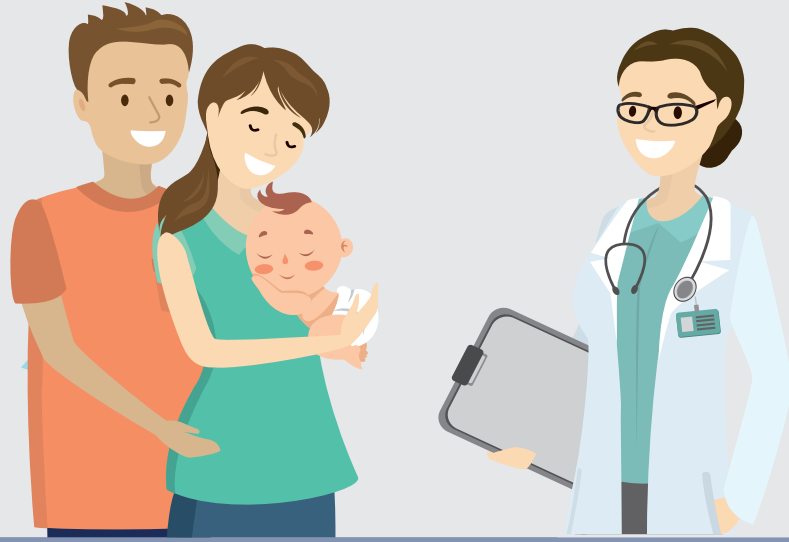
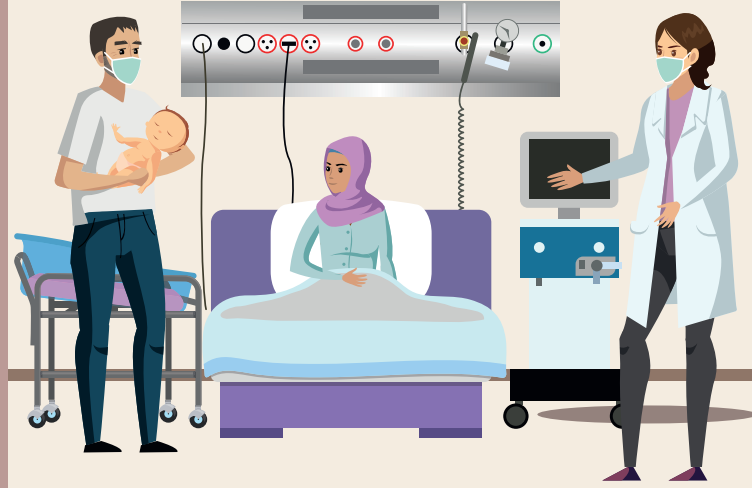


Doğum sonu bakımın önemi:

- Anne ve bebeğin hayatını tehdit edebilecek problemlerin önlenmesi sağlanır.
- Genel vücut ve genital bölgenin bakımı yapılır.
- Anne sütü ve emzirmenin desteklenmesi sağlanır.
- Gebeliği önleyici yöntem danışmanlığı verilir.
- Aşı durumuna göre, tetanoz aşısının tamamlanması sağlanır.



Doğum sonrası kontrollerinizi, doğum yaptığınız hastanelerde, kayıtlı olduğunuz Aile Sağlığı Merkezlerinde ya da size en yakın **Göçmen Sağlığı Merkezlerinde** yaptırabilirsiniz.

Bu yayın, Avrupa Birliği'nin maddi desteği ile hazırlanmıştır. İçerik tamamıyla T.C. Sağlık Bakanlığı'nın sorumluluğu altındadır ve Avrupa Birliği'nin görüşlerini yansıtmak zorunda değildir.

DOĞRU YERDEN, İYİ HİZMET

Daha fazla bilgi ve destek için en yakın **Göçmen Sağlığı Merkezine** gelin.



www.sihhatproject.org



sihhatproject



This project is funded by the European Union.
Bu proje Avrupa Birliği tarafından finanse edilmektedir.
هذا المشروع تم تمويله من قبل الاتحاد الأوروبي.

Hem anne hem bebek için
DOĞUM SONU BAKIM
önemlidir



DOĞUM SONU BAKIM NE ZAMAN YAPTIRILMALIDIR?

Doğum sonrası ilk 24 saatte;

Birinci izlem; 0-1 saatleri arasında

İkinci izlem; 1-6 saatleri arasında

Üçüncü izlem; 6-24 saatleri arasında

Doğum sonrası ilk 24 saatten sonra;

Dördüncü izlem; 2-5. günler arasında

Beşinci izlem; 13-17. günler arasında

Altıncı izlem; 30-42. günler arasında



- Lohusalık döneminde, vücut ve üreme organlarınızın temizliğine, beslenmenize, uykunuza ve dinlenmenize dikkat edin.
- Bilimsel kaynaklara göre, annenin bir sonraki doğuma bedenen ve ruhen kendini hazırlaması için gereken süre **EN AZ 2 YILDIR.**
- Doğum sonrasında, mümkünse eşinizle birlikte istenmeyen gebeliklerin önlenmesi için danışmanlık alarak size en uygun korunma yöntemini seçin.

Doğum sonrası dönemde de Demir ve D vitamini kullanmaya devam ediniz.



Doğum sonrası hangi belirti ve bulgular çok önemlidir?

- Aşırı ve beklenmeyen kanamalar
- Titreme ve ateş
- Nöbet ve kusmalar
- Memede şişlik, kızarıklık, gerginlik ve emzirmede zorluk
- Aşırı karın ağrıları
- Ağrılı idrar yapma ve büyük abdest yapma
- İdrar ve büyük abdest yapamama
- İdrar kaçıрма
- Kötü kokulu akıntı
- Bacak ve baldırda ağrı
- Ani göğüs ağrısı, soluk almada güçlük ve zor soluk alma
- Şiddetli baş ağrısı

BUNLARDAN BİRİNİN VARLIĞI BİLE SAĞLIK PERSONELİNE YA DA SAĞLIK KURULUŞUNA BAŞVURMA NEDENİDİR.