



عنايتك لصحتك النفسية بعد الولادة

"انت لست وحدك"

لا تواجهي الامر لوحدك احصلي على المساعدة
صحتك النفسية تؤثر على مولودك

من الشائع أن تعاني النساء من "الاكتئاب النفسي" - الشعور بالتوتر أو الحزن أو القلق أو الوحدة أو التعب أو البكاء - بعد الولادة. لكن بعض النساء، حتى ١ من كل ٧ نساء، يعانين من اكتئاب ما بعد الولادة. إذا كنت تعانين من أي من هذه الأعراض، اخبري طبيبك واحصلي على العلاج على الفور..



يجب على النساء الحوامل أو المرضعات مناقشة مخاطر وفوائد الأدوية مع أطبائهن. حيث يتوفر العديد من أدوية الاكتئاب الآمن استخدامها خلال فترة الرضاعة، لقلة تركيز الدواء في حليب الام مما يقلل وصول الدواء للرضيع بشكل مباشرة.

