

Что такое медицинский уход в послеродовой период?



Послеродовой период – это время после родов. Как правило, он длится от 6 до 8 недель, но может растянуться и до 1 года. В это время вы можете ощутить изменения в вашем теле, в ваших занятиях и диетических предпочтениях. В этот период очень важно контролировать состояние вашего физического и психического здоровья. Вы лучше знаете свое тело. Если что-то покажется вам необычным или вызовет у вас беспокойство, поговорите об этом со своим врачом.

Вот некоторые темы, которые вы можете обсудить со своим врачом

- Грудное вскармливание
- Послеродовая депрессия
- Желтая окраска глаз, кожи и мочи
- Прививки
- Анализы для новорожденных
- Развитие ребенка



Запишитесь на прием к врачу.

Мы вышлем вам подарочную карту на \$25, если вы посетите врача в течение 1–12 недель после родов.

После родов

Врач проследит за тем, чтобы ваш организм пришел в норму после родов.

Если во время беременности или после родов вы ощущаете эмоциональную пустоту, одиночество или тоску все или большую часть времени на протяжении более 2 недель, свяжитесь с вашим PCP или позвоните в Carelon Behavioral Health по телефону **1(855) 371-8117**, чтобы получить психологическую помощь.

На сайте sfhp.org/ru/wellness вы сможете узнать о других инструментах и методах поддержания здорового образа жизни. Они включают в себя советы по сохранению здоровья, уроки физической активности, участие в группах взаимопомощи и рекомендации для бросающих курить.



Ознакомьтесь с информационным бюллетенем «Охрана материнства. Медицинское обслуживание в послеродовом периоде», чтобы узнать больше о медицинском уходе после родов.