

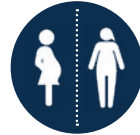
COVID-19 at Pagbubuntis



Kung ikaw ay buntis, maaaring mas nanganganib kang magkasakit nang malubha dahil sa COVID-19. Narito ang ilang tip para manatiling malusog at makaiwas sa COVID-19 habang buntis:



Makipag-usap sa iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan kung paano mananatiling malusog at aalagaan ang sarili habang buntis. Kung wala kang provider ng pangangalagang pangkalusugan, tumawag sa sentrong pangkalusugan o kagawaran ng kalusugan sa iyong lokal na komunidad.



Iwasang makihalubilo sa ibang tao hangga't maaari. Kapag may kasama kang ibang tao, dumistansiya nang 6 talampakan (2 metro) at magsuot ng pantakip sa mukha.



Tumawag sa 911 kung nakakaranas ka ng:

- Problema sa paghinga (higit sa kung ano ang normal sa iyo habang buntis)
- Tuloy-tuloy na pananakit o pagsikip ng dibdib
- Biglaang pagkalito
- Kawalan ng kakayahang tumugon sa iba
- Pamumutla ng labi o mukha



Pumunta sa lahat ng iyong appointment sa pangangalaga habang buntis.



Siguruhin na mayroon kang supply ng mga gamot mo na pang-30 araw o higit pa.

