**О важности прегравидарной подготовки**

Подготовка к беременности заблаговременно до ее наступления необходима обоим будущим родителям, поскольку и мужчина, и женщина в равной мере обеспечивают эмбрион генетическим материалом и совместно несут ответственность за здоровье ребенка.

**Прегравидарная подготовка** - комплекс профилактических мероприятий, направленных на минимизацию рисков при реализации репродуктивной функции конкретной супружеской пары.

Главная задача прегравидарной подготовки - корригировать имеющиеся нарушения здоровья родителей с тем, чтобы пара вступила в гестационный период в наилучшем состоянии здоровья и полной психологической готовности.

Прегравидарное консультирование необходимо проводить всем женщинам репродуктивного возраста на любом плановом и внеплановом визите к врачу акушеру – гинекологу, если пациентка не использует надежную контрацепцию, либо не против беременности.

Преконцепционная оценка факторов риска и коррекция выявленных нарушений - наилучший способ снижения вероятности неблагоприятных акушерских и перинатальных исходов.

Целесообразно соблюдать следующий порядок действий:

1. Прегравидарное консультирование. Цель - мотивация пары на осознанную подготовку к будущей беременности. Врач дает рекомендации по модификации образа жизни.  
2. Первичное обследование. Цель - выявить возможные факторы риска.  
3. Рутинные профилактические рекомендации всем условно здоровым парам. В числе основных назначений - коррекция распространенных в популяции дефицитных состояний по микронутриентам (витамины и микроэлементы). При необходимости - вакцинация против краснухи, ветряной оспы и кори, гриппа и новой коронавирусной инфекции. В случае конфликтной резус-принадлежности половых партнеров проводятся мероприятия для профилактики и защиты плода от последствий резус-конфликта.  
4. Углубленное обследование и лечебно-профилактические мероприятия, основанные на выявленных факторах риска при первичном обследовании: женщин с отягощенным анамнезом (в том числе акушерско-гинекологическим), а также при нарушениях состояния здоровья будущего отца (в том числе при нарушении фертильности).

Отметим, что первичное обследование целесообразно проводить как минимум за 3 месяца до предполагаемого зачатия.

Врачом акушер-гинекологом БУЗ ВО «Вологодская ЦРБ» формируется индивидуальный план мероприятий при подготовке к беременности с привлечением (при  необходимости) смежных специалистов с проведением прегравидарных консилиумов.