„Mikor indulj?” – döntési segédlet



INDULJ MOST!

Ezek a jelek azt mutatják, hogy a szülés beindult, vagy azonnali orvosi ellenőrzésre van szükség mindkettőtök érdekében.

1. **HA RENDSZERES, EGYRE ERŐSÖDŐ FÁJÁSAID VANNAK.**
   Kb. 5 percenként jönnek, egy-egy fájás közel 1 percig tart, és legalább 1 órája így megy. Ez az ún. 5-1-1 szabály, amely segít eldönteni, hogy mikor rendszeresek a fájások.
2. **HA ELFOLYIK VAGY FOLYAMATOSAN SZIVÁROG A MAGZATVÍZ.**
   A magzatvizet meleg, vizes folyásként érzékelheted, amit nem tudsz „visszatartani” (akkor is vészjelzés, ha nem kísérik fájások).
3. **HA ÉLÉNKPIROS VÉRZÉST TAPASZTALSZ.**
   Ez nem a rózsaszínes-barnás, nyákdugó-eredetű pecsételés vagy váladék, hanem valódi vérzés, aminél mindig kórházi vizsgálat szükséges.
4. **HA A BABA MOZGÁSA A MEGSZOKOTTHOZ KÉPEST JÓVAL KEVESEBB.**
   Ez azt jelenti, hogy kb. 2 órán keresztül a pici feltűnően gyengén vagy ritkán mozog, vagy egyáltalán nem érzed a mozgását.
5. **HA ERŐS ROSSZULLÉT JELENTKEZIK, VAGY EZEK KÖZÜL BÁRMELYIK TÜNET:**
   erős fejfájás, hányinger, szédülés, látászavar, légszomj, mellkasi nyomás, az arc, a kéz vagy a láb hirtelen bedagadása, vagy lábgörcs.
6. **HA NAGYON ERŐS DERÉK- VAGY HASI FÁJDALOM TÖR RÁD HULLÁMOKBAN.**
   Nem fogod összetéveszteni a „szokásos” fájdalommal, mert úgy kap el, hogy szinte megszólalni vagy mozogni sem tudsz közben.



MÉG VÁRHATSZ, DE FIGYELJ!

Ezek a jelek önmagukban nem jelentik a szülés megindulását, még van időd, de figyeld a változásokat.

1. **JÓSLÓFÁJÁSOK JELENTKEZNEK.**
   A valódi fájásokkal szemben ezek a fájások nem rendszeresek, nem erősödnek, és pihenésre vagy testhelyzet-változtatásra enyhülnek, elmúlnak. A has időnként bekeményedik, majd elernyed.
2. **TÁVOZIK A NYÁKDUGÓ.**
   A nyákdugó a méhszájat védő váladék, távozásakor rózsaszínes-barnás, sűrű állagú. Ha távozását nem kísérik rendszeres fájások vagy a magzatvíz elfolyása, még van időd.
3. **FELERŐSÖDIK A HÁT- VAGY DERÉKFÁJÁS.**
   Ez gyakori a szülés közeledtével, de önmagában még nem jelzi a vajúdás indulását. Ez a fájdalom állandó, tompább nyomás, és nem hullámokban tör rád.



HA BIZONYTALAN VAGY...

Hívd fel a kórházat, az orvosodat vagy a védőnődet – segítenek eldönteni, hogy mit tegyél a tüneteid, az állapotod alapján, várhatsz-e még, vagy indulnod kell a kórházba.

www.anyujolvagy.hu