



**Ascoltare e agire  
rapidamente**  
può salvarle la vita

**HEAR**  
HEAR HER CONCERNS

## Cosa posso fare per collaborare?

Se una donna incinta o che ha partorito da poco è preoccupata perché manifesta alcuni sintomi, dedicale un po' di tempo e ascoltalà. Se sente che qualcosa non va, invitala a rivolgersi a un operatore sanitario. Se manifesta i primi sintomi di un problema grave associato alla maternità, deve richiedere immediatamente assistenza medica. Ricordale di specificare che è incinta o che lo è stata nel corso dell'ultimo anno.

Impara a riconoscere i primi sintomi di un problema grave associato alla maternità:

- Forte mal di testa, che persiste o peggiora con il passare del tempo
- Vertigini o svenimenti
- Paura di fare del male a te stessa o al neonato
- Visione alterata
- Febbre superiore a 38°C (100,4°F)
- Forte gonfiore alle mani o al viso
- Difficoltà respiratorie
- Dolore al petto o battito cardiaco accelerato
- Forte nausea e vomito (*diversi dalle nausee mattutine*)
- Dolore addominale forte e persistente
- Sensazione che il bambino sia poco reattivo o smetta di muoversi durante la gravidanza
- Sanguinamenti o perdite vaginali durante la gravidanza
- Sanguinamenti importanti o perdite vaginali con cattivo odore dopo la gravidanza
- Gonfiore, arrossamento o dolore alle gambe
- Spossatezza

Per maggiori informazioni sulla campagna Hear Her (Ascoltalà) dei CDC, visita il sito [www.health.ny.gov/HearHer](http://www.health.ny.gov/HearHer).

# Hear Her (Ascoltala)

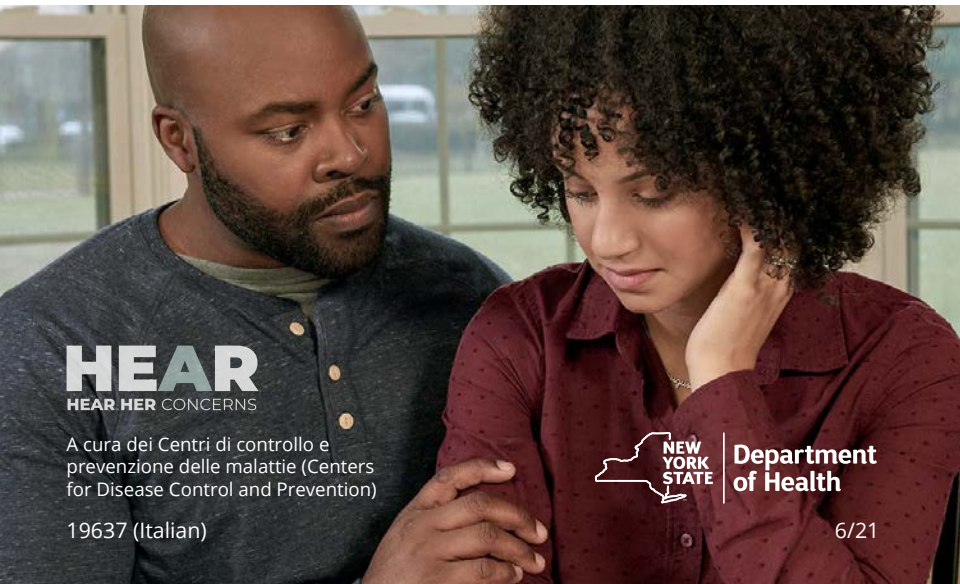
Se una persona cara ti dice che non si sente bene, segui questi consigli per affrontare la conversazione:

## Durante la gravidanza

- Non è facile dire cosa sia normale in un periodo come questo in cui tutto cambia continuamente. Se c'è qualcosa che ti preoccupa, è sempre meglio approfondire.
- È importante parlarne con il medico per verificare che non ci siano problemi.
- Sono qui per aiutarti. Chiediamo aiuto a un operatore sanitario.

## Dopo la gravidanza

- È normale avvertire stanchezza e dolori dopo il parto, ma tu conosci il tuo corpo meglio di chiunque altro. Se c'è qualcosa che ti preoccupa, parlane con il medico.
- Anche se il neonato ha continuamente bisogno di assistenza e di attenzioni, è altrettanto importante prenderti cura di te stessa.
- Non sei sola. Ti ascolto. Chiediamo aiuto a un operatore sanitario.



**HEAR**  
HEAR HER CONCERNS

A cura dei Centri di controllo e prevenzione delle malattie (Centers for Disease Control and Prevention)

19637 (Italian)



Department  
of Health

6/21