



ÈSKE SA PLIS PASE SENDWÒM TWAZYÈM JOU?

*Anpil fanm santi enkyetid oswa
tristès aprè yo fin akouche.*



Si w ap mande tèt ou èske santiman
tristès ak enkyetid yo plis pase
senpleman “sendwòm twazyèm
jou”, ranpli ti kesyonè ki nan do paj
la pou aprann kèk siy depresyon
posnatal - ki se yon pwoblèm medikal
ki grav, men ki ka trete, ki afekte
youn sou uit nouvo manman nan
espas yon ane aprè yo fin akouche.

be smart. be healthy.

right FROM THE **start**

Pou plis konsèy sou sante w:

ÈSKE W SANTI OU GENYEN SA YO RELE “DEPRESYON POSNATAL”?

siveye siy yo

Li deklarasyon ki anba yo. Make bwat la si deklarasyon an parèt familye pou ou.



Pandan semèn oswa de semèn ki sot pase yo...

- Mwen pa t kapab ri oswa wè kote amizan ankenn bagay.
- Mwen pa t ap tann pou m fè bagay mwen nòmalman renmen fè.
- Mwen te blame tèt mwen san nesesite lè bagay yo te pati mal.
- Mwen te anksye oswa enkyè pou ankenn rezon valab.
- Mwen te santi m pè oswa panike pou ankenn rezon valab.
- Mwen te kite kèk bagay deranje m.
- Mwen te sitèlman mekontan, mwen te gen difikilte pou m dòmi - menm lè tibebe mwen an t ap dòmi.
- Mwen te santi m tris oswa mizerab.
- **Mwen te si tèlman mekontan mwen te kriye.**
- **Mwen pa gen anvi pou m pran swen tibebe mwen an. ***
- Mwen te gen panse pou m fè tèt mwen mal, fè tibebe mwen an oswa lòt moun mal. *

Èske w te tyeke plis pase yon bwat? Èske santiman yo te dire plis pase de semèn? Si wi, pale avèk patnè w la oswa founisè medikal ou a jodi a. Depresyon posnatal se yon maladi, pa yon feblès. Ou pa poukонт ou epi gen èd pou sa.

* Chèche èd imedyatman si w santi w konsa.

be smart. be healthy.
right FROM THE **start**



Esklyzon responsabilite: Enfòmasyon sa a pa ranplase konsèy founisè swen medikal ou a. Mande l pou plis enfòmasyon sou sijè sa a.

Atribisyon: Se Depatman Sante Florid ki bay finansman, sipòte an pati pa pwojè H5MMC10873 nan Depatman Sante ak Sèvis Imen, Administrasyon pou Sèvis ak Resous Sante, Biwo Sante Matènèl ak Timoun Etazini (Tit V, Lwa Sekirite Sosyal).