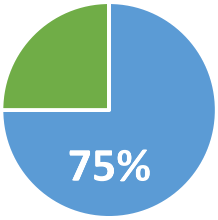
ÈTÒ ÌLERA ỌPỌLỌ ÀWỌN ÌYÁLỌ́MỌ JẸ́ ÈYÍ TÓ ṢE KÓKÓ

Méjĩ nínú mẹ́wàá àwọn obìnrin ló máa ń nĩ àìlera ọpọlọ lásìkò tĩ wọ́ńbá wà nípò ìlóyún tàbĩ láàrin ọdún àkọ́kọ́ le ýìn ọmọ bíbĩ.



Bákan náà, ìdá márùndínlọ́goriń àwọn obìnrin ni kĩ sáábà̧ èl ṣe ìwádĩ tàbĩ gba àyẹ̀ẃò nípa ètò ìlera ọpọlọ wọn, léyĩ tó máa ń yọrĩ sĩ àìsĩ ìtọ́jú tó péye òhun ìrànwọ́.

Ìwádĩ sì fihàn pé àìsĩ ìto jụ́ tó péye ló léwu fún ìyálọ́mọ, ọmọ ìkókó, àwọn ẹbĩ àti àwùjọ lápapọ̀.

ÌDÍ PÀTÀKÌ TÁ A FI GBO ḌỌ́ YA ỌJỌ́ SO ṬỌ́ NÍ PÀTÓ LÁTI ṢE ÌTANIJÍ FÚN ÈTÒ ÌLERA ỌPỌLỌ ÀWỌN ÌYÁLO ṂỌ

- Láti tonìṣọ́ǹà àti láti ṣe ìlaniloẏẹ̀ṣĩ àìsĩ ìlera ọpọlọ
- Láti gbógun ti àwọn èéŕi, àbùkù àti ìwọ̀ṣító máa ń tibi àwọn àìsàn yĩ jáde
- Láti fi agbára kún àyẹ̀ẃò àti ìtọ́jú àìsàn yĩ
- Láti pèsè àwọn ohun èlò tó ń ṣe ìrànwọ́ fún ètò ìlera àwọn ìyálọ́mọ àti àwọn ọmọ ìkókó

Ríi dájú pé o kópa nínú ìpolongo
àyẹ̀ẃò ètò ìlera àwọn ìyálọ́mọ kĩ o sì ṣe ìtànkálẹ̀àwọn ọ̀ŕọ̀yĩ.

Àyájọ́ Ètò Ìlera Àwọn Ìyálọ́mọ Lágbàáyé (#Maternalmhmatters)

Ẹ jẹ́kĩ a panu pọ̀kéde ọjọ́ŕú àkọ́kọ́ nínú oṣù kẹta lọ́dọọdún gẹ́gẹ́ bíi **àyájọ́ ọjọ́ ìlera ọpọlọ àwọn ìyálọ́mọ.**

Má gbàgbé pé ètò ìlera ọpọlọ àwọn ìyálọ́mọ ṣe kókọ́

Author: ESD. Acknowledgments: Icon designed by Freepik from www.flaticon.com, Icon madre by Roundicons from www.flaticon.com