

# ایمن بمانید

## مراقبت از بارداری را زود آغاز نمایید.

داشتن طفل نوزاد می تواند یک زمان پر از هیجان و همراه با سوالات زیاد باشد. مراقبت از خود و طفل تان با شروع زودهنگام مراقبت های بارداری آغاز می شود.

فکر می کنید که ممکن است باردار باشید؟ همین اکنون به داکتر تان یا قابله مراجعه کنید!

شما باردار هستید! از داکتر تان بخواهید که زمانی که ۱۲ هفته باردار هستید، شما را به شفاخانه محلی تان معرفی کند.

چرا مراقبت های زود هنگام بارداری بسیار مهم است:

- شما و نوزادتان محفوظ نگهداشته می شوید
- شما مراقبت و معلومات لازم را بدست می آورید
- در دوران بارداری احساس اطمینان می کنید

برای معلومات بیشتر:

[www.pregnancybirthbaby.org.au/being-pregnant](http://www.pregnancybirthbaby.org.au/being-pregnant)



Health  
Western Sydney  
Local Health District