ਢਿੱਡ ਦੇ ਚੀਰੇ ਰਾਹੀਂ ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਦ ਕੀ ਉਮੀਦ ਰੱਖੋ

ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਤੁਰੰਤ ਬਾਦ

- ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤੀਆਂ ਦੁਆਈਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਢਿਲਿਆਂ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ
- ਤੁਸੀਂ ਕੰਬਣ ਲਗ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਠੰਡ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ (ਤੁਹਾਡੇ ਉੱਤੇ ਗਰਮ ਕੰਬਲ ਪਾਏ ਜਾਣਗੇ)
- ਤੁਸੀਂ ਜਨਮ ਤੋਂ ਫ਼ੌਰਨ ਬਾਦ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੇਖੋਗੇ ਅਤੇ ਚੁੱਕ ਸਕੋਗੇ
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਿਨ੍ਹਾ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪਿਆਉਣ ਲਈ ਮਦੱਦ ਮੰਗੋ

ਅਗਲੇ ਦਿਨ

- ਤੁਹਾਡੇ ਆਰਾਮ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਦੀ ਦੁਆਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿਨ੍ਹਾ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਉਠੱਣ ਤੇ ਤੁਰਨ ਲਈ ਉਤਸਾਹਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ
- ਜਿਨ੍ਹੀ ਵਾਰੀ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪਿਆਉਣ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲਨ ਲਈ ਉਤਸਾਹਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ
- ਜਦੋਂ ਤਕ ਤੁਸੀ ਹਵਾ ਨਹੀਂ ਕੱਢ ਸਕਦੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਰਲ ਅਤੇ ਨਰਮ ਖ਼ਾਨਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ
- ਚੀਰੇ ਵਾਲਾ ਹਿੱਸਾ ਢੱਕ ਕੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਖ਼ੁਸ਼ਕ ਤੇ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਕੀ ਸੁਭਾਵਕ ਹੈ

- ਚੀਰੇ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤੇ ਟਾਂਕੇ ਜਾਂ ਸਿਲਾਈ ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਦੇ 3-5 ਦਿਨਾਂ ਬਾਦ ਹਟਾਏ ਜਾਣਗੇ
- ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਦੇ 2-4 ਦਿਨਾਂ ਬਾਦ ਘਰ ਜਾਂਦੇ ਹੋ
- ਚੀਰੇ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਬਾਦ ਵਿੱਚ ਥਪਥਪਾ ਕੇ ਸੁਕਾਉਂਦੇ ਹੋਏ, ਤੁਸੀਂ ਘਰੇ ਸ਼ਾਵਰ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਦੇ 3-5 ਦਿਨਾਂ ਬਾਦ ਤਕ ਤੁਸੀਂ ਟੱਟੀ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕੋਗੇ (ਖੂਬ ਸਾਰੇ ਦਰੱਵ ਪੀਓ – ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਆਲੂ ਬੁਖਾਰੇ ਅਤੇ ਨਾਸ਼ਪਾਤੀ ਦਾ ਰਸ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ)
- ਪਤਲਾ ਜਿਹਾ ਲਾਲ ਦਾਗ਼ ਛੱਡਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਚੀਰਾ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਭਰ ਜਾਵੇਗਾ
- ਚੀਰੇ ਦਾ ਦਰਦ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਘੱਟਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤੇ ਤੁਰਨਾ ਫਿਰਨਾ ਆਸਾਨ ਹੋ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਕਿਸ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ

- ਜੇ ਚੀਰਾ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋ ਜਾਵੇ ਜਾ ਖੁੱਲ ਜਾਵੇ
- ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਢਿਡ ਹੱਥ ਲਾਉਣ ਤੇ ਦੁਖੇ
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਹੋਵੇ
- ਜੇ ਯੋਨੀ ਦੇ ਖ਼ੂਨ ਵਿੱਚੋਂ ਬਦਬੂ ਆਵੇ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਰਾਜੀ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸੁਆਲ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਨਰਸ,
ਦਾਈ, ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਨਰਸ, ਕਲੀਨਿਕ, ਪਰਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ
ਪਰਸੂਤ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

2007...May be photocopied with acknowledgement to the Multicultural Perinatal Network
c/o 416-338-7600 Toronto Public Health
Punjabi translation of "What to Expect After a Caesarean Section"