

## CONDUITA ÎN CAZ DE TRAVALIU PREMATUR



## CONDUITA ÎN CAZ DE TRAVALIU PREMATUR

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, pexels

Versiunea 06/2022

*Informație pacienți*

## Conduita în caz de travaliu prematur



**G**

**A**

---

## CONDUITA ÎN CAZ DE TRAVALIU PREMATUR

### 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.

### Evoluție și simptome

Un travaliu prematur este provocat de o disponibilitate crescută a contracțiilor uterului înainte de a 37-a săptămână de sarcină completă.

Simptomele travaliului prematur sunt:

- contracții în creștere ale uterului (de peste 3 ori pe oră)
- dureri chinuitoare în zona spatelui
- mai multe secreții din vagin

### Reguli de conduită

După externare, este necesară în continuare menajarea corporală. Vă recomandăm un control ulterior imediat la medicul dvs. de specialitate. Dacă apar contracții regulate sau sângerări, trebuie să mergeți din nou la spital.

---

## CONDUITA ÎN CAZ DE TRAVALIU PREMATUR

### Stare de bine fizică

- Faceți pauze
- Nu încercați „să faceți totul dintr-o dată”
- Permiteți familiei și/sau prietenilor să vă ofere sprijin
- Vorbiți cu cei dragi despre senzațiile dvs.
- Vorbiți și cu medicul dvs. și/sau moașa dvs. dacă aveți nevoie de sprijin suplimentar

Dacă doriți susținere profesională ulterioară, recomandăm următoarele adrese de contact:

- Ajutor din partea moașelor: [www.hebammen.at](http://www.hebammen.at)
- Sprijin psihologic: [www.psychnet.at](http://www.psychnet.at)

### Alte recomandări

- Renunțați la consumul de droguri, alcool și tabac
- Evitați solicitarea fizică
- Renunțați la contactul sexual, acesta poate declanșa contracțiile
- Luați doar medicamentele prescrise de medicul dvs.
- Nu întrerupeți medicamentele prescrise fără a vă consulta cu medicul dvs.

---

## CONDUITA ÎN CAZ DE TRAVALIU PREMATUR

### 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 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