

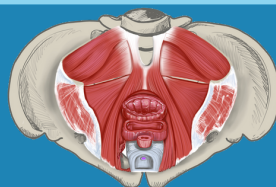


PREVENZIONE DELLE LACERAZIONI PERINEALI DURANTE LA GRAVIDANZA



FATTORI DI RISCHIO

Primo figlio
Origini asiatiche meridionale
Neonato con alto peso alla nascita



ALLENAMENTO MUSCOLARE DEL PAVIMENTO PELVICO

L'allenamento dei muscoli del pavimento pelvico può aiutarti a prepararti al travaglio e al parto e ridurre la possibilità di una lesione perineale di terzo o quarto grado.

MASSAGGIO PERINEALE

Il massaggio perineale dopo 34 settimane può aiutare a proteggere il perineo e ridurre il rischio di gravi lacerazioni.

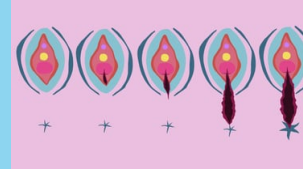


PARLANE CON OSTETRIC *E GINECOLOG*

Discutere i potenziali pro e contro delle diverse opzioni, e le tue preferenze, con il tuo team sanitario che ti segue può aiutarti a capire e prendere decisioni sulla tua cura.

PRECEDENTE GRAVE LACERAZIONE

Se hai avuto una lacerazione grave in passato, sei più a rischio di averne una in futuro.



STAMPA E PARLANE CON CHI SEGUE IL TUO PERCORSO NASCITA!

