



# تعليمات الاتصال المتعلقة بالحمل

## اتصلي بنا

## عاديا (لا حاجة إلى الاتصال)



- الصداع
- مشاهدة نجوم/ومضات ضوئية
- القيء
- الإحساس بشريط ضيق حول الرأس أو أعلى البطن
- ألم في أعلى البطن أو بين لوحَي الكتف
- احتباس السوائل في الوجه فجأة
- تتملم أصابع

في حالة حدوث الأعراض التالية بعد 20 أسبوعاً من الحمل:

- فقدان الدم ولونه أحمر ناصع
- نصيحة: احتفظي بملابسك الداخلية أو حايفة البليل عند فقدان الدم

فقدان الدم



- يشكل فقدان الدم دائماً سبباً للتشاور.
- يمكن اعتبار فقدان دم قليل أمراً عادياً في الحمل.



- كون حركات الطفل أقل من العادي
- تشعرين بأقل من 10 مرات من الحركة خلال ساعتين وأنت مستريحة وبانتباه
- الشعور بالقلق على كمية أو قوة الحركات

حركات الطفل بعد مدة 28 أسبوعاً



- نظام حركات منتظمة معروف بعد مدة 28 أسبوعاً
- نصيحة: تشعرين بحركات الطفل بشكل أكثر وأنت متمددة على الجانب الأيسر



- كون ملابسك الداخلية مبللة باستمرار
- فقدان جرعات من السوائل على الدوام
- فقدان سوائل أخضر / بني اللون

فقدان السوائل قبل 37 أسبوعاً من الحمل



- البول الإفرازات، كذلك في حالة كونها مائية
- بشكل أكثر من المعتاد



- زيادة شدة التشنجات
- هناك انتظام (كل نصف ساعة أو أكثر)
- مؤلم

مخاض كاذب / تشنجات قبل 37 أسبوعاً من الحمل



- مخاض كاذب عند الجهد الجسمي
- مخاض كاذب عند تحرك الطفل
- غير مؤلم
- بدون انتظام



- اتصلي دائماً في حالة الشعور بالقلق
- عدم وضوح المعلومات المزود بها

الشعور بالقلق

