



प्रसव के बाद भावनात्मक स्वास्थ्य पर प्रभाव

- प्रसव के बाद, कुछ महिलाओं को यह स्वीकारने में मुश्किल होती है कि गर्भावस्था या प्रसव के कुछ पहलू उनकी उम्मीद के मुताबिक नहीं रहे।
- प्रसव के दौरान होने वाली कठिनाई या जटिलतायें माता-पिता को भावनात्मक और शारीरिक रूप से थका सकती हैं।
- यदि महिला स्तनपान नहीं करा पाती तो उसे असफलता या निराशा महसूस हो सकती है।
- माता-पिता के लिए नई भूमिकाओं और जिम्मेदारियों को संभालना तनावपूर्ण हो सकता है।
- पूरी तरह से ठीक होने में यदि ज्यादा समय लगता है तो महिला को निराशा महसूस हो सकती है।
- अगर गर्भवती महिला का साथी उसे समर्थन न दे पाए, तो यह रिश्ते में तनाव पैदा कर सकता है।
- यदि बच्चा मृत, या जानलेवा बीमारी के साथ पैदा हुआ है, तो यह अत्यधिक दुख का कारण बन सकता है।

स्वास्थ्य कार्यकर्ता से सलाह लेना, सहायता समूह में भाग लेना या आंगनवाड़ी केंद्र में परामर्श लेना इस अवधि के दौरान माता-पिता की मदद कर सकता है।

