

# Credo di essere... **incinta!**

## Sette indizi a cui porre attenzione

**T**esoro, sono in ritardo! La mancanza della mestruazione (amenorrea) è un segnale concreto di gravidanza, soprattutto quando il ciclo è regolare ed i rapporti sessuali si hanno nei giorni fertili.

**Quali sono i segni premonitori di una gravidanza iniziale?**

Un ritardo mestruale non significa sempre che si aspetti un bambino, quindi è bene porre attenzione anche ad altri indizi, che rivelano gravidanza iniziale.

**1. Piccole perdite di sangue:** sono possibili dopo 8-10 giorni dal concepimento (sono l'eccezione più che la norma). L'embrione si sta annidando nell'endometrio, mucosa che riveste la parete interna dell'utero.

**2. Maggiore sensibilità del seno:** condizione comune nei giorni precedenti le mestruazioni, ma anche nelle prime fasi della gravidanza. È riconducibile all'aumento del progesterone.

**3. Tanta stanchezza:** anche se generica, può essere legata all'inizio della gravidanza, per il rapido aumento dei livelli ormonali. Può succedere di addormentarsi di colpo dopo cena o di non riuscire a vedere un film per intero: forse la natura ram-

menta di riposare.

**4. Voglie e nausea mattutine:** desiderare alimenti strani e rifiutarne altri, che prima si preferivano, è forse un modo con cui la natura ci spinge ad assumere le sostanze nutritive più indicate al nostro corpo.

**5. Gonfiore addominale:** spesso associato a pesantezza di stomaco, è causato dai cambiamenti ormonali della gravidanza.

**6. Frequente voglia di urinare:** è un sintomo presente fin dall'inizio della gravidanza, ma diventa più comune con il suo progredire a causa della pressione dell'utero gravidico sulla vescica.

**7. Crampi addominali:** sono simili a quelli mestruali. All'inizio della gravidanza sono piuttosto comuni. Possono preoccupare, se sono severi ed accompagnati a perdite di sangue.

A questo punto un test di gravidanza dovrebbe emettere un risultato positivo. Se il test fornisce un esito negativo, sarà bene ripeterlo dopo una settimana. ●

