

8. Если отошли воды, сразу лягте, приподнимите таз и звоните 120 (номер скорой помощи в Китае). Не ходите и не мойтесь

Выгодность исходной версии: очень высокая

Доказательность В · исходная версия

для жизни

бесплатно

мимоходом

без силы воли

Частично Китай

Аналог в России не найден

Искали в официальных российских источниках (проверено 08.10.2026), прямого аналога не нашли. Это не значит, что его нет. Китайские условия на Россию не переносите.

Оценки выше относятся к исходной версии; отдельная оценка российского варианта не проводилась.

Простыми словами

Китай — исходная версия. Если отошли воды, нельзя неспешно собирать вещи и только потом ехать. Правильно — лечь на месте, подложить что-нибудь под ягодицы и позвонить 120. Если стоять и ходить, околоплодные воды вытекают быстрее, а вместе с ними может выпасть пуповина. Это неотложное состояние, которое может стоить ребёнку жизни.

Затраты

Китай — исходная версия. Бесплатно

Выгода

Китай — исходная версия. Пекинская комиссия по здравоохранению (北京市卫生健康委员会) рекомендует такой порядок действий: когда отошли воды, «сразу найдите место и лягте, чтобы не дать околоплодным водам вытекать», «не ходите без необходимости» и «немедленно позвоните в скорую помощь по номеру 120». Пока ждёте машину, попросите родных привезти вещи и встретиться с вами в больнице. В просветительских материалах медицинских учреждений подробнее объясняется почему: когда женщина стоит, околоплодные воды вытекают быстрее, а вместе с ними может выпасть пуповина плода. Это называется выпадением пуповины и является неотложным состоянием, угрожающим жизни плода.

Поэтому нужно лечь и подложить что-нибудь под ягодицы, чтобы приподнять таз.
Можно лечь на левый бок

Примечания

Китай — исходная версия. Три признака приближающихся родов — регулярные схватки, кровянистые выделения и отхождение вод. При первых двух можно спокойно собрать вещи. Отхождение вод — единственный из этих признаков, при котором нужно «лечь на месте и вызвать машину». Мыться, сидеть на корточках в туалете или самостоятельно вести машину после отхождения вод — типичные ошибки. Запишите время отхождения вод и их цвет, сообщите врачу. Жёлто-зелёные воды или частицы мекония в них указывают на дистресс плода (нехватку кислорода у плода в матке). Если одновременно есть регулярные схватки, заметно уменьшились шевеления плода или появились высокая температура и озноб, тем более нужно подчеркнуть врачу, что это неотложная ситуация

Источники

Китай — исходная версия — источники

1. 北京市卫生健康委员会. 每周急救话题: 准妈妈羊水早破怎样办?
wjw.beijing.gov.cn/bmfw_20143/jkzs/jzjj/202001/t20200115_1575632.html
2. 北京市顺义区妇幼保健院. 孕晚期在家破水怎么办? www.bch-syfy.cn/Html/News/Articles/9453.html