ئەو نامیلکەیەی کە لە دەستتدایە زانیاری پێویست لەخۆدەگرێت سەبارەت بە نەخۆشییەکەی ئێستات و چۆنیەتی چارەسەرکردن و چاودێریکردنی.

بەهیوای تەندروستیەکی باش و چاکبوونەوەتان

پێش ئیکلەمپسیا چییە؟

بەرزی پەستانی خوێن لە کاتی دووگیانیدا زۆر گرنگە و یەکێکە لە هۆکارە سەرەکییەکانی مردنی دایکان

پێناسەی پێش ئیکلامپسیا یان ژەهراووی بوونی دووگیانی

پێش ئیکلەمپسیا ئاڵۆزیەکی تایبەتی دووگیانییە کە نزیکەی هەموو ئەندامەکانی جەستە دەگرێتەوە

ئەم ئاڵۆزییە لە دوای هەفتەی ٢٠ی دووگیانی ڕوودەدات و بە پەستانی خوێنی ١٤٠ لەسەر ٩٠ ملم جیوە دەستنیشان دەکرێت، کە زۆربەی کات لەگەڵ دەردانی پرۆتین لە میزدا دەبێت.

نیشانەکانی پێش ئیکلەمپسیا لە کاتی دووگیانیدا

پەستانی خوێن ١٤٠ لەسەر ٩٠ ملم جیوە و زیاتر

سەرئێشەی توند

کاڵبوونەوەی بینین و تەنانەت کوێربوون

ئازاری گەدە

زیادبوونی خێرای کێش

ئاوسانی ئەندامەکان

دەردانی پرۆتین لە میزدا

کەمبوونەوەی دەرچوونی میز

ئاڵۆزییەکانی پێش ئیکلەمپسیا بۆ دایکان

زیادبوونی پێویستی بە نەشتەرگەری قەستەرە

خەست بوونەوەی خوێن

کێشەی کۆئەگولاسیۆن

کێشەی جگەر

کێشەی گورچیلە

کێشەی سییەکان

سەرئێشەیەک کە بە چارەسەرە ئاساییەکان چاک نابێت

تێکچوونی چاو

گەشگە کردن و ئاڵۆزییەکانی

پچڕانی لفە

ئاڵۆزییەکانی کۆرپەلە لە پێش ئیکلەمپسیا

دواکەوتنی گەشەی کۆرپەلە لەناو منداڵدان

منداڵبوون پێشوەختە

پێنەگەیشتنی کۆرپەلە

چارەسەرکردن لە دۆخی توندی پێش ئیکلەمپسیا

کرداری سەرەکی بریتییە لە کۆتاییهێنان بە دووگیانی

خەواندنی دایکەکە لە نەخۆشخانە

دۆخی پاڵکەوتنی لایەنی

کۆنترۆڵکردنی پەستانی خوێن

کۆنترۆڵکردنی گەشگە کردن

هتد

ئامانجی چارەسەرکردن کەمکردنەوەی زیان و ئاڵۆزییەکانە بۆ دایک و کۆرپەلە

چارەسەرکردن لە پێش ئیکلەمپسیای سووکدا

بڕیارەکە لەسەر بنەمای تەمەنی دووگیانی دەدرێت

لە تەمەنی دووگیانیدا کە ٣٧ هەفتە و زیاترە، کۆتاییهێنان بە دووگیانی ئەنجام دەدرێت

لە کەمتر لە ٣٧ هەفتەدا، چاودێری سەرەتایی تا منداڵبوون پێشکەش دەکرێت

چاودێری سەرەتایی ئەمانەی خوارەوە لەخۆدەگرێت

کێشکردنی ڕۆژانە

پشوودانی ڕێژەیی

پشکنینی پەستانی خوێن

هەڵسەنگاندنی تەندروستی کۆرپەلە