



Умение слушать и действовать быстро

может спасти ей жизнь

HEAR

ВЫСЛУШАЙ
ЕЕ ОПАСЕНИЯ

Как вы можете помочь?

Если женщина, ожидающая ребенка в настоящее время или недавно пережившая беременность, выражает беспокойство по поводу каких-либо симптомов, которые у нее есть, найдите время, чтобы Выслушать Ее. Если она говорит, что что-то не так, посоветуйте ей обратиться за медицинской помощью. Если она испытываетстораживающие симптомы во время беременности или в послеродовом периоде, ей следует немедленно обратиться за медицинской помощью. Убедитесь, что она сказала, что беременна или была беременна в течение последнего года.

Изучите признаки осложнений, которые могут возникнуть у беременной женщины и требуют неотложной помощи:

- Сильная головная боль, которая не проходит или усиливается со временем
- Головокружение или обморок
- Мысли о причинении вреда себе или своему ребенку
- Изменения в остроте зрения
- Температура 100,4 °F или выше
- Сильный отек рук или лица
- Затрудненное дыхание
- Боль в груди или учащенное сердцебиение
- Сильная тошнота и рвота (*не утренняя тошнота*)
- Сильная боль в животе, которая не проходит
- Остановка или замедление движений ребенка во время беременности
- Вагинальное кровотечение или подтекание жидкости во время беременности
- Тяжелое вагинальное кровотечение или подтекание жидкости с неприятным запахом после беременности
- Сильный отек, покраснение или боль в ноге
- Непреодолимая усталость

Узнайте больше о кампании Центра контроля и профилактики заболеваний «Выслушай Ее» на сайте www.health.ny.gov/HearHer.

Выслушай Ее

Если ваша половинка говорит вам, что что-то не так, вот некоторые основные тезисы, которые помогут в беседе:

Во время беременности

- Трудно сказать, что нормально, если сейчас все меняется. Лучше проверить, стоит ли тебе беспокоиться.
- Важно, чтобы мы поделились информацией с врачом и убедились, все ли в порядке.
- Я с тобой. Давай поговорим с поставщиком медицинских услуг и узнаем, какое лечение тебе необходимо.

После беременности

- Чувствовать усталость и боль после родов считается нормальным, но ты лучше знаешь свой организм. Если что-то беспокоит тебя, тебе нужно поговорить с врачом.
- Хотя новорожденному необходимы внимание и забота, очень важно заботиться о себе тоже.
- Ты не одинока. Я слушаю тебя. Давай поговорим с поставщиком медицинских услуг и узнаем, какое лечение тебе необходимо.



HEAR
ВЫСЛУШАЙ
ЕЕ ОПАСЕНИЯ

Программа разработана Центрами
контроля и профилактики заболеваний.
(Centers for Disease Control and Prevention)

19639 (Russian)



Department
of Health