

# AKO POSTUPOVAŤ, AK SA NECÍTIM DOBRE



PRE BUDÚCE MAMINKY

FAKULTNÁ NEMOCNICA S POLIKLINIKOU ŽILINA



# TEHOTENSTVO NIE JE CHOROBA A JE NORMÁLNE, AK OBČAS NIEČO TROŠKU ZABOLÍ ALEBO NÁS ZNEISTÍ.

Rady z internetových diskusií  
však môžu človeka niekedy  
zbytočne vystrašiť.



PRE BUDÚCE MAMINKY

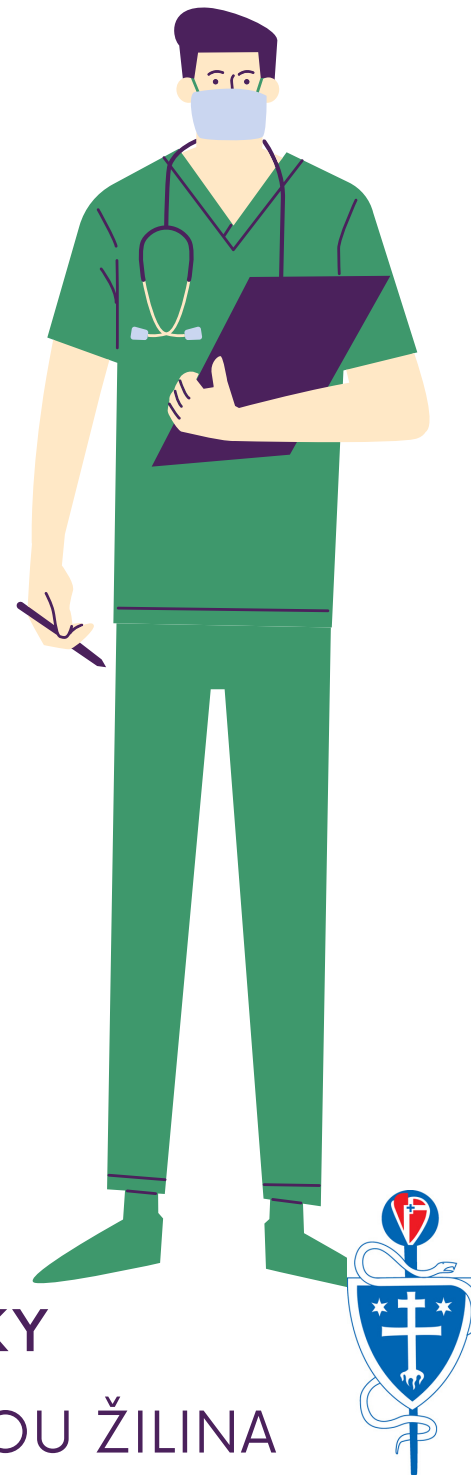
FAKULTNÁ NEMOCNICA S POLIKLINIKOU ŽILINA



U lekára alebo  
v nemocnici v týchto dňoch  
ošetrujeme len akútne stavy.

**NEMOCNICA MÔŽE BYŤ  
VYSOKO RIZIKOVÉ  
INFEKČNÉ PROSTREDIE.**

Osobnú návštevu preto  
treba dobre zvážiť.



PRE BUDÚCE MAMINKY

FAKULTNÁ NEMOCNICA S POLIKLINIKOU ŽILINA



V aktuálnej situácii môžete  
návštevou lekára len  
"PRE ISTOTU"

**DOSTAŤ SEBA,  
BÁBÄTKO I LEKÁRA  
DO VÄČŠIEHO  
RIZIKA.**



PRE BUDÚCE MAMINKY

FAKULTNÁ NEMOCNICA S POLIKLINIKOU ŽILINA



Ak bolesti alebo krvácanie  
nie sú silné, skúste si najprv  
dopriať pokoj doma:

**POLOHA LEŽMO,  
KLUDOVÝ REŽIM,  
NOHY DO ZVÝŠENEJ POLOHY  
A UŽIŤ MÔŽETE AJ  
MAGNÉZIUM**  
(v bežnej dávke 2 tbl denne).



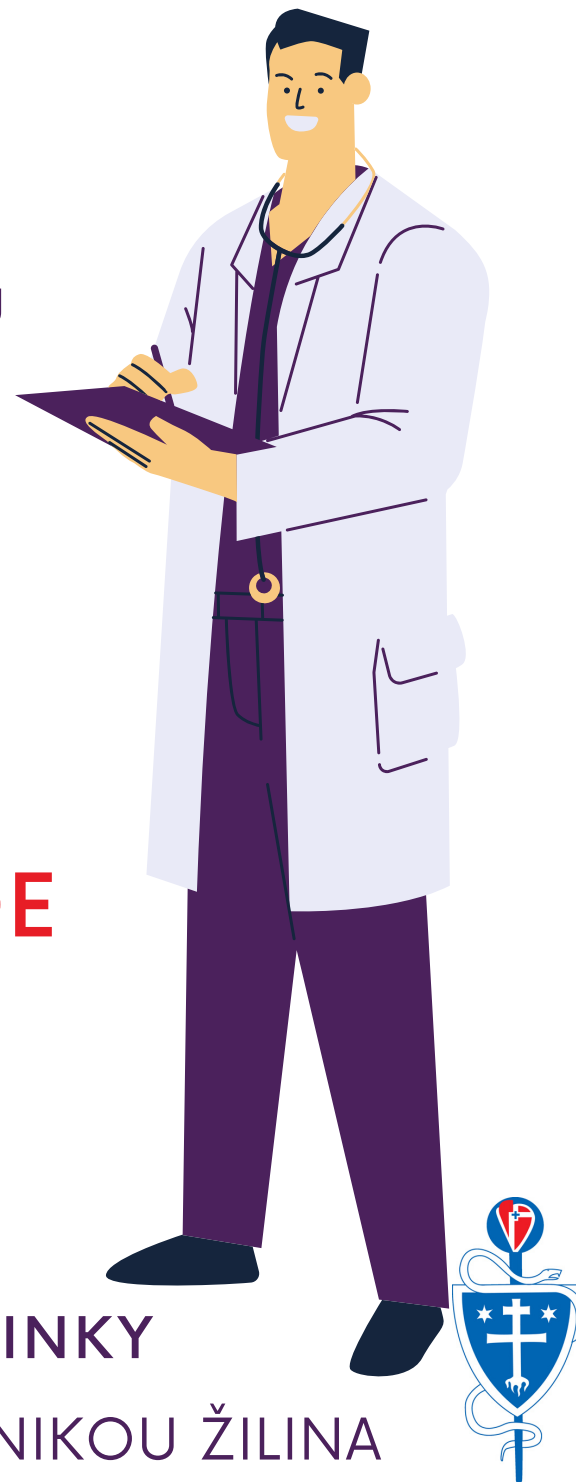
**PRE BUDÚCE MAMINKY**

**FAKULTNÁ NEMOCNICA S POLIKLINIKOU ŽILINA**



Ak problémy neprechádzajú  
alebo sú akútne,

**VYHLÁDAJTE VÁŠHO  
OBVODNÉHO  
GYNEKOLÓGA A LEN V  
NEVYHNUTNOM PRÍPADE  
GYNEKOLOGICKÚ  
POHOTOVOŠŤ.**



PRE BUDÚCE MAMINKY

FAKULTNÁ NEMOCNICA S POLIKLINIKOU ŽILINA

Ak už musíte navštíviť lekára,  
nezabudnite na prevenciu:

**RÚŠKO**

**OCHRANNÉ RUKAVICE**

**DEZINFEKČIA RÚK**



**PRE BUDÚCE MAMINKY**

**FAKULTNÁ NEMOCNICA S POLIKLINIKOU ŽILINA**



# MÁTE VIAC OTÁZOK?

Sme tu pre vás na:

[WWW.FNSPZA.SK](http://WWW.FNSPZA.SK)

[WWW.FACEBOOK.COM/  
NEMOCNICAZILINA](http://WWW.FACEBOOK.COM/NEMOCNICAZILINA)



PRE BUDÚCE MAMINKY

FAKULTNÁ NEMOCNICA S POLIKLINIKOU ŽILINA





**SPOLOČNE TO ZVLÁDNEME.**



**PRE BUDÚCE MAMINKY**  
FAKULTNÁ NEMOCNICA S POLIKLINIKOU ŽILINA

