

الحمل والولادة

رعاية الأمومة

لدى قسم الولادة طريقة عمل محترفة ومطمئنة حيث تستطيعين أن تتوجهي إليه بجميع أنواع الأسئلة خلال فترة الحمل. إن رعاية الأمومة هي عبارة عن روتينات اختيارية ومستقلة بما في ذلك الأمواج فوق الصوتية وتوصي الحوامل بعملها لكي تتمكن من اكتشاف التغيرات بصورة أكيدة. يمتاز قسم الولادة بتوفر الاستقبال الجيد وموظفين ذوي خبرة طبية عالية. هنا تجدي قايلات، أطباء ومساعدتي ممرضات.

إن رعاية الأمومة هي جزء من عيادة الأمراض النسائية وعند الحاجة يمكن الاتصال بأجزاء أخرى من قطاع أمراض النسائية و/أو أخصائيين آخرين. نتعاون مثلاً معه مركز رعاية الطفولة BVC، خبراء التأهيل الطبيعي، المرشدين الاجتماعيين وإدارة الخدمات الاجتماعية.

يحق لك الحصول على مترجم عند حاجتك للعناية الطبية.

الحمل

نظام العمل في قسم الولادة خلال فترة الحمل

عند الحمل الطبيعي تقابلين فقط قابلات خلال هذه الفترة. تنحصر مقابلة الطبيب عند الحاجة فقط.

خلال فترة الحمل يتبع نظام العمل التالي:

الأسبوع ١٠ - ١٢ خلال هذه الزيارة الأولى تؤخذ عينة دم للفحص من الذراع ورأس الإصبع، ضغط الدم، فحص البول، الوزن والطول، البيان الطبي للأمراض وتتضمن أيضاً محادثة وتخطيط لفترة الحمل. الأسبوع ١٣ - ١٤ خلال هذه الفترة تجرى صورة صوتية تدل على حجم الجنين، ومن خلال هذا التقويم يحدد تاريخ الولادة. هذا الفحص هو اختياري.

الأسبوع ٢٠ بعد مرور نصف فترة الحمل تقومين بزيارة القابلة.

الأسبوع ٢٥ خلال هذه الزيارة للقابلة يتم فيها فحص ضغط الدم، فحص الدم من رأس الإصبع ويقاس حجم البطن.

الأسبوع ٢٩ - ٣٢ خلال الزيارة يؤخذ ضغط الدم، الوزن ويقاس حجم البطن.

من الأسبوع ٣٥ تقومين بزيارة العيادة كل أسبوعين حيث يقاس ضغط الدم، حجم البطن وفحص الدم عند الحاجة.

أوجاع خلال فترة الحمل

بعض الأوجاع هي عادية خلال فترة الحمل وهي أعراض مؤقتة ومنها:

- العثيان
- التعب
- سوء الهضم، حرقة المعدة
- وجع في الظهر
- إمساك في المعدة

تستطيعين مناقشة هذه التشنجات مع القابلة ساعة تشائين للحصول على بعض النصائح المفيدة.

التحضير للولادة

التحضير للولادة وإرشاد الأهل تعرض أولاً على جميع الذين سوف يصبحون آباء وأمهات لأول مرة. تدير القابلة هذه الاجتماعات بمواضيع مختلفة، وتعطي الوقت الكافي لطرح الأسئلة. في مجموعة الآباء والأمهات توجد إمكانية طرح وإثارة أسئلة وملاحظات مشتركة للذين سوف يصبحون آباء وأمهات. يتم الخوض بأحداث الولادة، يراقب التغيير الحاصل خلال فترة الحمل، نصائح عن الأكل، معلومات مفيدة عن الإرضاع ومعلومات عن تخفيف الألم. إنها مجانية وتطوعية وموجهة للآباء والأمهات. هذه الاجتماعات هي باللغة السويدية. من الممكن الحصول على تعليم فردي من القابلة في حال وجود رغبة بذلك.

المراجعة

حوالي ٨ - ١٢ أسبوع بعد الولادة تقوم القابلة بإعادة الفحص. تقوم القابلة بفحص نسائي، تأخذ ضغط الدم، فحص الدم، الوزن وتعرض نصائح عن وسائل منع الحمل. أخذ موعد لهذا الفحص هي مسئوليتك.

الولادة

بعض العلامات العادية التي تشير بأن الولادة قد بدأت هي أوجاع منتظمة، خروج ماء الرأس أو آثار دماء. اتصلي عندها بقسم التوليد. إذا أحسست بأنك غير متأكدة من وضعك اتصلي عندها بقسم التوليد وتكلمي مع قابلة هناك.

عندما تأتئين إلى قسم التوليد يسجل صوت قلب الجنين والأوجاع. تقوم القابلة بفحص وتقييم المدة المتبقية من الولادة. سوياً مع القابلة تحططين كيفية القيام بولادة طفلك.

بعد الولادة تستطيعين أن تستلقي عدة ساعات في قسم الولادة للراحة. في حال كانت صحتك وصحة طفلك جيدة تستطيعين الذهاب إلى المنزل. ومع ذلك يجب مضي مالا يقل عن ٦ ساعات بعد ولادة الطفل. تحصلين على عناية BB-vård من القابلة في المنزل. وذلك بشرط أن تكون الولادة طبيعية وولادة الطفل قد تمت دون تعقيدات. الطفل يجب أن يتمتع بصحة جيدة وأن يجري طبيب أطفال فحصاً عليه قبل المغادرة إلى المنزل. بعد ذلك تقوم القابلة بالاتصال بك من قسم الولادة يومياً عن طريق الهاتف للتعرف على حالتك وحالة الطفل الصحية، كما تقوم بتقديم المساعدة والنصائح عن الإرضاع والعناية بالطفل. إذا كان لديك أسئلة من الممكن الاتصال بقسم الولادة BB. بعد الوضع بـ ٤ - ٦ أيام يتم عمل زيارة مراجعة في قسم الولادة BB، وبذلك تنتهي مسؤولية BB-vård، ويهتم BVC بهم.

عملية قيصرية مخططة

إذا أردت أن تضعي طفلك بعملية قيصرية لديك إمكانية القدوم إلى قسم الولادة والعمليات والقيام بزيارة دراسية. تسجيلك للقيام بعملية قيصرية يتم ذلك في قسم BB-avdelningen، هناك تلتقي بالقابلة والطبيب الذين سوف يقومون بالعملية بالإضافة إلى طبيب تخدير. يستطيع زوجك/سامبو أن يجلس بالقرب منك طيلة مدة العملية. ما أن يولد الطفل تستطيعين أن تضمينه وتريه لمدة قصيرة.

الرضاعة

الرضاعة هي الطريقة الطبيعية والأسهل لإطعام طفلك. حليب الثدي يتضمن كل ما يحتاجه الطفل في الـ ٦ أشهر الأولى. أعطي نفسك وطفلك الهدوء والوقت اللازم للرضاعة. كلما زاد رضع طفلك كلما تكون لديك المزيد من الحليب. بحال تأخر در الحليب في الثدي من المفضل عندها شرب بعض السوائل والراحة. من الجيد الإرضاع من الثديين خلال كل فترة الرضاعة. كيفي الرضاعة من خلال حاجة الطفل. في الأسابيع الأولى قد تتراوح فترة الرضاعة بفترة فاصلة بين ١ - ٢ والـ ٥ ساعات. تتناغم بين الطفل وأوقات تناول الحليب ولكن من الطبيعي أن يغير الطفل ذلك أول فترة. أغلب الأطفال بحاجة أن يرضعوا ليلاً ونهاراً في الأشهر الأولى أو أكثر. إذا كان بول الطفل يبلغ ٦ - ٨ حفاضات في اليوم ويزيد وزنه فان ذلك يعني أنه يحصل على الطعام اللازم.

للمزيد من المعلومات عن الرضاعة يرجى الاتصال بـ Amningshjälpen، على رقم الهاتف 0411 44333، على صفحة الإنترنت www.amningshjalpen.se يوجد معلومات باللغة الإنكليزية. لدى Amningshjälpen كتيب عن الرضاعة باللغة العربية، الروسية، الكردية، الفارسية، التركية، الصومالية و tigrinja.

في مركز BVC تحصلين على المساعدة التي تتعلق بعناية الطفل. سوف تتصل بك ممرضة من مركز BVC بعد ولادة الطفل.

قيسي وزن الطفل عند زيارة مركز BVC. حيث تستطيعين أن تسألي وتحصلي على النصائح والمساعدة بالأسئلة المتعلقة بعناية الطفل. أنت مرحب بك دائماً للاتصال بقسم الولادة BB والممرضات العاملات في مركز رعاية الطفولة BVC إذا كانت لديك أي تساؤلات.