

Sprijin psihosocial

O iminență de avort nu înseamnă că acesta va avea loc efectiv. În orice caz, trebuie să permiteți celor dragi să vă sprijine emoțional.

Pentru situația dvs. specială, dorim să vă oferim următoarele recomandări și adrese de contact:

- Psihoterapie: www.psyonline.at
- Consiliere psihologică, tratament, terapie: www.psychnet.at
- Ajutor din partea moașelor: www.hebammen.at

În cele din urmă, dorim să indicăm faptul că cele de mai sus conțin recomandări generale. În eventualitatea în care din istoricul personal de boală rezultă alte recomandări personalizate, acestea au fost discutate cu dvs. în cadrul discuției de externare.

Sperăm că v-am ajutat puțin în continuare prin aceste recomandări. Pentru alte întrebări, echipa de obstetrică vă stă la dispoziție în orice moment.

Echipa dvs. curantă



CASETĂ TEHNICĂ

Titular suport media: NÖ LANDESGESUNDHEITSAGENTUR • Locul publicării: 3100 St. Pölten • Credite imagini: Philipp Monihart

Versiunea 06/2022

Informație pacienți

Conduita în cazul iminenței de avort



L
G

A

CONDUITA ÎN CAZ DE IMINENȚEI DE AVORT

Stimată pacientă!

Ca o completare la discuția noastră de externare și scrisoarea medicală, dorim să vă oferim alte câteva recomandări generale pentru perioada de după ședere.

Simptome

Semnele iminenței de avort sunt sângerările sau crampele abdominale în primele stadii ale sarcinii, precum și dureri chinuitoare în zona inferioară a spatelui.

Reguli de conduită

După externare, este necesară în continuare menajarea corporală. Vă recomandăm un control ulterior imediat la ginecologul dvs. În cazul reapariției sângerărilor și/sau crampelor abdominale, trebuie să mergeți imediat la spital.

CONDUITA ÎN CAZ DE IMINENȚEI DE AVORT

Alte recomandări

- Renunțați la consumul de droguri, alcool și tabac
- Renunțați la contactul sexual
- Luați doar medicamentele prescrise de medicul dvs.
- Nu întrerupeți medicamentele prescrise fără a vă consulta cu medicul dvs.
- În general, mișcarea în aer liber și plimbările contribuie la sănătate și starea de bine
- Clarificați cu medicul dvs. dacă puteți face sport

CONDUITA ÎN CAZ DE IMINENȚEI DE AVORT

Alimentația în timpul sarcinii

Alimentați-vă echilibrat și variat:

- Băuturi fără calorii din abundență (apă, ceaiuri neîndulcite etc.)
- Alimente vegetale din abundență (legume, fructe, produse cu grâu întreg)
- Alimente de origine animală doar cu moderație (lapte și lactate, carne/mezeluri cu conținut redus de grăsimi, pește marin bogat în grăsimi și ouă)
- Evitați pe cât posibil dulciurile și băuturile cu zahăr și/sau cofeină
- Evitați pe cât posibil alimentele cu un conținut ridicat de acizi grași saturați (în special grăsimile animale)
- Nu mâncați alimente de origine animală nepreparate termic. Doar ouă cu albuș și gălbenuș tari în urma procesării termice