Aşağıdaki şikayetlerden birisinin bile görülmesi durumunda hemen en yakın sağlık kuruluşuna başvurunuz.

- Şiddetli bulantı, kusma
- Ateş
- Ödem (yüz, el ve ayaklarda şişme)
- Günlük işlerinizi yaparken dahi nefes darlığı ve sık soluma
- Sık idrara çıkma, idrar yaparken yanma ve ağrı, idrarda kan görülmesi
- Şiddetli baş ağrısı
- Görmede bozulma, bulanık görme
- Vajinal kanama
- Doğum sancılarının başlaması
- Ciddi karın ağrısı
- Bebek hareketlerinin hissedilmemesi
- Suyun erken gelmesi
- Sara nöbeti gibi kasılmalar olması

T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
ŞIRNAK
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

Gebelik ve emzirme döneminde demir ilacı kullanmayı ihmal etmeyiniz.

Gebeliğinizde sağlık personelinden danışmanlık alınız (ağız diş sağlığı, beslenme, hijyen, ilaç kullanımı, cinsel yaşam, emzirme, gebeliği önleyici yöntemler vb.)

Doğuma bilgili ve bilinçli hazırlanmak için GEBE BİLGİLENDİRME SINIFLARIMIZDAN ayrıntılı danışmanlık alabilirsiniz.

Gebeliğiniz süresince doğum öncesi bakım hizmetlerini; aile sağlığı merkezleri, hastane ve doğumevlerinden alabilirsiniz.

T.C. Sağlık Bakanlığı
Türkiye Halk Sağlığı Kurumu
Kadın ve Üreme Sağlığı Daire Başkanlığı
www.thsk.gov.tr

Doğum Öncesi Bakım

ANNELİK YOLCULUĞUNA GÜVENLE ÇIKIN!

T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
ŞIRNAK
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

SİZİN VE BEBEĞİNİZİN SAĞLIĞI İÇİN:

Gebe kalmadan önce doktorunuzdan bilgi alınız. Gerekli muayeneleri yaptırınız.

- Sigara kullanmayınız, içilen ortamlardan uzak durunuz.
- Fazla kilolarınızı veriniz.
- Diş kontrol ve tedavilerinizi yaptırınız.
- Anemi (kansızlık) varsa tedavi ettiriniz.
- Kronik hastalığınız (yüksek tansiyon, kalp, şeker, epilepsi (sara) vb) var ise mutlaka kontrol olunuz.

GEBE KALDIĞINIZDA:

En az 4 kez kontrolünüzü yaptırınız.

1. Kontrol: Gebeliğin ilk 14 haftası (ilk 3 ay) içerisinde

2. Kontrol: Gebeliğin 18. - 24. haftaları (4,5 - 5,5 ay) arasında

3. Kontrol: Gebeliğin 28. - 32. haftaları (6,5 - 7,5 ay) arasında

4. Kontrol: Gebeliğin 36. - 38. haftaları (8,5 - 9 ay) arasında

HER KONTROLDE SAĞLIK PERSONELİ:

- Tansiyon ölçümü
- Kilo ölçümü
- Ödem muayenesi
- İdrar ve kan tahlili
- Bebeğin gelişimini tespit etmek için karın muayenesi yapar.

Kontroller sırasında siz ve bebeğiniz için risk oluşturabilecek durumlar erken dönemde tespit edilerek gerekli önlemler alınır.