

# 경청 후 신속한 조치 생명을 구할 수 있습니다

**HEAR**<sup>TM</sup>  
우려사항 경청

## 당신은 어떻게 도울 수 있습니까?

임신부 또는 최근에 임신한 여성이 자신이 겪고 있는 증상에 대해 우려를 표현한다면 시간을 내서 그녀의 말을 경청하십시오. 경청하고 신속하게 행동하면 그녀의 생명을 구할 수 있습니다.

- 아래의 산모 관련 응급 경고 징후에 대해 알아보세요.
- 그녀의 걱정을 들어주세요.
- 그녀가 의학적인 도움을 받도록 격려하십시오. 뭔가 느낌이 좋지 않다면 의료 제공자에게 연락해야 합니다. 산모 관련 응급 경고 신호를 경험하는 산모는 즉시 진료를 받아야 합니다. 그녀로 하여금 자신이 지금 임신 중이거나 1년 내에 임신했었다는 사실을 꼭 말하도록 하십시오.
- 그녀와 같이 진료를 받으러 가서 질문하는 데 도움을 주겠다고 제안하세요.
- 그녀가 필요로 하는 도움을 받을 수 있도록 메모를 하면서 의료 제공자와의 상담을 도와주세요.
- 후속 진료까지 그녀를 도와주세요.

## 산모 관련 응급 경고 징후

임신 중이거나 최근 1년 이내에 임신한 적이 있는 사람이 다음 증상 중 하나라도 가지고 있으면 즉시 진료를 받아야 합니다.

- 사라지지 않거나 시간이 지나면서 심해지는 두통
- 어지러움 또는 기절
- 본인 자신 또는 아기를 해치고 싶다는 생각
- 시력의 변화
- 화씨 100.4°(섭씨 38°) 이상의 발열
- 손 또는 얼굴의 극심한 부종
- 호흡 곤란
- 가슴통증 또는 빠르게 뛰는 심장
- 종종 메스꺼움 및 구토(입덧과는 다름)
- 사라지지 않는 종종 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

이 목록에는 임신 중 또는 임신 후에 여성이 경험할 수 있는 모든 증상이 포함되어 있지 않습니다. 산모 관련 응급 경고 신호에 대한 좀 더 자세한 내용은 [cdc.gov/HearHer](http://cdc.gov/HearHer)에서 확인하세요.

## 그녀의 말을 경청하세요

임신 합병증은 출산 후 최대 1년까지 발생할 수 있습니다. 사랑하는 사람이 뭔가 이상하다고 느낀다면 그녀가 필요로 할 수 있는 보살핌을 받고 답변을 들을 수 있도록 지원하십시오. 즉각적인 의료 조치가 필요한 응급 경고 징후에 대해서도 알아보십시오. 다음은 대화에 도움이 되는 몇 가지 주제입니다.

### 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 받아.

### 임신 후

- 출산 후에 피곤함과 통증을 느끼는 것이 정상이지만 자신의 몸은 자신이 가장 잘 알잖아. 걱정되는 것이 있으면 의사에게 진찰을 받는 것이 좋을 것 같아.
- 아기도 많은 주의와 돌봄을 필요로 하지만 자기 자신을 돌보는 것도 중요해.
- 넌 혼자 아니야. 하고 싶은 말이 있으면 편하게 말해. 의사에게 진료를 받고 필요한 치료를 받아.

**HEAR**<sup>TM</sup>  
우려사항 경청

추가 지원이 필요한 경우 도움을 요청하는 것을 두려워하지 마십시오.

CDC의 경청 캠페인에 대한 좀 더 자세한 내용은  
[www.cdc.gov/HearHer](http://www.cdc.gov/HearHer)에서 확인하세요.

