



倾听并 及时回应

可能有助于挽救她的生命

HEAR
倾听她的担忧

您能提供哪些帮助？

如果孕妇或最近才怀孕的女性对她们出现的任何症状表示担忧，请花一些时间倾听患者的声音。如果她说了些让人感觉不对劲的话，鼓励她寻求医疗帮助。如果她出现紧急的产妇警告性体征，应该立即就医。确保她说她当前怀孕了或者在最近一年内怀孕了。

了解紧急的产妇警告性体征：

- 持续或随时间推移恶化的重度头痛
- 头晕或昏厥
- 想伤害自己或您的孩子
- 视力改变
- 发热 100.4°F 或更高
- 手或面部极度肿胀
- 呼吸困难
- 胸痛或心脏快速跳动
- 重度恶心和呕吐（不像晨吐）
- 持续的重度腹痛
- 妊娠期间，胎动停止或减慢
- 妊娠期间阴道出血或羊水泄露
- 妊娠后阴道大量出血或有异味的漏液
- 腿部肿胀、发红或疼痛
- 过度疲劳

点击 www.cdc.gov/HearHer，了解更多关于 CDC 的“倾听她的声音”活动（Hear Her Campaign）。

倾听她的声音

如果您所爱之人分享的内容感觉不对劲，以下是一些谈话要点，可帮助您进行沟通：

怀孕期间

- 很难判断现在所有的变化都是正常的。最好检查您是否担心任何事情。
- 重要的是，我们与您的医生分享这些信息，并确保一切正常。
- 我时刻在您身边。我们去跟医疗保健提供者讨论一下，让他给您所需的治疗。

妊娠后

- 分娩后感到疲倦和有些疼痛是正常的，但您最了解您的身体。如果有什么事情让您担心，您应该告诉您的医生。
- 虽然您的新出生婴儿需要大量的关注和照顾，但同样重要的是照顾好自己。
- 您并不孤单。我能听到您的心声。我们去跟医疗保健提供者讨论一下，让他/她给您所需的治疗。



HEAR
倾听她的担忧

