

VÝVOJ JEDINCE A TĚHOTENSTVÍ

Těhotenství:

VÝVOJ ZÁRODKU

1. EMBRYO - začátek zárodku
2. 3 TÝDNY - zárodek má velikost zrnka rýže
3. 2 MĚSÍCE - začíná podoba člověka
4. 3 MĚSÍCE - PLOD - z placenty odebírá živiny, minerální látky, kyslík a vodu
5. 5 MĚSÍCŮ - PLOD - se pohybuje v plodové vodě
6. 9 MĚSÍCŮ - POROD = konec těhotenství

Plodová voda - ochranné prostředí plodu

Pupeční šňůra - umožňuje vést krev z placenty k plodu a zpátky

Placenta - spojuje plod s tělem matky pupeční šňůrou

Ultrazvuk -lékařský přístroj -sleduje plod v matčině těle -umožňuje zjistit i pohlaví dítěte

Výživa v těhotenství - **příjem** vitaminů, mléčných výrobků, ovoce, zeleniny
- **omezení** sladkostí, tučných jídel, kávy
- zvýšení příjmů potravy, pitný režim 1,5 - 2l denně

Těhotenství škodí – kouření, pobyt v zakouřených místnostech, alkohol, drogy, některé léky, nošení těžkých věcí

Těhotenství prospívá - pobyt na čerstvém vzduchu, pohyb, dostatek spánku, pitný režim, pravidelná strava, dodržování hygieny, návštěvy u lékaře, klidné prostředí

Sexuální styk s osobou mladší 15 let - dle našeho zákona je trestný.