

# حمل کے بعد انتباہی علامات کو جانیں — یہ آپ کی زندگی بچا سکتا ہے

زیادہ تر عورتوں کا حمل صحت مند ہوتا ہے، لیکن حمل کے بعد کچھ انتباہی علامات ہوتی ہیں جن کا مطلب آپ اور آپ کے بچے کے لیے زیادہ سنگین، جان لیوا مسائل ہو سکتے ہیں۔ اپنے جسم کی کیفیت کو محسوس کریں۔ اگر آپ ان میں سے کسی بھی انتباہی علامات کا تجربہ کرتی ہیں، تو فوراً اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ سے بات کریں یا 911 پر کال کریں۔

یا کسی اور کو تکلیف پہنچانے کے خیالات\*



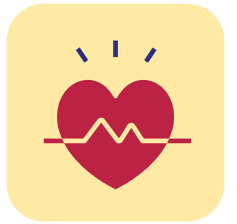
شدید سردرد یا بینائی میں تبدیلی



ایک سرخ یا سوجی ہوئی بازو یا پیر



سینے میں درد یا دل کا بہت تیزی سے دھڑکنا یا دھڑکنوں کا رکنا



سی سیکشن شگاف یا ایپیسٹیٹومی (اندام نہانی کی پھٹن) جو ٹھیک نہیں ہو رہا ہے



100.4 ڈگری Fahrenheit (یا 38 ڈگری Celsius) یا اس سے زیادہ کا بخار



اندام نہانی سے خون بہنا جو فی گھنٹہ ایک یا زیادہ پیڈز میں جذب ہوتا ہے یا خارج ہونے والا مادہ جو زیادہ بھاری ہو یا اس میں بدبو پیدا ہو گئی ہو



دورہ، جس میں آپ کو غیر معمولی حرکات کا سامنا ہو سکتا ہے (جیسے ہلنا یا جھٹکا دینا) اور/یا الجھن



\*اگر آپ یا آپ کا کوئی جاننے والا خودکشی کے بارے میں سوچ رہا ہے، تو 24/7 مشیر سے بات کرنے کے لیے NYC Well سے رابطہ کریں۔ 888-692-9355 پر کال کریں، 65173 پر "WELL" لکھیں یا [nyc.gov/nycwell](http://nyc.gov/nycwell) پر چیٹ کریں۔

اگر آپ کو یا آپ کا کوئی جاننے والا فوری طور پر رسک میں ہے یا فوری خطرے میں ہے، ایمرجنسی روم میں جائیں یا 911 پر کال کریں۔

حمل کے دوران اور اس کے بعد دونوں میں انتباہی علامات پر مزید معلومات کے لیے، اپنے فراہم کنندہ سے "Know the Warning Signs" پام کارڈ کے لیے کہیں، یا [nyc.gov/health](http://nyc.gov/health) پر جائیں اور "maternal health" (زچگی کی صحت) تلاش کریں۔

**NYC**  
Health