



איר קענט אייער קערפער אמבעסטן.
 אויב האט איר עפעס וואס זעט אויס צו זיין אויסער ווי
 געווענליך אדער עס פארזארגט אייך, איגנארירט עס נישט.

HEAR
 HEAR HER CONCERNS

לערנט וועגן דריגענדע ווארנונג צייכנס און ווי צו רעדן צו אייער העלטקעיר פראוויידער.

אויב איר שוואנגערט אדער איר האט געבוירן אינעם לעצטן יאר, איז וויכטיג צו רעדן צו
 אייער העלטקעיר פראוויידער וועגן יעדע זאך וואס איר פילט איז נישט אין ארדענונג.

אויב האט איר סיי וועלכע פון די ווארנונג צייכנס, באקומט מעדיקל קעיר זאפארט:

- שווערע קאפ-ווייטאג וואס גייט נישט אוועק אדער ווערט נאך ערגער
- שווינדלונג אדער חלשות
- טראכטן פון שעדיגן זיך אדער אייער בעיבי
- ענדערונגען אין אייער זע-קראפט
- פיבער פון 100.4° F אדער העכער
- עקסטרעם געשווילעכץ פון אייערע הענט אדער געזיכט
- שוועריגקייטן מיט אטעמען
- ברוסט קאסטן ווייטאג אדער שנעלע הארץ קלאפעניש
- שטארקע איבלונג און אויסברעכן (אנדערש ווי ביי צופרי קרענק)
- שטארקע בויך ווייטאג וואס גייט נישט אוועק
- בעיבי'ס באוועגונג אפשטעל אדער פארלאנגזאמט בשעת'ן שוואנגערשאפט
- וואדזשינעל בלוטיגן אדער פליסיגקייטן רינען בשעת'ן שוואנגערשאפט
- שווערע וואדזשינעל בלוטיגן אדער פליסיגקייט וואס רינט ארויס און שמעקט נישט גוט נאך שוואנגערשאפט
- געשווילעכץ, רויטקייט אדער ווייטאג אין אייער פיס
- איבערוועגנדיגע מידקייט

נוצט דעם אנווייזער צו העלפן אנפאנגען דעם געשפרעך:

- א דאנק פאר דעם באזוך. איך בין/בין געווען לעצטנס אין שווענגערשאפט. דער דאטום פון מיין לעצטן פעריאד/געבורט איז געווען _____ און איך בין העכסט באזארגט וועגן מיין געזונט איבער וועלכע איך וואלט געוואלט מיט אייך רעדן.
- איך האב _____ (סימפטאמען) וועלכע פילן זיך אזוי ווי _____ (צאל שעות/טעג).
- איך קען מיין קערפער און דאס פילט זיך נישט נארמאל.

ביישפיל פראגעס צו פרעגן:

- וואס קענען די סימפטאמען באדייטן?
- איז פאראן א טעסט איך קען האבן אויסצושליסן אן ערנסטע פראבלעם?
- ביי וועלכע נקודה זאל איך טראכטן וועגן זיך ווענדן צו די עמערדזשענסי רום אדער אנרופן 911?

באמערקונגען:

- ברענגט דעם געשפרעך אנפאנגער און סיי וועלכע נאך פראגן איר ווילט פרעגן אייער פראוויידער.
- זייט זיכער צו זיי זאגן אז איר זענט שוואנגער אדער זענט געווען שוואנגער ביז א יאר צוריק.
- דערצייילט דעם דאקטער אדער נירס וועלכע מעדיצינען איר נעמט יעצט אדער האט לעצטנס גענומען.
- באצייכנט שריפטליך און פרעגט נאך פראגעס איבער יעדע זאך וואס איר האט נישט פארשטאנען.

טיפס:

HEAR
HEAR HER CONCERNS

אנטוויקלט דורך די צענטערס פאר
קראנקהייט קאנטראל און פארמיידינג
(Centers for Disease Control
and Prevention)



Department
of Health