ህይወትኪ ኣድሕኒ፥

ነዞም ድሕሪ-ምውላድ ዝረኣዩ መጠንቀቕታዊ ምልክታት ሕክምና ርኽቢ

መብዛሕቲኦም ደቂ ኣንስትዮን ወሊዶም ድሕሪ-ሕርሲ ዝሕከሙ ሰባትን ብዘይ ገለ ጸገማት እግሪ ይተኽሉ እዮም። **ግን ከኣ ዝኾነት ኣንስተይቲ ድሕሪ ምውላዳ ክሳብ ሓደ ዓመት ጸገማት ከጋጥሙዋ ይኽእሉ እዮም።** ነዚኦም ድሕሪ-ምውላድ ዝረኣዩ መጠንቀቕታዊ ምልክታት እንታይ ምግባር ከም ዘለኪ ምፍላጥ ህይወትኪ ከድሕኖ ይኽእል።

ደመነፍስኺ ተኣማመንሉ

ጥዕና ዘይስመዓኪ ዘሎ እንተኾይኑ ወየከኣ ገለ ሕቶታት ወይ ስግኣታት እንተሃልዮምኺ ኩልጻዕ ሕክምና ርኽቢ።

እዞም ዝስዕቡ እንተሃልዮምኺ **ናብ 911 ደውሊ ኢኺ፥**	❑ **ኣብ ኣፍልብኺ ቃንዛ** ❑ **ዕጉት ምትንፋስ ወይከኣ ሕጽረት ምትንፋስ** ❑ **ምንፍርፋር** ❑ **ንዓርስኺ ወይ ንካልእ ሰብ ናይ ምጉዳእ ሓሳባት**
እዞም ዝዕቡ እንተሃልዮምኺ ናብ **ወሃቢ ክንክን ጥዕናኺ ደውሊ ኢኺ፥** (ሓደ ምልክት ጥራይ እዩ ዘድልየኪ) (ነቲ ወሃቢ ክንክንኺ እንተዘይረኺብክዮ፤ ናብ ናይ ህጹጽ እዋን ኣገልግሎት ክንክን ወይከኣ ናብ ናይ ሓደጋ እዋን ክፍሊ ኪዲ ወይድማ ናብ 911 ደውሊ ኢኺ)	❑ **ምድማይ፡ በቢ ሓደ ሰዓት ሓደ መሓለዊ ጽግያት ዝጥልቅይ እንተኾይኑ ወይከኣ ክንዲ እንቋቈሖ ወይ ካብኡ ዝበልጽ ገዝፊ ዘለዎ ርግኣት ደም እንተሃልዩ** ❑ **ሕውየት ዘየርኢ ብጣሕ** ❑ **ንምትንካፍ ዜቕንዙ ወይከኣ ምውቕ ዝኾነን ከምበርበረ ዝቐየሐ ወይ ዝሓበጠ እግሪ** ❑ **100.4°F ወይ ካብኡ ንላዕሊ ወይ'ውን 96.8°F ወይ ካብኡ ንታሕቲ ዝኾነ ዋዒ** ❑ **ዋላ ድሕሪ መድሓኒት ምውሳድ'ውን ዘይሓዊ ሕማም ርእሲ ወየክኣ ናይ ምርኣይ ዓቕሚ ዝትንክፍ ከቢድ ሕማም ርእሲ**

ነዚ ዝስዕብ ን 911 ወይከኣ ወሃቢ ክንክንኺ ንገርዮ፥

"ኣነ ዝወለድኩ ብ _____ እንትኾን
(ዕለት)
_____ ይርኢ ኣለኹ።።"
(መጠንቀቕታዊ ምልክታት)

ነዚ ደብተር'ዚ ብዝተፈላለዩ ቋንቋታት ንምውራድ ኣብ'ዚ ስካን ግበሩ ኢኹም።

ብህጹጽ ሕክምና እንተዘይረኺብኪ እዞም ድሕሪ-ምውላድ ዝረኣዩ መጠንቀቕታዊ ምልክታት ህይወትኪ ኣብ ሓደጋ ዘውድቑሉ ምኽንያት፥

- **ኣብ ኣፍልብኺ ቃንዛ፡ ዕጉት ምትንፋስ ወይከኣ ሕጽረት ምትንፋስ** (ትፋስኪ ናይ ምምዓጉ ጸገም) ኣብ ሳምቡእኺ ርግኣት ደም ወይከኣ ናይ ልቢ ጸገም ክህልወኪ ይኽእል ማለት ይኾውን
- **ምንፍርፋር** ኤክላምፕሲያ ዝበሃል ሕማም ክህልወኪ ይኽእል ማለት ይኾውን
- **ንዓርስኺ ወይ ንካልእ ሰብ ናይ ምጉዳእ ሓሳባት** ድሕሪ ሕርሲ ዘጋጥም ጓሂ ክህልወኪ ይኽእል ማለት ይኾውን
- **ምድማይ (ከቢድ ምድማይ)፡** በቢ ሓደ ሰዓት ሓደ መሓለዊ ጽግያት ዝጥልቅየኪ እንተኾይኑ ወይከኣ ክንዲ እንቋቈሖ ወይ ካብኡ ዝበልጽ ገዝፊ ዘለዎ ርግኣት ደም ዝወጸኣኪ እንተኾይኑ ሕርሳዊ ምድማይ ክህልወኪ ይኽእል ማለት ይኾውን
- **ሕውየት ዘየርኢ ብጣሕ፣ በረበረ ዝመስል ሕብሪ እንተወሲኹ ወይከኣ ዝኾነ መግለ** ካብ ኣብ መንጎ ርሕሚን መሃንቱስን ዝግበር መጥባሕቲ፡ ብጣዕ ርሕሚ ወይከኣ ኣብ እዋን ምውላድ መጥባሕቲ ካብ ዝተገበረሉ ቦታ ዝወጽእ እንተኾይኑ ረኽሲ ክህልወኪ ይኽእል ማለት ይኾውን
- **በርበረ ምምሳል፡ ምሕባጥ፡ ወይከኣ ቃንዛ እግሪ** ርግኣት ደም ክህልወኪ ይኽእል ማለት ይኾውን
- **100.4°F ወይ ካብኡ ንላዕሊ ወይ'ውን 96.8°F ወይ ካብኡ ንታሕቲ ዝኾነ ረስኒ:** ካብ ርሕሚ ሕማቕ ጨና ዘለዎ ደም ወይከኣ ፈሳሲ ዝወጽእ እንተኾይኑ ረኽሲ ክህልወኪ ይኽእል ማለት ይኾውን
- **ሕማም ርእሲ (ኣዝዩ ከቢድ ሕማም ርእሲ)፡ ናይ ምርኣይ ዓቕሚ እንተተንኪፉ ወይከኣ ኣብ ላዕለዋይ የማናይ ከብድኺ ቃንዛ እንተሃልዩኪ** ዝለዓለ ጸቕጢ ደም ወይከኣ ድሕሪ ምውላድ ዝመጽእ ጸቕጢ ደም ክህልወኪ ይኽእል ማለት ይኾውን

AWHONN
PROMOTING THE HEALTH OF WOMEN AND NEWBORNS

እዚ መደብ'ዚ ብወገን Merck ካብ Merck for Mothers ብዝወሃብ ምውላ ዝድገፍ እዩ። Merck for Mothers ካብ United Statesን Canadaን ወጻኢ MSD for Mothers ተባሂሉ ይፍለጥ።

AWHONN ነዚ ደብተር ንምትርጓም ዝተገብረ ንግዳዊ ደገፍ ን Kenvue የመስግን።

©2023 AWHONN። ኩሉ መሰሉ ዝተሓለወ እዩ። ዘይድሩት ሕታም ቕዳሕ ዝፍቀድ ንትምህርታዊ ዕላማ ተሓከምቲ ጥራይ እዩ። ዳግመ ምፍራይ ንዝምልከቱ ካልኦት ሕቶታት፡ በይዛኹም ናብ permissions@awhonn.org ተወከሱ ኢኹም።