قبل از زچگی دیکھ بھال — متوقع باتیں

اُمید سے ہوتے ہوئے صحت کی حسب قاعدہ دیکھ بھال اس بات کو یقینی بنانے کا بہترین ڈھنگ ہے کہ ماں اور بچہ صحیح سلامت اور صحتمند ہیں۔
حاملہ ہونے کے دوران آپ اپنی دیکھ بھال کے لئے دائی، نرس پریکٹیشنر، فیملی ڈاکٹر یا وضع حمل کے ماہرین سے کسی کو بھی چن سکتے ہیں۔

قبل از زچگی کے پہلے ملاحظے کے وقت آپ کی صحت کی نگران (ہیلتھ کیئر گیور) عموماً:

- آپ کے اُمید سے ہونے کے بارے میں بات چیت کریگی اور یہ بتائے گی کہ بچہ کب پیدا ہوگا
- آپ سے سوال پوچھے گی اور قبل از زچگی سے متعلقہ خاص فارم پر کرے گی۔ یہ فارم آپ کے حاملہ حالت میں ہونے کا ریکارڈ ہوگا
- متلی یا قے جیسی آپ کی تکلیفوں کے بارے میں پوچھے گی اور ضروری ہوا تو علاج معالجہ بھی کرے گی
- آپ کے بلڈ پریشر کی جانچ کرے گی
- پورا طبی معائنہ کرے گی
- آپ کا خون کس قسم کا ہے یا آپ کو چھوت کی کوئی بیماری تو نہیں، ان باتوں کی اور اگر ضروری ہوا تو ان کے علاوہ اور باتوں کی جانچ کے لئے آپ کا خون ٹیسٹ کرے گی
- پیپ ٹیسٹ کرے گی اور آپ کی بچہ دانی کا سائز جانچنے کے لئے اندام نہانی کا معائنہ کرے گی
- قبل از زچگی کلاسوں اور کمیونٹی خدمات کے بارے میں بات چیت کرے گی
- قبل از زچگی معائنہ کہاں اور کس وقت ہوگا، اس کا انتظام کرے گی

ہر قبل از زچگی ملاحظہ کے وقت آپ امید رکھ سکتے ہیں کہ آپ کی کیئر گیور:

- آپ کے بلڈ پریشر کی جانچ کرے گی
- آپ کا وزن کرے گی
- آپ کے پیشاب میں کسی قسم کی شوگر یا پروٹین تو نہیں، اس بات کی جانچ کرے گی
- آپ کے بچے کے دل کی دھڑکن سنے گی
- آپ کے پیٹ کا ناپ لیکر آپ کے بچے کی افزائش کی جانچ کرے گی
- آپ کے سوالوں کا جواب دے گی

قبل از زچگی ملاحظے عموماً اس طرح ہوں گے

- 7 ماہ (28 ہفتے) تک مہینے میں ایک بار
- 9 ماہ (36 ہفتے) تک مہینے میں 2 بار
- آخری ماہ میں ہر ہفتہ ایک بار

2007...May be photocopied with acknowledgement to the Multicultural Perinatal Network
c/o 416-338-7600 Toronto Public Health
Urdu translation of "Prenatal Care - What to Expect"

TORONTO

Printed and distributed by Toronto Public Health