BATELA BOMOI YA YO:

Luka ozwa nkisi na monganga NSIMA YA KOBOTA Soki Bilembo ya Bokono Emomani

Basi mpe bato mingi oyo babotaka bakomaka na nzoto kolongono kozanga nkokoso. **Moto nyonso akoki kotalisa nkonkoso kino mbula moko nsima ya kobota.** Koyekola koyeba bilembo ya bokono NSIMA YA KOBOTA mpe koyeba nini esengeli kosala ekoki kobikisa bomoi na yo.

Tya elikya na mayele na yo.
NTANGO NYONSO kende kokutana na monganga na yo soki ozomona nzoto malamu te to soki oza na mituna to mitungisi.

Benga na 911 soki oza:	❑ Ntolo mpasi ❑ Mpema ya kokangama to mpema mokuse ❑ Na maladi ya ndeke ❑ Na makanisi ya komisala mabe to kosala mabe na moto mosusu
Benga monganga na yo soki oza: (esengeli kotalisa kaka elembo moko) (Soki okoki kokutana na monganga na yo te, benga na 911 to kende na lopitalo nokinoki)	❑ Kotanga makila, kokangama ya makila na serviette na ngonga moko to mabanga ya makila na molai ya like moko to mingi ❑ Lipaso ya nzoto oyo ezobika te ❑ Lokolo motane to yakovimba, to ezosala mpasi to ezotalisa molunge nsima ya kosimba yango ❑ Moto na badegre 100,4°F to koleka to badegre 96,8°F to moke ❑ Motu mpasi oyo ezobika te, atako nsima ya bomeli bankisi, to motu mpasi mingi mpenza ezomena mikakatano ya komona

Yebisa na 911 to na monganga na yo:

«Nabotaki na mokolo mwa _____
(dati)
mpe naza komona _____.»
(bilembo ya likebisi ya sikisiki)

Scanne awa mpo na kotelecharge mokanda oyo na bankota ebele.

Bilembo oyo ya bokono ebimaka nsima ya kobota ekoki komema likama soki ozwi nkisi nokinoki te mpo:

- **Ntolo mpasi, mpema ya kokangama to mpema mokuse** (nkonkoso na kopema lisusu) ekoki kolakisa ete oza na libanga ya makila na lipululu to maladi ya motema
- **Maladi ya Ndeke** ekoki kolakisa ete oza na maladi babengi eclamsie
- **Makanisi to mayoki ya komisala mabe to kosala mabe na moto mosusu** ekoki kolakisa ete oza na mpasi ya motu post-partum
- **Kotanga makila (mingi)**, kosalela serviette hygienique na ngonga moko to kobimisa libanga ya makila na molai ya like moko to mingi ekoki kolakisa ete ozobima makila ya libumu
- **Lipaso ya nzoto oyo ezobika te, motane ya makasi to kovimba ya loposo** euti na episiotomie, kopasoka ya nzoto ya bomwasi to site ya C-section ekoki kolakisa ete oza na maladi ya mikrobe
- **Motane, kovimba ya nzoto, molunge to mpasi** na esika ya lokolo na yo ekoki kolakisa ete oza na libanga ya makila
- **Moto na badegre 100,4°F to koleka to badegre 96,8°F to moke**, makila ya nzoto ya bomwasi ya solo makasi to mayi ezobima na nzoto ya bomwasi ekoki kolakisa ete oza na maladi ya mikrobe
- **Motu pasi (mpasi mingi mpenza), mikakatano ya komona to mikakatano ya esika ya likolo ya loboko ya mobali ya libumu na yo** ekoki kolakisa ete oza na pulupulu ya makila to eclampsi post-partum ya liboso

Lisungi ya mosolo ya manaka oyo epesami na Merck na nzela ya Merck for Mothers. Merck for Mothers eyebani na nkombo ya MSD for Mothers na libanda ya Etazini mpe ya Canada.

AWHONN atondi Kenvu mpo na lisungi ya mombongo oyo bazopesa na mabongoli ya mokanda oyo.

©2023 AWHONN. Lotomo nyonso epesami. Bapesi nzela na kobimisa bakopi ebele kaka mpo na mateya ya babeli. Mpo na oyo etali bosengi nyonso ya kobimisa mokanda oyo, komela permissions@awhonn.org.

AWHONN
PROMOTING THE HEALTH OF WOMEN AND NEWBORNS

16005