«Մանկական բլյուզ» և հետծննդյան ընկճախտը

Ի՞նչ է «Մանկական բլյուզ»-ը

«Մանկականկ բլյուզ»-ն այն է, երբ զգում ես տխրություն և հուզական անկում ծննդաբերությունից հետո առաջին երկու շաբաթվա ընթացքում: Այս զգացողությունները նորմալ են:

Շատ մայրիկներ ծննդաբերությունից հետո բախվում են փոփոխությունների:

- Ձեր մարմինը փորձում է հարմարվել հղի չլինելուն:
- Ձեր հորմոնների մակարդակը վերադառնում է նորմայի սահմաններ:
- Ձեր քնի ռեժիմը շատ հեռու է նորմալ լինելուց:
- Ձեր ժամանակի և էներգիայի նկատմամբ պահանջները փոխվել են:

Հարցրեք ձեր բուժող մասնագետին«մանկական բլյուզ»-ի մասին լրացուցիչ տեղեկություններ ստանալու համար:

Ի՞նչ է հետծննդյան ընկճախտը

Եթե ձեր տրամադրության տատանումները չեն սկսում վերանալ, դուք կարող եք տառապել հետծննդյան ընկճախտով:

Հետծննդաբերական ընկճախտի նշաններն են՝

- Դուք ընկճված եք զգում ձեր երեխայի ծնվելուց երեք կամ չորս շաբաթ անց:
- Դուք շատ տխուր, անհույս և անհանգիստ եք զգում:
- Դուք զգում եք հոգնածություն կամ էներգիայի կորուստ:
- Դուք չեք կարողանում ավարտել առօրյա գործերը:
- Դուք դժվարանում եք ձեր երեխայի հետ կապվածություն ձևավորել:
- Վախենում եք, որ կարող եք վնասել ինքներդ ձեզ կամ ձեր երեխային:
- Ժամանակի ընթացքում ձեզ ավելի լավ չեք զգում:

Եթե նկատում եք այս նշաններից որևէ մեկը, ապա ձեզ կարող է անհրաժեշտ լինել հատուկ օգնություն: Խոսեք ձեր բուժող մասնագետի հետ: Նա կարող է օգնել ձեզ բուժում ստանալ:

Որոշ մայրիկների անհրաժեշտ է դեղորայք՝ իրենց ավելի լավ զգալու համար: Ընդունեք ձեր դեղը, ինչպես նշանակել է ձեր բուժող մասնագետը:

Հոգեկան առողջության շտապ աջակցության համար

Զանգահարել 24-ժամյա բուժքրոջ խորհրդատվական գիծ:
Մենք այստեղ ենք ձեզ օգնելու համար:

Անգլերեն՝ **(888) 275-8750**
Իսպաներեն՝ **(866) 648-3537**
TTY/TDD: **711**

Հոգեկան առողջության ծառայություններից օգտվելու համար խնդրում ենք կապ հաստատել Անդամների սպասարկման բաժնի հետ՝ (888) 665-4621 հեռախոսահամարով: Մեր՝ վարքագծային առողջության բաժինը կապ կհաստատի ձեզ հետ 3 աշխատանքային օրվա ընթացքում:

Ազգային մայրական հոգեկան առողջության թեժ գիծ
Լրացուցիչ աջակցության համար զանգահարեք (833) 852-6262 հեռախոսահամարով՝ խորհրդատուի հետ խոսելու համար:

Այս տեղեկությունն այլ լեզուներով և հասանելի ձևաչափերով ստանալու համար խնդրում ենք զանգահարել Անդամների սպասարկման ծառայություն: Այս համարը նշված է Ձեր անդամակցության ID քարտի հակառակ կողմում:

MolinaHealthcare.com
34040FLYMDCAHY | 250805

MOLINA HEALTHCARE