



Affix Patient Label

Date: _____

Name _____

Date of birth _____

Trabajo de parto y parto en Bronson al: (296) 341-6433

INSTRUCCIONES SOBRE LA PRESIÓN ALTA

Actividad:

- Descanse con frecuencia sobre su costado izquierdo o derecho. Evite acostarse boca arriba.
- Eleve sus pies.
- Pésese diariamente aproximadamente a la misma hora.
- Pida que le ayuden con sus hijos y actividades diarias.
- Monitoree diariamente los movimientos de su bebé y notifique a su proveedor de cuidados de la salud si éstos han disminuido.

Dieta:

- Beba por lo menos 6 vasos de agua de 8 onzas diariamente.
- Lleve una dieta sana y balanceada.
- Evite los alimentos altamente procesados y salados como papas fritas, galletas saladas, pepinillos y rosetas de maíz.

Comuníquese con su proveedor de cuidados si presenta cualquiera de los siguientes síntomas:

- Dolor de cabeza fuerte.
 - Visión borrosa o con manchas.
 - Hinchazón excesiva en la cara, las manos o los pies.
 - Si nota sangre o líquido vaginal.
 - Su bebé se mueve menos que lo normal.
- No fumar es muy importante para su salud y su embarazo. Si fuma, por favor, deje de hacerlo. Hay información y apoyo para que deje de fumar disponible con su médico, enfermero/a o Bronson HealthAnswers al (269) 341-7723

Firma de la enfermera/o certificada: _____