

Znaki ostrzegawcze w czasie ciąży i po niej — ta wiedza może uratować Ci życie

Słuchaj swojego organizmu i zaufaj swojemu instynktowi.

W trakcie ciąży i nawet przez rok po porodzie w Twoim ciele następuje wiele zmian. Te znaki ostrzegawcze mogą świadczyć o poważniejszych problemach dla Ciebie i Twojego dziecka, stanowiących zagrożenie dla życia.

Silny ból głowy lub zaburzenia widzenia



- Nagły, silny ból głowy
- Ból głowy nasilający się nawet po wzięciu tabletki
- Zaburzenia widzenia

Trudności z oddychaniem



- Trudności z oddychaniem lub uczucie trudności ze złapaniem oddechu

Dyskomfort w klatce piersiowej lub okolicy serca



- Ból w klatce piersiowej
- Kołatanie lub palpitacje serca

Gorączka



- Gorączka wynosząca co najmniej 100,4°F (38°C)

Drgawki



- Ruchy, które są nietypowe, na przykład drżenie lub wstrząsy
- Uczucie dezorientowania

Niepokojące myśli*



- Myśli samobójcze
- Myśli o skrzywdzeniu siebie, dziecka lub kogoś innego

* W przypadku myśli samobójczych u Ciebie lub kogoś znajomego skontaktuj się z NYC Well, aby porozmawiać z konsultantem dostępnym przez całą dobę: Zadzwoń pod numer 888-692-9355, wyślij SMS o treści „WELL” pod numer 65173 lub napisz na czacie na stronie nyc.gov/nycwell.

W przypadku bezpośredniego zagrożenia lub niebezpieczeństwa dla Ciebie lub kogoś znajomego zgłoś się na izbę przyjęć lub zadzwoń pod numer **911**.

Silny ból brzucha lub mdłości



- Silny ból brzucha, który nie mija
- Silne mdłości lub wymioty, wskutek czego nie jesteś w stanie jeść lub utrzymać zjedzonego posiłku

Uczucie omdlewania lub zawroty głowy



- Uczucie omdlewania, omdlenia lub utrata świadomości
- Zawroty głowy lub uczucie oszołomienia, które się powtarzają i nie mijają

Obrzęk



- Zaczerwienienie lub obrzęk ręki bądź nogi, z wrażliwością na dotyk lub ciepłotą w dotyku
- Silne spuchnięcie dłoni i palców, skutkujące trudnością ze zginaniem palców lub niemożnością noszenia pierścionków
- Obrzęk twarzy, z opuchlizną wokół oczu
- Obrzęk ust, warg lub języka

Zmęczenie



- Skrajne zmęczenie, które nie mija po odpoczynku

Zmiana w ruchach dziecka (jeśli jesteś w ciąży)



- Dziecko rusza się słabiej niż zwykle

Krwawienie lub wydzielina z pochwy



- Wydzielina z pochwy o nieprzyjemnym zapachu
- Krwawienie z pochwy lub ciecz wydobywająca się z pochwy (w czasie ciąży)
- Krwawienie z pochwy powodujące przeziębienie co najmniej jednego podkładu w ciągu godziny (po ciąży)
- Skrzepy krwi o wielkości co najmniej jaja (po ciąży)

Problemy z gojeniem rany po cięciu cesarskim lub nacięciu krocza



- Niegojąca się rana po cięciu cesarskim
- Niegojące się nacięcie (pęknięcie) krocza

Słuchaj swojego organizmu. W razie wystąpienia **któregokolwiek** z tych znaków ostrzegawczych skontaktuj się niezwłocznie ze swoim lekarzem lub zadzwoń pod numer **911**.

Aby dowiedzieć się więcej, wejdź na stronę [nyc.gov/health](https://www.nyc.gov/health) i wyszukaj hasło „maternal health” (zdrowie matek).

NYC
Health