**Campania**

**“Sănătatea reproducerii – tu decizi ce este mai bine pentru tine!”**

**FEBRUARIE 2021**



Fii conștientă de complicațiile ce pot să apară în timpul sarcinii ! Adresează-te medicului dacă ai:

- Sângerări sau scurgeri vaginale.

- Inflamația bruscă a feței, mâinilor și degetelor.

- Dureri de cap persistente.

- Febră, frisoane, vărsături.

- Durere în abdomen.

- Disconfort, durere sau arsuri la urinare.

- Amețeală, vedere încețoșată.

Prezintă-te pe durata sarcinii la toate controalele periodice recomandate de medic!

O sarcină sănătoasă depinde de starea sănătății tale încă dinainte de a rămâne însărcinată !

**!**

Înainte de a rămâne însărcinată și în timpul sarcinii:

* Adoptă o dietă sănătoasă și adecvată !
* Renunță complet la fumat și la consumul de alcool !
* Fii activă fizic!
* Monitorizează-ți constant greutatea corporală !
* Consultă-te periodic cu medicul de familie !

**MATERIAL DESTINAT GRAVIDELOR**



CNEPSS



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII INSTITUTUL NAȚIONAL CENTRUL NAȚIONAL DE EVALUAREA ȘI CENTRUL REGIONAL NUME DSP

DE SĂNĂTATE PUBLICĂ PROMOVAREA STĂRII DE SĂNĂTATE DE SANATATE PUBLICA IASI

**Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare şi promovare a sănătăţii şi educaţie pentru sănătate al Ministerului Sănătății - pentru distribuție gratuită**