

مراقبت‌های دوران بارداری

سالم ماندن در زمانی که باردار هستید

به محض اینکه احتمال دادید که بارداری، مراقبت‌های دوران بارداری بگیرید.

مراقبت‌های دوران بارداری چیست؟

مراقبت سلامتی است که در دوران بارداری دریافت می‌کنید.

ارائه‌دهندگان مراقبت‌های دوران بارداری چه کسانی هستند؟

- پزشک—متخصص زنان و زایمان یا OB، یا پزشک خانواده با آموزش تخصصی
- پرستار ماما
- پرستار متخصص
- Doula—مددکار اجتماعی ویژه برای حمایت از شما در طول و بعد از بارداری

چرا به مراقبت‌های دوران بارداری نیاز دارم؟

این مراقبت به شما کمک می‌کند بارداری سالم و نوزاد سالم داشته باشید. مراقبت‌های زودهنگام و منظم دوران بارداری مهم است. این مراقبت به به شناسایی زودهنگام هرگونه مشکل کمک می‌کند. این مراقبت می‌تواند به جلوگیری از زایمان زودرس یا نوزادان با وزن کم در هنگام تولد (بسیار کوچک) کمک کند.

به وقت ملاقات‌های زیر با ارائه دهنده مراقبت‌های دوران بارداری خود پایبند باشید.

سه ماهه	هفتگی	قرارهای ملاقات
1ST	هفته 1 تا 12	• به محض اینکه احتمال دادید که بارداری و سپس هر چهار هفته یکبار به پزشک مراجعه کنید.
2ND	هفته 12 تا 28	• هر چهار هفته یکبار به ارائه‌دهنده خدمات مراقبتی مراجعه کنید.
3RD	28 هفته - زایمان	• در طول هفته‌های 28 تا 36، هر دو تا سه هفته یکبار به ارائه‌دهنده خدمات مراقبتی مراجعه کنید. • از 36 هفته تا زمان زایمان، هر هفته به پزشک مراجعه کنید.
پس از زایمان	بعد از تولد	• بین 1 تا 12 هفته پس از تولد نوزاد، به ارائه‌دهنده خدمات مراقبتی مراجعه کنید. به محض تولد نوزاد، وقت ملاقات بگیرید.

حضور در وقت ملاقات با ارائه‌دهنده خدمات مراقبتی در طول بارداری به شما کمک می‌کند تا نوزادی سالم داشته باشید. پزشک شما اطمینان حاصل می‌کند مراقبتی که برایتان مناسب است را دریافت خواهید کرد.

سوآلی دارید؟

با خط مشاوره با پرستار 24 ساعته ما تماس بگیرید. اینجا هستیم تا به شما کمک کنیم!

انگلیسی: (888) 275-8750

اسپانیایی: (866) 648-3537

TTY/TDD: 711



توزیع‌شده توسط خدمات بهداشتی درمانی مولینا. تمامی مطالب بروشور حاضر صرفاً جهت اطلاع‌رسانی می‌باشد. این بروشور جایگزین توصیه‌های ارائه‌دهنده خدمات مراقبتی شما نیست.

جهت دریافت اطلاعات به زبان‌های دیگر و در فرمت‌های مختلف، لطفاً با خدمات اعضاء تماس بگیرید. این شماره در پشت کارت عضویت شما قید شده است.