Główka Twojego maleństwa jest już przygotowana do porodu – kości czaszki nie tworzą zamkniętej kopuły i będą takie nawet po porodzie. Są to raczej osobne płytki kości połączone tkanką łączną. Taka budowa umożliwia wytrzymanie ucisku jaki powstaje podczas przeciskania się przez bardzo wąski kanał rodny. Poza tym mózg dziecka rośnie jeszcze po urodzeniu więc całkowicie zamknięta czaszka

34 TYDZIEŃ CIĄŻY:

W tym czasie Twój potomek przybiera dziennie ok. 14 g (głównie z powodu nowo powstającej tkanki tłuszczowej), by pod koniec tygodnia osiągnąć ok. 2950 g.

35 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Trwa permanentne przygotowanie Twojego dziecka do porodu. Malec ciągle się zmienia: włosy na główce, jeżeli już się pojawiły, to stają się dłuższe i grubsze. Lanugo powoli zaczyna zanikać, choć po porodzie może się utrzymywać jeszcze delikatny meszek – głównie na ramionach i plecach. Maluszek w tym tygodniu charakteryzuje się bardzo silnym uchwytem dłoni. Waży ok. 3170 g i jest długi na ok. 50 cm.

36 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Płuca nadal ciężko pracują by przygotować się do samodzielnej pracy. Dziecko już mało co rośnie wzdłuż. Obwody główki i brzuszka zazwyczaj zrównują się (choć do tej pory to obwód głowy był większy).

37-38 TYDZIEŃ CIĄŻY:

Dla Ciebie i Twojego dziecka zbliża się wielki finał. Maluszek ma już praktycznie długość taką jaką będzie miał w chwili narodzin – średnio 52 cm. Nadal jednak przybiera na wadze (tkanka tłuszczowa osiągnęła 16% wagi całego ciała), by w chwili narodzin mieć ok. 3400 g (dziewczynki zwykle rodzą się mniejsze i lżejsze, ale nie jest to regułą). Leży sobie ciasno zwinięty a jego organizm jest już całkowicie gotowy na trudy porodu i spotkanie ze światem zewnętrznym.

Na spotkanie z Tobą!

Uwaga: Wszelkie informacje zawarte w tej publikacji służą wyłącznie celom informacyjnym. Problemy zdrowotne należy konsultować z lekarzem specjalistą.