

Você conhece melhor o seu corpo

Se você apresentar algum sintoma que pareça incomum ou que esteja preocupando você, não o ignore.

HEARTM
OUÇA AS PREOCUPAÇÕES DELA

Conheça os sinais de alerta urgentes e saiba como conversar com o seu médico.

Durante a gravidez

Se você estiver grávida, é importante prestar atenção em seu corpo e conversar com o seu médico se perceber algo errado. Se você apresentar qualquer um desses sinais de alerta materno urgentes, procure assistência médica imediatamente:

Dicas:

- Leve com você essa conversa inicial e todas as outras dúvidas que queira tirar com seu médico.
- Lembre-se de informá-lo que você está grávida ou esteve grávida no último ano.
- Informe ao médico ou enfermeiro todos os medicamentos que você está tomando atualmente ou que tomou recentemente.
- Anote e faça mais perguntas sobre qualquer coisa que não tenha entendido.

Depois da gravidez

Embora seu novo bebê precise de muita atenção e cuidado, é importante permanecer ciente de seu próprio corpo e também cuidar de si mesma. É normal sentir-se cansada e apresentar alguma dor, principalmente nas primeiras semanas após o parto, mas existem alguns sintomas que podem ser sinais de problemas mais sérios.

Saiba mais sobre a campanha Hear Her do CDC em www.cdc.gov/HearHer



Abra este painel e use este guia para ajudá-lo a iniciar a conversa:

Sinais de alerta materno urgentes

Se você apresentar qualquer um desses sinais de alerta, procure assistência médica imediatamente:

- Dor de cabeça severa que não passa ou que piora com o tempo
- Tontura ou desmaio
- Pensamentos de fazer mal a si mesma ou ao bebê
- Alterações na visão
- Febre de 38 °C ou mais alta
- Inchaço extremo das mãos ou do rosto
- Problemas para respirar
- Dor no peito ou ritmo cardíaco acelerado
- Náusea severa e vômito (diferente do enjoo matinal)
- Dor severa na barriga que não passa
- O movimento do bebê parou ou ficou reduzido durante a gravidez
- Sangramento vaginal ou perda de líquido durante a gravidez
- Sangramento ou secreção vaginal intensos com mau cheiro depois da gravidez
- Inchaço, vermelhidão ou dor na perna
- Cansaço excessivo

Esta lista não se destina a abranger todos os sintomas que você possa ter. Se você achar que algo simplesmente está errado, converse com seu médico.

Use esse guia para ajudar a iniciar a conversa:

- Obrigada por me atender.
Eu estou grávida/estive grávida recentemente. A data da minha última menstruação/do parto foi _____, eu estou muito preocupada em relação à minha saúde e gostaria de conversar com você.
- Tenho tido _____ (sintomas) que parecem _____ (descreva em detalhes) e que já duram há _____ (número de horas/dias).
- Eu conheço o meu corpo e isso não parece ser normal.

Exemplos de perguntas a serem feitas:

- O que esses sintomas podem significar?
- Tem algum exame que eu possa fazer para descartar um problema mais grave?
- Qual é o critério para eu considerar ir ao pronto-socorro ou ligar para a emergência?

Observações:

HEARTM
OUÇA AS PREOCUPAÇÕES DELA

Saiba mais sobre a campanha Hear Her do CDC em www.cdc.gov/HearHer

