अपना जीवन बचाएँ:

जन्म के बाद के इन चेतावनी संकेतों के लिए देखभाल प्राप्त करें

बच्चे को जन्म देने वाली अधिकांश महिलाएँ बिना समस्या के ठीक हो जाती हैं। **लेकिन जन्म के बाद एक वर्ष तक किसी को भी समस्या हो सकती है।** जन्म के बाद के इन चेतावनी संकेतों को पहचानना सीखना और यह जानना कि क्या करना है, आपका जीवन बचा सकता है।

अपने सहज ज्ञान पर भरोसा करें।
अगर आप ठीक महसूस नहीं कर रही या आपके कोई प्रश्न या चिंताएँ हैं, तो चिकित्सा देखभाल हमेशा लें।

अगर आपको इनमें से कुछ हो, तो **911 पर कॉल करें:**	❑ **सीने में दर्द** ❑ **साँस लेने में रुकावट या साँस फूलना** ❑ **दौरे** ❑ **खुद को या किसी अन्य को नुकसान पहुँचाने के विचार**
अगर आपको इनमें से कुछ हो, तो अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता को कॉल करें: (अगर आप अपने प्रदाता से संपर्क नहीं कर पातीं, तो 911 पर कॉल करें या आपातकालीन कक्ष में जाएँ)	❑ **रक्तस्राव, जो प्रति घंटा एक पैड को भिगो दे, या रक्त के अंडे के आकार के या बड़े थक्के** ❑ **ऐसा चीरा जो ठीक नहीं हो रहा** ❑ **लाल या सूजी हुई टाँग, जिसमें दर्द हो या छूने पर गरम लगती है** ❑ **100.4°F या अधिक या 96.8°F या कम तापमान** ❑ **ऐसा सिरदर्द जो दवा लेने के बाद भी ठीक न हो, या दृष्टि में बदलाव के साथ गंभीर सिरदर्द**

911 या अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता को बताएँ:

"मैंने _____ को बच्चे को जन्म दिया था और मुझे _____ हो रहे हैं।"
(तारीख) (विशिष्ट चेतावनी संकेत)

इस हैंडआउट को कई भाषाओं में डाउनलोड करने के लिए यहाँ स्कैन करें।

अगर आपको तुरंत चिकित्सा सहायता नहीं मिलती, तो जन्म के बाद के ये चेतावनी संकेत जानलेवा हो सकते हैं, क्योंकि:

- **सीने में दर्द, साँस लेने में रुकावट या साँस फूलने** (साँस लेने में कठिनाई) का अर्थ हो सकता है कि आपके फेफड़े में रक्त का थक्का है या आपके हृदय में कोई समस्या है
- **दौरे पड़ने** का अर्थ हो सकता है कि आपको एक्लेम्पसिया (Eclampsia) है
- **खुद को या किसी अन्य को नुकसान पहुँचाने के विचार या भावनाएँ** होने का अर्थ हो सकता है कि आपको प्रसव के बाद अवसाद (Postpartum Depression) है
- **रक्तस्राव (अधिक),** जो एक घंटे में एक से अधिक पैड को भिगो दे, या रक्त का अंडे के आकार का या बड़ा थक्का होने का अर्थ हो सकता है कि आपको प्रसूति रक्तस्राव (Obstetric Hemorrhage) हुआ है
- **ऐसा चीरा जो ठीक नहीं हो रहा,** एपिसियोटॉमी (episiotomy), योनि में लगाए गए चीरे या सी-सेक्शन के चीरे वाली जगह पर **बढ़ी हुई लालिमा या** मवाद का अर्थ हो सकता है कि आपको संक्रमण है
- आपकी टाँग के पिंडली वाले हिस्से में **लालिमा, सूजन, गरमाहट, या दर्द** का अर्थ हो सकता है कि आपमें रक्त का थक्का है
- **100.4°F या अधिक, या 96.8°F या कम तापमान,** योनि से दुर्गंध वाले रक्त या स्राव का अर्थ हो सकता है कि आपको संक्रमण है
- **सिरदर्द (बहुत दर्दनाक), दृष्टि में बदलाव, या आपके पेट के ऊपरी दाएँ हिस्से में दर्द** का अर्थ हो सकता है कि आपको उच्च रक्त-चाप या जन्म देने के बाद का प्रीक्लेम्पसिया है

AWHONN
PROMOTING THE HEALTH OF WOMEN AND NEWBORNS

इस कार्यक्रम को Merck for Mothers के माध्यम से Merck द्वारा वित्त सहायता प्रदान की गई है। Merck for Mothers को संयुक्त राज्य अमेरिका और कनाडा के बाहर MSD for Mothers के रूप में जाना जाता है।

AWHONN इस हैंडआउट के अनुवादों में वाणिज्यिक समर्थन के लिए Kenvue का आभार व्यक्त करता है।

©2023 AWHONN. सर्वाधिकार सुरक्षित। केवल रोगी शिक्षा के लिए असीमित प्रिंट प्रतियों की अनुमति है। पुनः प्रकाशन या पुनरुत्पादन के अन्य सभी अनुरोधों के लिए, कृपया permissions@awhonn.org पर संपर्क करें।

16005