

PREVENTING PRETERM LABOR

OB/GYN Center for Life

WHAT IS PRETERM LABOR ?

Preterm labor is labor that begins before the end of the 36th week of pregnancy. It happens when the uterus (womb) begins tightening and contracting. That makes the cervix, the opening to the uterus, open too soon.

Babies that are born too soon, between 22 and 37 weeks of pregnancy, are considered premature. They may have serious medical problems or may not live. They usually need care in the Special Care Nursery, or in the Neonatal Intensive Care Unit.

REDUCING THE RISK OF PRETERM LABOR

- | | |
|---------------------------------|--|
| PREVENT DEHYDRATION: | Drink 8 - 10 glasses of fluid daily to prevent dehydration. |
| PREVENT ANEMIA: | Eat foods that are high in iron and Vitamin C. Take extra iron tablets if your doctor prescribes them. |
| BE ALERT FOR INFECTIONS: | Report any signs of infection to the doctor or nurse. Signs of infections could be pain or burning when urinating, very frequent urination (more than usual with pregnancy), and/or discolored or foul smelling vaginal discharge. |

SIGNS OF PRETERM LABOR

- | | |
|--|--|
| CONTRACTIONS / MENSTRUAL LIKE CRAMPING: | Report any contractions or cramping that occur more than 4X an hour. |
| LEAKING / GUSHING FLUID: | Watery like fluid from the vagina. Vaginal bleeding, spotting or passing fluid that is blood tinged. |
| LOW DULL BACKACHE: | May come and go with cramping / contractions; or may be constant |
| VAGINAL / PELVIC PRESSURE: | Baby feels heavy, or feels like it is pushing down. |

CALL RIGHT AWAY TO REPORT ANY SIGNS OF PRETERM LABOR !!

Call the OB/GYN CENTER FOR LIFE at (202) 555 - 1212

If the Center is closed, call:

(202) 555 - 1212 ; ask for the OB/GYN Resident On-Call.

PREVINIENDO PARTO PREMATURO

OB/GYN Centro de Vida

¿ QUE ES UN PARTO PREMATURO ?

Parto prematuro es el parto antes del final de las 36 semanas de embarazo. Sucede cuando el útero comienza a contraerse, produciendo que la cervix, la apertura del útero se abra antes de tiempo.

Los bebés que nacen entre las 22 y 37 semanas de embarazo se consideran prematuros. Pueden nacer con problemas médicos muy serios y no sobrevivirían. Usualmente necesitan cuidado en la Emfermería de Cuidados Especiales, or Cuidado Neonatal Intensivo.

REDUCIENDO EL RIESGO DE PARTO PREMATURO

- | | |
|------------------------------------|--|
| PREVENIR LA DESIDRATACIÓN: | Tomar 8-10 vasos de líquidos cada día. |
| PREVENIR ANEMIA: | Comer comidas ricas en hierro y vitamina C; tomar vitaminas de hierro si así lo receta el médico. |
| ESTAR ALERTA A INFECCIONES: | Reportar cualquier signo de infección o mal olor o de flujo vaginal al médico. Signos de infección pueden ser: dolor o ardo al orinar, orinación con frecuencia, or flujo vaginal de mal olor. |

SEÑALES DE PARTO PREMATURO

- | | |
|--|---|
| CONTRACCIONES / DELORES COMO CÓLICOS MENSTRUALES: | Reportar cualquier cólico o contracción que tenga más de 4-5 veces una hora. |
| GOTEANDO O BASTANTE PERDIDA DE FLUJO: | Como agua saliendo del la vagina. Snagramiento vaginal, gotas de sangre, or pasando líquido con apariecia a sangre. |
| DOLOR DE ESPALDO BAJA: | Vienen y van a veces con las contracciones. O pueden ser constantes. |
| PRESIÓN VAGINAL O PÉLVICA: | El bebé se siento pesado, como si empujara hacia abajo. |

¡ LLAME DE INMEDIATO Y REPORTE CUALQUIER SEÑAL PARTO PREMATURO !

Llame al OB/GYN Centro de Vida al (202) 555 - 1212

Si está cerrado, llama

(202) 555 - 1212 ; y pregunte por médico de OB que está de turno.