

## ورقة أسئلة بعد الولادة

خذي هذه الورقة معك للموعد حتى لا تضيع الأسئلة المهمة وسط التعب والانشغال بالمولود.

إذا ظهرت أفكار إيذاء النفس أو إيذاء الطفل، أو نزيف شديد، أو ألم صدر/ضيق تنفس، أو حرارة مرتفعة، اطلبي دعمًا طبيًا عاجلاً ولا تنتظري موعد المتابعة.

| # | السؤال                                                                     | إجابة الطبيبة/الطبيب |
|---|----------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| 1 | هل كمية النزيف الحالية ضمن المتوقع؟ وما العلامات التي تستدعي مراجعة عاجلة؟ |                      |
| 2 | متى أراجع فورًا إذا ظهرت حرارة أو ألم شديد أو رائحة غير معتادة؟            |                      |
| 3 | كيف أميز بين تعب ما بعد الولادة الطبيعي وأعراض اكتئاب ما بعد الولادة؟      |                      |
| 4 | هل الأدوية أو المسكنات الحالية مناسبة مع الرضاعة؟                          |                      |
| 5 | ما العلامات التي تستدعي مراجعة الرضيع؟                                     |                      |
| 6 | هل الرضاعة تسير بطريقة سليمة؟ ومتى أطلب استشارة رضاعة؟                     |                      |
| 7 | متى يكون موعد المتابعة القادم؟                                             |                      |
| 8 | ما الممنوعات أو التنبيهات الخاصة بحالتي بعد الولادة؟                       |                      |

### مصادر مرتبطة

<https://www.moh.gov.sa/awarenessplatform/womenshealth/pages/afterdelivery.aspx>

<https://www.cdc.gov/hearher/maternal-warning-signs/index.html>

أعدّ هذا النموذج للتنظيم الشخصي ولا يغني عن الطبيب أو الصيدلي أو الجهة الرسمية المختصة. آخر تحقق من الروابط: 02-08-2026.