

(インドネシア語)

妊娠中の方へ

### **Ditujukan kepada wanita yang sedang hamil**

Di tempat pengungsian, jumlah air tidak mencukupi, keadaan toilet tidak baik dan seringkali tidak bisa mandi, sehingga kaum wanita tidak bisa menjaga kebersihan organ pentingnya yang bisa menyebabkan gatal-gatal. Selain itu bagi wanita hamil jumlah lendir (keputihan) yang dikeluarkan akan bertambah.

Oleh karena itu, sebisa mungkin untuk lebih sering mengganti celana dalam, menggunakan pembalut dan lainnya untuk selalu menjaga kebersihannya. Apabila tidak bisa melakukan hal tersebut, bersihkanlah dengan menggunakan tisu yang dibasahi dengan air atau dengan kain yang halus setelah buang air.

Apabila mengalami gatal-gatal yang hebat, dan mengeluarkan lendir putih seperti yoghurt, kemungkinan terjadinya gejala Candida (nama penyakit). Apabila hal ini terjadi, gatal-gatal tidak bisa dihilangkan hanya dengan membersihkannya dengan air.

Hal yang berkaitan dengan organ penting mungkin akan sulit untuk mengatakannya, tetapi untuk menjaga bayi yang berada didalam kandungan, beranikanlah untuk berkonsultasi kepada staf kesehatan terdekat.