

## Полностью вы не восстановитесь: учёные выяснили, как рождение ребёнка влияет на здоровье

В рамках недавнего исследования биологи из Института науки Вейцмана и женской больницы Хелен Шнайдер в Израиле, Медицинской школы Йельского университета в США изучили, сколько времени нужно организму женщины, чтобы вернуться в норму после родов. Для этого они использовали данные более 300 000 родов в Израиле.

Эксперты выяснили, как меняются тела рожениц за 4,5 месяца до зачатия и через 1,5 года после родов. Были собраны результаты 76 различных типов тестов, измеряющих уровень холестерина, крови, иммунных клеток, воспаление, здоровье печени, почек и костей и многое другое у женщины, которые родили здоровых детей в период с 2003 по 2020 год.

Обнаружилось, что только 47% показателей здоровья из результатов тестов стабилизировались в течение месяца после родов. Ещё 12% маркеров пришли в норму в период от 4 до 10 недель после родов, а оставшийся 41% - за более чем 10 недель. Самая длительная задержка была у маркера здоровья костей и печени: ему для восстановления нужно было более года (56 недель).

Стабилизация многих других маркеров заняла множество месяцев. К ним относились в том числе холестерин, фолиевая кислота, эритроциты, некоторые показатели гормонального и иммунного здоровья.

Вместе с тем некоторые показатели здоровья стабилизировались, но не вернулись к уровню до беременности даже через 1,5 года после родов. Это в том числе некоторые маркеры воспаления и здоровья крови.

Материалы новостного характера нельзя приравнивать к назначению врача. Перед принятием решения посоветуйтесь со специалистом.