

# Campania

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

FEBRUARIE 2021

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

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



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.

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 !



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII



INSTITUTUL NAȚIONAL DE SĂNĂTATE PUBLICĂ

CNEPSS

CENTRUL NAȚIONAL DE EVALUAREA ȘI PROMOVAREA STĂRII DE SĂNĂTATE



CENTRUL REGIONAL DE SANATATE PUBLICA IASI



DIRECTIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ SIBIU