경청 후 신속한 조치

생명을 구할 수 있습니다

HEAR
우려사항 경청

당신은 어떻게 도울 수 있습니까?

임신부 또는 최근에 임신한 여성이 자신이 겪고 있는 증상에 대해 우려를 표현한다면 시간을 내서 그녀의 말을 경청하십시오. 만약 컨디션이 좋지 않다고 말하면 의사에게 진료를 받으라고 조언하십시오. 산모 관련 응급 경고 징후를 경험하고 있다면 즉시 치료를 받아야 합니다. 그녀로 하여금 자신이 지금 임신 중이거나 1년 내에 임신했었다는 사실을 꼭 말하도록 하십시오.

아래의 산모 관련 응급 경고 징후에 대해 알아보세요.

- 사라지지 않거나 시간이 지나면서 심해지는 두통
- 어지러움 또는 기절
- 본인 자신 또는 아기를 해치고 싶다는 생각
- 시력의 변동
- 화씨 100.4˚(섭씨 38˚) 이상의 발열
- 손 또는 얼굴의 극심한 부종
- 호흡 곤란
- 가슴통증 또는 빠르게 뛰는 심장
- 중증 메스꺼움 및 구토 *(입덧과는 다름)*
- 사라지지 않는 중증 복통
- 임신 중 태아의 태동이 멈추거나 느려짐
- 임신 중 질 출혈 또는 체액의 누출
- 임신 후 냄새가 나쁜 심한 질 출혈 또는 체액의 누출
- 다리의 부종, 발적 또는 통증
- 압도적인 피로감

CDC의 경청 캠페인에 대한 추가 내용은 **www.cdc.gov/HearHer**에서 확인하세요.

그녀의 말을 경청하세요

사랑하는 사람이 몸 상태가 좋지 않다고 말할 때 대화에 도움이 되는 몇 가지 화두를 소개해 드립니다.

임신 중

- 모든 것이 변하는 상황에서 지금 무엇이 정상인지 말하기는 어려워. 지금 걱정되는 것이 있으면 바로 확인하는 것이 좋을 것 같아.
- 이 정보를 의사에게 말하고 모든 것이 괜찮은지 확인하는 것이 중요할 것 같아.
- 내가 함께 있잖아. 의사에게 진료를 받고 필요한 치료를 받자.

임신 후

- 출산 후에는 피곤함과 통증을 느끼는 것이 정상이지만 자신의 몸은 자신이 가장 잘 알잖아. 걱정되는 것이 있으면 의사에게 진찰을 받는 것이 좋을 것 같아.
- 신생아는 많은 주의와 돌봄을 필요로 하지만 자기 자신을 돌보는 것도 중요해.
- 넌 혼자가 아니야. 하고 싶은 말이 있으면 편하게 말해. 그리고 의사와 상의해서 필요한 치료를 받자.