



تعرفي على العلامات التحذيرية العاجلة وكيفية التحدث إلى مقدم الرعاية الصحية المتابع لك.

إذا كنت حاملاً أو وضعت مولودك خلال العام الماضي، فمن المهم التحدث إلى مقدم الرعاية الصحية المتابع لك عن أي شيء لا يبدو جيداً.

إذا واجهت أيًا من هذه العلامات التحذيرية، فعليك الحصول على رعاية طبية على الفور:

- صداع لا يزول أو يزداد سوءاً بمرور الوقت
- غثيان شديد وقيء (ليس مثل غثيان الصباح)
- دوام أو إغماء
- ألم شديد في البطن لا يزول
- أفكار خاصة بإيذاء نفسك أو طفلك
- حركة الطفل توقفت أو تباطأت أثناء الحمل
- تغيرات في الرؤية
- حمى تبلغ 100.4 فهرنهايت أو أعلى
- نزيف مهبلي أو تسرب سائل أثناء الحمل
- تورم مفرط في يديك أو وجهك
- نزيف مهبلي كثيف أو تسرب سائل له رائحة كريهة بعد الحمل
- صعوبة التنفس.
- تورم أو إحمرار أو ألم في ساقك أو ذراعك
- ألم في الصدر أو سرعة في ضربات القلب
- تعب كاسح

استخدمي هذا الدليل للمساعدة في بدء المحادثة:

- شكرًا لك على رؤيتي. أنا/كنت حاملاً مؤخراً.
كان تاريخ آخر دورة/ولادة لي هو _____ ولدي مخاوف خطيرة بشأن صحتي وأود التحدث معك عنها.
- لقد عانيت من _____ (الأعراض) التي تشبه _____ (صفي بالتفصيل) وتستمر _____ (عدد الساعات/الأيام).
- أعرف جسدي وهذا الأمر لا يبدو طبيعياً.

عينة من الأسئلة التي يمكن طرحها:

- ماذا يمكن أن تعني هذه الأعراض؟
- هل هناك اختبار يمكنني إجراؤه لاستبعاد مشكلة خطيرة؟
- في أي مرحلة يجب أن أفكر في الذهاب إلى غرفة الطوارئ أو الاتصال بالرقم 911؟

ملاحظات:

- أحضري مبدئ المحادثة هذا وأي أسئلة إضافية تريدي طرحها على مقدم الخدمة الخاص بك.
- احرصي على إخبارهم بأنك حامل أو كنتِ حاملاً خلال عام.
- أخبري الطبيب أو الممرضة عن الدواء الذي تتناولينه حالياً أو تناولته مؤخراً.
- دوني ملاحظات واطرحي المزيد من الأسئلة حول أي شيء لم تفهمينه.

نصائح:



HEAR

استمع إلى مخاوفها