



معاونت بهداشتی
واحد سلامت خانواده و جمعیت

باکنترل عوامل خطر در دوران بارداری و پس از زایمان سلامتی را به مادران باردار و نوزادان هدیه کنیم

عوامل خطر دوران بارداری

- خونریزی یا لکه بینی
- کاهش یا نداشتن حرکت جنین
- آبریزش یا خیس شدن ناگهانی
- درد و ورم یک طرفه ساق و ران
- درد شکم و پهلوها و یا درد سر دل
- سوزش یا درد هنگام ادرار کردن
- استفراغ شدید و مداوم یا خونی
- تب و لرز
- تنگی نفس و تپش قلب
- ورم دست ها و صورت یا تمام بدن
- سردرد و تاری دید
- افزایش ناگهانی وزن (یک کیلو گرم یا بیشتر در هفته)
- عفونت، آبسه و درد شدید دندان

توصیه: استفاده از مکمل ها

قرص اسید فولیک از ابتدای بارداری تا پایان بارداری روزانه یک عدد استفاده شود. قرص آهن و مولتی ویتامین از شروع ماه پنجم تا پایان بارداری روزانه یک عدد استفاده شود.

● مادر گرامی در صورت مشاهده هر کدام از علائم خطر ذکر شده در طی دوران بارداری به مراکز بهداشتی درمانی یا متخصص زنان مراجعه نمایند.



عوامل خطر پس از زایمان

- خونریزی بیش از حد قاعدگی در هفته اول
- درد و سوزش و ترشح از محل بخیه ها
- درد شکم و پهلوها
- افسردگی شدید پس از زایمان
- سوزش یا درد هنگام ادرار کردن
- خروج ترشحات چرکی و بدبو از مهبل
- درد و تورم و سفتی پستان ها
- تب و لرز
- درد و ورم یک طرفه ساق و ران

توصیه: استفاده از مکمل ها

قرص آهن و مولتی ویتامین روزانه یک عدد تا سه ماه پس از زایمان مصرف شود.

- مادر گرامی در صورت مشاهده هر کدام از علائم خطر ذکر شده از بدو زایمان تا ۴۲ روز پس از زایمان به اولین مرکز بهداشتی درمانی یا پزشک متخصص زنان مراجعه نمایید.

تهیه و تنظیم: عزت مظلومی / کارشناس مسئول برنامه مادران
زیرنظر: دکتر علی اکبر کدیور / مدیر گروه واحد سلامت خانواده و جمعیت



معاونت بهداشتی
واحد سلامت خانواده و جمعیت

باکنترل عوامل خطر در دوران بارداری و پس از زایمان سلامتی را به مادران باردار و نوزادان هدیه کنیم

عوامل خطر دوران بارداری

- خونریزی یا لکه بینی
- کاهش یا نداشتن حرکت جنین
- آبریزش یا خیس شدن ناگهانی
- درد و ورم یک طرفه ساق و ران
- درد شکم و پهلوها و یا درد سر دل
- سوزش یا درد هنگام ادرار کردن
- استفراغ شدید و مداوم یا خونی
- تب و لرز
- تنگی نفس و تپش قلب
- ورم دست ها و صورت یا تمام بدن
- سردرد و تاری دید
- افزایش ناگهانی وزن (یک کیلو گرم یا بیشتر در هفته)
- عفونت، آبسه و درد شدید دندان

توصیه: استفاده از مکمل ها

قرص اسید فولیک از ابتدای بارداری تا پایان بارداری روزانه یک عدد استفاده شود. قرص آهن و مولتی ویتامین از شروع ماه پنجم تا پایان بارداری روزانه یک عدد استفاده شود.

● مادر گرامی در صورت مشاهده هر کدام از علائم خطر ذکر شده در طی دوران بارداری به مراکز بهداشتی درمانی یا متخصص زنان مراجعه نمائید.



عوامل خطر پس از زایمان

- خونریزی بیش از حد قاعدگی در هفته اول
- درد و سوزش و ترشح از محل بخیه ها
- درد شکم و پهلوها
- افسردگی شدید پس از زایمان
- سوزش یا درد هنگام ادرار کردن
- خروج ترشحات چرکی و بدبو از مهبل
- درد و تورم و سفتی پستان ها
- تب و لرز
- درد و ورم یک طرفه ساق و ران

توصیه: استفاده از مکمل ها

قرص آهن و مولتی ویتامین روزانه یک عدد تا سه ماه پس از زایمان مصرف شود.

● مادر گرامی در صورت مشاهده هر کدام از علائم خطر ذکر شده از بدو زایمان تا ۴۲ روز پس از زایمان به اولین مرکز بهداشتی درمانی یا پزشک متخصص زنان مراجعه نمایید.

تهیه و تنظیم: عزت مظلومی / کارشناس مسئول برنامه مادران
زیر نظر: دکتر علی اکبر کدیور / مدیر گروه واحد سلامت خانواده و جمعیت