

Jinsi ya kujua kama una Mimba: Dalili za kwanza kabisa za Ujauzito

By SW - Melkisedeck Shine · April 15, 2022

Baini Siri za Kuwa na Afya Bora na Utimamu · #Karibu AckySHINE · #SMS, Vichekesho, Mahusiano, Biashara na Ujasiriamali, Afya, Chemsha Bongo, Dini pamoja na Vitabu kwenye PDF

Mwanamke anapopata ujauzito kwa kawaida huwa anaanza kuona dalili ambazo si za kawaida. Na ni wakati huo ambao ni muafaka kwake kuanza kuuchunguza mwili wake.

Zifutazo ndizo dalili za awali za mimba changa:

Kutokwa damu bila kutegemea.

Kuchoka

Unapojisikia kuchoka na kukosa raha, au kutaka hata kulala wakati ukiwa kazini, lazima ufahamu kwamba mwili wako unajirekebisha kuingia katika kipindi kipya cha mabadiliko.

Chuchu kuwa nyeusi.

Maumivu kwenye matiti

Maumivu mwilini

Utaanza kusikia maumivu kama vile unataka kuingia katika siku zako. Kwa kawaida hali hii hutokea wakati yai likiwa linasafiri kwenda katika chumba cha mimba. Hivyo, hali hiyo husababisha sehemu hiyo itanuke taratibu na kusababisha maumivu hayo.

Kuwa na hasira

Kuongezeka kwa joto mwilini.

Kichefuchefu.

Hali hii huwapata asilimia 85 ya wanawake wanapopatwa na ujauzito, ambapo nyakati za asubuhi ndipo hasa hujionyesha.

Mwili kuvimba

Kuna wakati kupungua kwa nguvu za uyeyushaji chakula kunaweza kukusababishia kuona tumbo limevimba na nguo zikawa zinakubana kutokana na chakula kujaa katika utumbo. Lakini hali hiyo ikiendelea na ukaona siku zako haziji, basi ni vyema ukatambua kwamba tayari una ujauzito na kinachokupasa ni kwenda kuhakikisha.

Kwenda haja ndogo mara kwa mara.

Kwenda haja ndogo kila mara ni dalili kwamba kibofu chako kimeanza kufanya kazi ya ziada, ambapo huwa kinafanya kazi ya kuondoa maji kwa uthabiti zaidi wakati wa ujauzito. Hali hii pia hujitokeza mwishoni mwa ujauzito, ambapo kibofu kitakapokuwa kinarudia hali yake ya kawaida baada ya kufanya kazi kwa muda mrefu.

Tamaa ya vitu mbalimbali.

Kuumwa kichwa

Kuongezeka kwa damu kunaweza kusababisha kichwa kuuma japokuwa si sana, hususani katika wiki za mwanzo za ujauzito. Hata hivyo, hali hii hukoma mwili unapojirekebisha na mzunguko wa homoni unaotokana na ujauzito.

Kufunga choo

Homoni ambazo husababisha mwili kuvimba pia husababisha kufunga choo kutokana na mfumo wa kuyeyusha chakula kutofanya kazi vyema. Hata hivyo hali hii inaweza kujitokeza zaidi wakati ujauzito unapoendelea kukua.