



Save the Children



**JETA ËSHTË E SHENJTË
KUJDESUNI PËR
SHËNDETIN TUAJ
DHE TË FËMIJËS SUAJ!**

KUJDESI PARA LINDJES ËSHTË SHUMË I RËNDËSISHËM

Për të ndihmuar dhe për tu siguruar që ju dhe fëmija juaj do të jeni të shëndetshëm, ju duhet të ndiqni disa udhëzime të thjeshta dhe të konsultoheni rregullisht me mjekun tuaj.



GJITHMONË PYESNI DOKTORINTUAJ NË VIZITAT E RRADHËS NË LIDHJE ME SHQETËSIMET TUAJA.

POR MBANI MEND, DISA SIMPTOMA KANË NEVOJË PËR VËMENDJE DHE REAGIM TË SHPEJTË !!!

- Dhimbje koke
- Marrje mendsh dhe turbullim të shikimit
- Ënjtje të fytyrës, duarve dhe të këmbëve
- Gjakrrjedhje vaginale
- Të vjella dhe dhimbje të barkut
- Humbje të lëvizjeve të fetusit
- Të dridhura dhe humbje të vetëdijes
- Temperaturë e lartë
- Rrjedhje të sekrecioneve vaginale



GRA TË SHËNDETSHME, MAMA TË SHËNDETSHME!

Periudha pas lindjes është periudha që nga momenti i mbarimit të aktivitetit të lindjes derisa trakti genital kthehet në gjendjen normale. Zakonisht kjo periudhë zgjat deri në 42 ditë. Gruaja duhet të shqetësohet nëse vëren gjatë kësaj periudhe një nga shenjat e mëposhtme:

- Temperaturë e lartë / të dridhura
- Gjakrrjedhje e madhe vaginale
- Rrjedhje e sekrecioneve vaginale



KUJDESI PËR TË PORSALINDURIN!

Shenjat e mëposhtme tek i porsalinduri, meritojnë vëmendjen tuaj!

- Skuqje rreth kërthizës
- Kur i porsalinduri është jo aktiv
- Pamundësi për ta ushqyer me qumësht
- Frymëmarrje të shpeshtë dhe të vështirë
- Rrjedhje dhe ënjtje / skuqje e qepallave



DREJTOHUNI MENJËHERË TEK MJEKU SA HERË QË FËMIJA JU AJ 0-5 VJEÇ PARAQET NJË NGA SHENJAT E MËPOSHTME:

- Frymëmarrje e shpeshtë dhe e vështirë
- Pamundësi për tu ushqyer me qumësht / për të ngrënë
- Lëkurë të verdhë apo jeshile
- Të vjella dhe fryrje të barkut
- Diarre dhe fryrje të barkut
- Të dridhura / temperaturë të lartë
- Jashtëqitje me gjak

Kjo broshurë publikohet në kuadër të projektit: “Aksesi në shërbimet shëndetësore dhe të ushqyerjes për fëmijët dhe gratë e moshës riprodhuese në Tiranë”, mbështetur dhe zbatuar nga Save the Children.

Save the Children

Rruga: Mihal Popi, Ndërtesa 7, ish Pallatet 1 Maji
(Vila Lami); PO Box 8185, Tiranë, Albania
Phone: +355 4 2261840/+355 42261929/+355 4 2266227

E-mail: info.albania@savethechildren.org

Web Page: albania.savethechildren.net

 [SavethechildrenAlb](https://www.facebook.com/SavethechildrenAlb)

 [SaveChildrenAlb](https://twitter.com/SaveChildrenAlb)