Kedy odísť do pôrodnice

☑ Pravidelné kontrakcie

- ☐ Interval medzi kontrakciami je **5 minút alebo menej**
- ☐ Každá kontrakcia trvá **aspoň 30-60 sekúnd**
- ☐ Kontrakcie sú **pravidelné, silnejú a neprestávajú** ani pri zmene polohy, nutia predýchavať

☑ Odtok plodovej vody

- ☐ **Odtiekla číra alebo mierne narúžovelá plodová voda** - optimálne odísť do 2 hodín
- ☐ Ak je plodová voda **zelená alebo zapácha,** ihneď odísť do pôrodnice

☑ Krvácanie alebo silný výtok

- ☐ Ružový alebo hnedastý hlienový výtok - v termíne pôrodu - jedná sa asi odchod hlienovej zátky, nie je nutné odísť hneď. Ak máte pochybnosti, samozrejme odíďte
- ☐ Jasne červené krvácanie – okamžitý odchod do pôrodnice

☑ Pohyb bábätka

- ☐ Ak cítite výrazne **znížený pohyb bábätka**, je potrebné ísť na kontrolu

☑ Iné neobvyklé príznaky

- ☐ Silná bolesť hlavy, rozmazané videnie alebo opuchy (môže signalizovať preeklampsiu)
- ☐ Náhla silná bolesť brucha bez kontrakcií
- ☐ Horúčka alebo zimnica

Ak si nie ste istá, **radšej zavolajte do pôrodnice alebo svojmu lekárovi a poraďte sa.**

GraviFit

Tel.: 0911 909 235
info@gravifit.sk

www.gravifit.sk