



Protejeaza-ti copilul
încea din prima luna
de sarcina!

**JURNAL
DE
SARCINA**

Unii doctori spun ca viata copilului începe din prima zi de sarcina. Alti specialisti sustin ca din luna a 3-a. Cu totii afirma însa ca este important ca viitoarea mamica sa acorde o atentie sporita sanatatii sale, astfel încât sarcina si nasterea sa fie cât mai usoare, iar copilul sa fie sanatos.

Pentru aceasta este nevoie ca femeia gravida sa mearga la medicul de familie înca din prima luna de sarcina. De asemenea, trebuie sa mearga regulat la medicul ginecolog. Cei doi vor urmari pas

cu pas sarcina, oferind sprijin viitoarei mamici.

Pentru a nu uita nimic important pentru dumneavoastra si copil, aveti la dispozitie acest "jurnal de sarcina" în care se vor nota toate informatiile despre sarcina. Tot ce se scrie în acest jurnal (de catre dvs. sau de catre cadrele medicale) va sta la baza deciziilor luate atât de medicul de familie cât si de medicul ginecolog. Vor sti astfel în fiecare stadiu al sarcinii ce v-a recomandat celalalt medic, care au fost rezultatele analizelor sau care este evolutia sarcinii.

Protejeaza-ti copilul înca din prima luna de sarcina!

Legea prevede ca în România femeia gravida si copilul nou nascut beneficiaza de consultatii si analize gratuite, chiar daca mama nu are asigurare de sanatate.

Material realizat în cadrul proiectului
**Model integrat de îngrijire
și prevenire HIV/SIDA în județul Giurgiu**

Parteneri:



www.raa.ro

**Dirrecția
de Sănătate Publică
Giurgiu**

Finantator:



Fundație a companiei



GlaxoSmithKline

Date personale

Nume, prenume

Data nasterii

Adresa completa

Telefon fix Telefon mobil

Starea civila

Ocupatie

Loc de munca

Ai asigurare de sanatate? Seria

Date despre medicul de familie

Nume, prenume

Denumirea cabinetului

Adresa cabinetului

Telefon fix Telefon mobil

Date despre probleme de sanatate în familie

Au existat sau exista boli sau probleme de sanatate, în familia ta sau a tatalui copilului ? (la frati, surori, parinti, bunici)

Date fiziologice

La ce vârstă ai avut prima dată menstrua?

Ai ciclul menstrual regulat (la 28 zile)? NU DA

Ce greutate ai? Ce înălțime ai?

Date despre problemele de sanatate ale gravidei

Ai avut sau ai vreo boala sau problema de sanatate cunoscuta tie? NU DA Care? _____

Ai avut bolile copilăriei? (pojar, rușeola, varșat de vânt, scarlatina, hepatita) NU DA Care? _____

Ai fost vreodată operată? NU DA Ce operație? _____

Date despre alte sarcini

Ai mai nascut? NU DA

An nastere	Sex si greutate copil	Cale de nastere (naturala/cezariana)	Probleme?

Ai alapat? NU DA Cât timp?

Ai avortat vreodata? NU DA De câte ori?

În ce fel ai avortat:

- întreruperi de sarcina la cerere NU DA
- pierderi spontane de sarcina NU DA
- avorturi terapeutice NU DA

Copiii nascuti sunt toti sanatosi? NU DA

De ce boala sufera? _____

Date despre sarcina actuala

Care este data ultimei menstruatii?

Când ai simtit prima data miscarile bebelusului?

Stii când ar trebui sa nasti? NU DA Când?

Ce greutate ai avut înainte de a ramâne însarcinata?

Stii ca pâna la termen ar trebui sa nu iei în greutate mai mult de 13-14 kg?

Stii când poti intra în concediul prenatal?

Stii unde vei naste?

Important

Trebuie sa stii grupa de sânge si Rh-ul atât ale tale cât si ale tatalui copilului si sa le notezi aici.

Grupa de sânge mama Rh

Grupa de sânge tata Rh

! În cazul în care tu ai grupa de sânge 0 sau Rh-ul NEGATIV,
■ vor fi necesare investigatii suplimentare

Investigatiile uzuale de sarcina

Hemograma (furnizeaza date despre valorile hemoglobinei si hematocritului) _____

Glicemie _____

Examen sumar de urina _____

Examen citobacteriologic al secretiei vaginale _____

Examenul citologiei cervicale Babes-Papanicolau _____

Testare serologica pentru sifilis (R.B.W., V.D.R.L.) _____

Testare serologica pentru H.I.V. _____

Examen ecografic obstetrical _____

Alte analize _____

Nu uita!

Este bine sa stii ca investigatiile se vor repeta în cursul sarcinii, unele o singura data, altele de mai multe ori.

Data vizita

Examen clinic (TA, AV, IU, CA, BCF, MAF)

Recomandari

Semnatura medic/parafa

Data vizita

Examen clinic (TA, AV, IU, CA, BCF, MAF)

Recomandari

Semnatura medic/parafa

consultatii medicale

Data vizita

Examen clinic (TA, AV, IU, CA, BCF, MAF)

Recomandari

Semnatura medic/parafa

Data vizita

Examen clinic (TA, AV, IU, CA, BCF, MAF)

Recomandari

Semnatura medic/parafa

Data vizita

Examen clinic (TA, AV, IU, CA, BCF, MAF)

Recomandari

Semnatura medic/parafa

Data vizita

Examen clinic (TA, AV, IU, CA, BCF, MAF)

Recomandari

Semnatura medic/parafa

consultatii medicale

Data vizita

Examen clinic (TA, AV, IU, CA, BCF, MAF)

Recomandari

Semnatura medic/parafa

Data vizita

Examen clinic (TA, AV, IU, CA, BCF, MAF)

Recomandari

Semnatura medic/parafa

Data vizita

Examen clinic (TA, AV, IU, CA, BCF, MAF)

Recomandari

Semnatura medic/parafa

Data vizita

Examen clinic (TA, AV, IU, CA, BCF, MAF)

Recomandari

Semnatura medic/parafa

consultatii medicale

Data vizita

Examen clinic (TA, AV, IU, CA, BCF, MAF)

Recomandari

Semnatura medic/parafa

Data vizita

Examen clinic (TA, AV, IU, CA, BCF, MAF)

Recomandari

Semnatura medic/parafa

Data vizita

Examen clinic (TA, AV, IU, CA, BCF, MAF)

Recomandari

Semnatura medic/parafa

Data vizita

Examen clinic (TA, AV, IU, CA, BCF, MAF)

Recomandari

Semnatura medic/parafa

consultatii medicale

Data vizita

Examen clinic (TA, AV, IU, CA, BCF, MAF)

Recomandari

Semnatura medic/parafa

Data vizita

Examen clinic (TA, AV, IU, CA, BCF, MAF)

Recomandari

Semnatura medic/parafa

Ce înseamna HIV si SIDA?

HIV provine din termenul englez Human Immunodeficiency Virus - HIV, în traducere, virusul imunodeficienței umane. Acest virus ataca sistemul imunitar, astfel încât organismul nu mai poate lupta împotriva altor boli (infecții, cancer, etc.).

SIDA provine din termenul englez Acquired Immune Deficiency Syndrome - AIDS, în traducere, sindromul imunodeficienței umane dobândite. O persoană are SIDA atunci când a fost infectată inițial cu HIV și este ulterior diagnosticată ca având una sau mai multe dintre infecțiile specifice generate de existența HIV în sânge.

Cum se transmite infectia HIV?

HIV este prezent în sângele (inclusiv în sângele menstrual), sperma și secrețiile vaginale ale unei persoane infectate. HIV poate fi transmis doar dacă unul dintre aceste fluide ajunge în corpul altor persoane sanatoase.

Există 3 căi prin care te poți expune infectării cu HIV:

- 1** prin sex vaginal, anal, oral neprotejat (fără utilizarea prezervativului)
- 2** atunci când sângele tău intră în contact cu sângele unei persoane infectate cu HIV (de exemplu prin intermediul acelor sau seringilor nesterilizate și utilizate de către mai multe persoane) sau în urma transfuziilor cu sânge infectat
- 3** de la mama seropozitivă la fată (transmitere verticală) - pe parcursul sarcinii, în timpul nașterii sau prin alăptare la sân

Ce este testul HIV?

Testul HIV este un test indirect, care indica prezenta în organism a anticorpilor împotriva HIV si nu a virusului propriu-zis. Din momentul infectării cu HIV, organismul are nevoie de o perioada de aproximativ 3 luni pentru a produce anticorpii care vor fi identificati cu ajutorul testului HIV. De aceea, testul HIV va indica un rezultat precis dupa ce trece aceasta perioada de 3 luni - numita "fereastra imunologica". Cu alte cuvinte, daca ieri, de exemplu, ai avut contact sexual neprotejat si îți faci testul mâine sau chiar peste o luna, rezultatul - esti sau nu pozitiv - nu va fi 100% sigur.

Ce înseamna rezultatul NEGATIV?

Daca rezultatul este negativ înseamna ca riscul de a fi infectata cu HIV este foarte mic, aproape nul.

Ce înseamna rezultatul POZITIV?

Daca rezultatul testului este pozitiv înseamna ca esti infectata cu HIV. Dar asta nu înseamna ca ai automat SIDA sau ca te vei îmbolnăvi imediat. Persoanelor testate care prezinta acest rezultat li se va oferi posibilitatea de a discuta cu cineva despre acesta si vor putea afla sfatul unui medic specialist, care va prescrie si tratamentul ce trebuie urmat.

Aproape toti sugarii nascuti cu infectie HIV ar fi putut fi protejati daca mama ar fi stiut de la începutul sarcinii ca este infectata.

Cu ocazia primului control din timpul sarcinii ti se vor recomanda (printre alte teste) si teste de sânge.

Unul dintre testele recomandate este testul HIV (virusul imunodeficientei dobândite). HIV determina aparitia bolii SIDA.

Testarea este unica modalitate prin care poti afla daca ai aceasta infectie si,

prin urmare, sa ai acces gratuit la tratament. Chiar daca ai infectia, starea si aspectul tau nu se vor schimba imediat. Semne vizibile pot aparea si dupa 10-15 ani. De aceea, cele mai multe dintre persoane infectate (inclusiv femeile gravide) nu stiu ca au HIV.

Pentru o femeie gravida infectata cu HIV este important sa stie ca are aceasta infectie pentru ca aceasta se poate transmite de la mama la fat. Fara tratament, unul din 6 sugari nascuti de mame infectate poate prezenta infectia cu HIV la nastere.

Sub tratament, doar unul dintre 100 de sugari se poate infecta cu HIV.

Tratamentul se bazeaza pe antiretrovirale, medicamente speciale care au ca efect încetinirea dezvoltării virusului în organism. Până în prezent nu a fost descoperit nici un vaccin care sa elimine acest virus.

Recomandam testarea HIV în interesul tau si al copilului pe care îl astepti. TESTAREA ESTE GRATUITA.

Daca sunt infectata cu HIV, este mai bine sa stiu acum? DA

- daca stii ca ai infectia, poti primi tratament si suport
- poti beneficia de asistenta specializata. Personalul din spital va colabora cu specialistii care trateaza infectia cu HIV
- vei avea astfel timpul necesar pentru a te gândi la modalitatile de tratament si asistenta de care ai nevoie pe parcursul sarcinii, al travaliului sau daca doresti sau nu sa continui sarcina
- ti se va oferi consiliere si suport pentru tine însati si, daca doresti, pentru partenerul tau sau familia ta
- poti fi pusa în legatura cu alte persoane care te pot ajuta în problemele practice sau legate de familie

Poate fi redus riscul ca si nou nascutul sa fie infectat?

DA

- prin tratament special în perioada graviditatii si în timpul nasterii
- prin operatie cezariana, în cazul în care medicul tau ti-o recomanda
- prin evitarea alaptarii la sân
- prin tratament special oferit nou nascutului în primele saptamâni de la nastere

Discuta cu doctorul tau.

Daca esti infectata cu HIV, aceste masuri reduc foarte mult riscul ca si viitorul tau copil sa fie infectat.

Rezultatul testului este confidential, ceea ce înseamna ca nimeni în afara personalului autorizat nu îl poate afla.

Cu toate acestea, rezultatul va fi în mod normal inclus în fisa medicala si va fi vazut de alti doctori care te trateaza sau consulta pe parcursul sarcinii.

Discuta cu medicul tau de familie.

El poate sa-ti dea raspunsuri cu privire la testare. Probabil ca ai întrebări legate de propria situatie. Doctorul tau poate sa-ti dea un raspuns la acestea sau poate sa te puna în legatura cu persoane care te pot ajuta.

Doctorul trebuie sa-ti ceara consimtamântul în legatura cu testarea HIV. Decizia este numai a ta si nu va afecta calitatea serviciilor medicale pe care le primesti.

Trebuie sa discuti acest lucru si cu partenerul tau. Pentru eliminarea oricarui risc este recomandata testarea ambilor parteneri.

să nu uit să-i spun medicului că..

A series of horizontal dashed lines for writing.

să nu uit să-i spun medicului că...

să nu uit să-i spun medicului că..

să nu uit să-i spun medicului că...

să nu uit să-i spun medicului că...

să nu uit să-i spun medicului că..

să nu uit să-i spun medicului că...

să nu uit să-i spun medicului că..

A series of 25 horizontal dashed lines for writing.

să nu uit să-i spun medicului că...

să nu uit să-i spun medicului că..

A series of 25 horizontal dashed lines for writing.

să nu uit să-i spun medicului că...

să nu uit să-i spun medicului că...

să nu uit să-i spun medicului că...



Copyright RAA 2004