

RECOMENDACIONES AL ALTA DE LA PACIENTE CON AMENAZA DE PARTO PREMATURO (APP)

Es importante tener en cuenta las siguientes recomendaciones una vez que llegue a casa:

- ▶ Reposo en el domicilio, tanto relativo como absoluto según le haya indicado el ginecólogo.
- ▶ La colaboración de familiares o personas de apoyo en el domicilio (para las labores domésticas, cuidado de hijos,...) ya que así disminuirá su ansiedad y favorecerá su reposo y descanso.
- ▶ No olvide tomar su medicación prescrita. Asegúrese que toma la dosis correcta y a la hora correcta.
- ▶ No conviene mantener relaciones sexuales hasta nueva revisión por el ginecólogo, ya que éstas favorecen las contracciones uterinas y desencadenar así el parto prematuramente.
- ▶ Beba abundantes líquidos (al menos 2-3 litros al día).
- ▶ La alimentación más apropiada en el domicilio es una dieta normal rica en fibra para favorecer las deposiciones y evitar el estreñimiento que suele producirse con el reposo en cama.
- ▶ Debe acudir a la consulta de Embarazo de Alto Riesgo cuando se le haya indicado y al servicio de urgencias siempre que aparezcan contracciones, hemorragias o note pérdida de líquido por vagina.