

আপনার মাতৃত্বকালীন যত্নের অধিকার



ধাপে ধাপে নিদেৰ্শিকা

NHS Greater Glasgow & Clyde উচ্চ মানের মাতৃত্বকালীন যত্ন পরদান এবং আমাদের কাছে আসা পর্তেয্কেৰ সাথে নয্যযয্ এবং সম্মানের সাথে আচরণ করা নিশ্চিত করতে পর্তিশৰুতিবদধ।

আমাদের কোনো পরিষেবা বয্বহার করার সময় আপনার অধিকার আছে।

উদাহরণসব্ৰুপ, বণৰ্ববাদ বা অনয্ কোনো ধরনের বৈষময্ অনুভব না করার অধিকার আপনার আছে।

এছাড়াও আপনার স্বাধীন সমথৰ্ন পাওয়ার অধিকার রয়েছে, যেমন একটি দাতবয্ সংস্থার কেউ, আপনার যত্নের সময় আপনাকে সাহাযয্ করার জনয্।

আমাদের ধাপে ধাপে নিদেৰ্শিকা গভৰ্বাস্থায় এবং পরে আপনার যত্নের বিভিন্ন পরায় বয্যখয্য করে। আমাদের পরিষেবা, গুরুতব্পূণৰ্ টেলিফোন নমব্ৰগুলি এবং কীভাবে তাদের কল করার জনয্ আমাদের টেলিফোন দোভাষী পরিষেবা বয্বহার করতে হয় সেগুলি বয্বহার করার সময় আপনার দোভাষী সমথৰ্ন করার অধিকার এর মধ্যেয্ রয়েছোআপনি

1

ধাপ 1

মাতৃত্বকালীন যত্নের জনস্বাক্ষর
করুন

আপনি গর্ভাবস্থা হওয়ার সাথে সাথে বুকিং অফিসে যোগাযোগ করে একজন মিডওয়াইফের সাথে অ্যাপয়েন্টমেন্ট নিন।

আপনার গর্ভাবস্থার 6 এবং 10 সপ্তাহের মধ্যে আপনার স্থানীয় মাতৃত্ব পরিষেবাগুলিতে বুক করার জনস্বাক্ষর সমস্ত মা-কে, এমনকি যারা ইতিমধ্যেই বাচ্চাদের আছে তাদের অনুরোধ করছি।

আপনার এবং আপনার শিশুর সাথে সব ঠিক আছে কিনা তা পরীক্ষা করার জনস্বাক্ষর পরীক্ষা এবং স্ক্যানগুলি আপনার গর্ভাবস্থার প্রাথমিক পর্যায়ে হয় তাই তাড়াতাড়ি বুক করা গুরুত্বপূর্ণ এবং আপনি আপনার সমস্ত অ্যাপয়েন্টমেন্ট যোগদান করেছেন তা নিশ্চিত করুন। আপনার ধাত্রী আপনার পরিস্থিতি বুঝতে সাহায্য করার জনস্বাক্ষর এবং আপনার গর্ভাবস্থায় আপনার পরয়োজন হতে পারে এমন কোনো অতিরিক্ত সহায়তা এবং যত্ন নিয়ে আলোচনা করতে আপনার সাথে কাজ করবেন।

বুকিং অফিসের নম্বর হল
0141 347 8422



আপনি এই কল করতে আমাদের টেলিফোন দোভাষী পরিষেবা ব্যবহার করতে পারেন।



এটি এবং ভবিষ্যতের সমস্ত অ্যাপয়েন্টমেন্টের জনস্বাক্ষর সমর্থনের ব্যাখ্যা করার জনস্বাক্ষর স্টাফ সদস্যকে জিজ্ঞাসা করার অধিকার আপনার আছে

2

ধাপ 2

অ্যাপয়েন্টমেন্ট যোগদান

আপনার পরস্বপূর্ব পরিচরার সময় আপনি শুধুমাত্র 1 বা 2 জন ভিন্ন ধাত্রী দেখতে পাবেন, যাতে আপনাকে বিশ্বাস গড়ে তুলতে এবং যোগাযোগে সহায়তা করতে সহায়তা করে। আপনার কাছে প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করার এবং আরও ব্যাখ্যা চাওয়ার অধিকার আছে যদি আপনি কিছু বলা সম্পর্কে পরিষ্কার না হন।

আপনার প্রথম দশর্নের সময়, মিডওয়াইফ যেকোন অংশীদার বা সহায়তাকারী ব্যক্তিকে কয়েক মিনিটের জনস্বাক্ষর বাইরে যেতে বলবেন যাতে আপনি প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করার জনস্বাক্ষর কিছু ব্যক্তিগত সময় দিতে পারেন। এটি সকল মায়েদের জনস্বাক্ষর পদ্ধতি।

আপনার যত্ন আপনার বাড়ির কাছাকাছি একটি সেটিং হতে পারে। আপনি যদি সামাজিক নিরাপত্তা সুবিধা নিয়ে থাকেন, তাহলে আপনি আপনার ভ্রমণ খরচ ফেরত দাবি করতে পারবেন। আপনি সেরা স্টাট্‌ গারান্ট, সেরা স্টাট্‌ ফুডস এবং স্কটিশ চাইল্ড পেমেন্টের জনস্বাক্ষর যোগস্বাক্ষর হতে পারেন। শুধু এই সম্পর্কে স্টাফ সদস্যদের জিজ্ঞাসা করুন। আপনার অ্যাপয়েন্টমেন্ট যেতে সমস্যা হলে অনুগ্রহ করে আপনার মিডওয়াইফের সাথেও কথা বলুন।

আপনার পছন্দের ভাষায় সমস্ত তথ্য পাওয়ার অধিকার আপনার আছে। এর মধ্যে গর্ভাবস্থায় কীভাবে নিজের এবং আপনার শিশুর যত্ন নেওয়া যায়, আপনাকে যে পরীক্ষাগুলি দেওয়া হবে সে সম্পর্কে তথ্য এবং জন্ম দেওয়ার জনস্বাক্ষর নিজেকে পরস্বাক্ষর করা অন্তর্ভুক্ত। এটি আপনার শিশুর যত্ন এবং খাওয়ানোর বিকল্পগুলির জনস্বাক্ষর পরিকল্পনাও অন্তর্ভুক্ত করে। পরস্বপূর্ব সময়কালে আপনার মিডওয়াইফ আপনার সাথে এই বিষয়ে আলোচনা করবেন। আপনি যদি মনে করেন যে আপনি এই তথ্যটি পাননি, অনুগ্রহ করে কর্মীদের একজন সদস্যকে আপনার সাথে এই বিষয়ে কথা বলতে বলুন।

3

ধাপ 3

পরসবপূবর্ ক্লাস

পরসবপূবর্ ক্লাসগুলি গুরুত্বপূর্ণ বিষয়গুলি কভার করে যেমন পরসবের জন্য কীভাবে পরস্তুত করা যায়, আপনার কী পরয়োজন হতে পারে, আপনি কীভাবে আপনার শিশুকে খাওয়াবেন এবং কীভাবে নিজের যত্ন নেবেন।

আপনি একজন দোভাষী চাইতে পারেন এই ক্লাসে উপস্থিত হতে।



দোভাষী আপনার পাশে বসে নীরবে বঝাখা করবেন কি বলা হচ্ছে এবং আপনার কোন প্রশ্ন থাকতে পারে। আপনার সঙ্গী/সমর্থক অংশীদারও পরসবপূবর্ ক্লাসে যোগ দিতে পারেন। তারা গভরাবস্থায়, পরসবের সময় এবং শিশুর জন্মের পরে কীভাবে আপনাকে সমর্থন করবেন সে সম্পর্কে তথ্য এবং পরামর্শ পাবেন। তারা আপনার শিশুর যত্ন নেওয়ার দক্ষতাও শিখবে। শিশুর জন্মের পর পরিবার পরিকল্পনার তথ্যও পাওয়া যায়।

4

ধাপ 4

জন্ম পরিকল্পনা করা

আপনার মিডওয়াইফের সাথে আপনার জন্ম পরিকল্পনা নিয়ে আলোচনা করা উচিত। আপনি পরসবের সময় আপনার সাথে কাকে চান এবং সেই সাথে জলের জন্ম, ঘরে জন্ম, বঝা উপশম, খাদ্য এবং দোভাষী সমর্থন।



আপনি যখন চিকি সা সংক্রান্ত সমস্যার কারণে পরসবকালীন অবস্থায় থাকেন তখন কমরীরা সবসময় আপনার পছন্দগুলি অনুসরণ করতে সক্ষম নাও হতে পারে, তবে এটি আপনাকে বঝাখা করা উচিত। আপনাকে আপনার শর্ম পরোচিত করতে হতে পারে (চিকিৎসা শুরু করা হয়েছে)। কিছু মহিলার সিজারিয়ান জন্মের পরয়োজন হতে পারে। আপনার মিডওয়াইফ আপনাকে এই পরিকল্পনাগুলি বঝাখা করতে পারে এবং আপনার যেকোনো প্রশ্নের উত্তর দিতে পারে।

5

ধাপ 5

আপনার বাচ্চা হওয়া

বেশিরভাগ মহিলাই তাদের বাচ্চাকে হাসপাতালে নেওয়ার লক্ষ্য রাখেন। আপনি যদি মনে করেন যে আপনি পরসবকালীন অবস্থায় আছেন, অনুগ্রহ করে আপনি যে হাসপাতালে বুকিং করেছেন সেখানে কল করুন -

পির্নেসস রয়্যাল ম্যাটারনিটি হাসপাতাল
0141 201 3453/3454

কুইন এলিজাবেথ ম্যাটারনিটি হাসপাতাল
0141 232 4363

রয়্যাল আলেকজান্দ্রা কমিউনিটি ম্যাটারনিটি ইউনিট
0141 314 7033

রয়্যাল আলেকজান্দ্রা ম্যাটারনিটি ইউনিট লেবার ওয়াডর্
0141 314 6067

লেভেন কমিউনিটি ম্যাটারনিটি ইউনিটের উপত্যকা সকাল 8টা-8টা* 01389 817232

ইনভারক্লাইড কমিউনিটি ম্যাটারনিটি ইউনিট সকাল 8টা-8টা* 01475 504619

* 0141 314 7033 নম্বরে রয়্যাল আলেকজান্দ্রা হাসপাতালের লেবার ওয়াডের্ কল করুন

একজন মিডওয়াইফ কী ঘটছে তা নিয়ে কথা বলবেন এবং পরবর্তীতে কী করতে হবে তা আপনাকে পরামর্শ দেবেন। আপনি এটি করতে আমাদের টেলিফোন দোভাষী পরিষেবা ব্যবহার করতে পারেন।



আপনি যখন পরসবকালীন অবস্থায় থাকেন, তখন বয়্খা উপশম সহ সমস্ত সিদ্ধান্তে জড়িত থাকার অধিকার আপনার আছে। আপনি যদি মনে করেন যে আপনি আপনার পরয়োজনীয় বয়্খা উপশমের মাত্রা পাচ্ছেন না, অনুগ্রহ করে উপস্থিত স্টাফ সদস্যকে বলুন বা আপনার পছন্দ হলে অনন্ কন্নরীদের সাথে কথা বলতে বলুন। আপনি আপনার পরসবের সময় জনন্ দোভাষী সহায়তা চাইতে পারেন।



6

ধাপ 6

পরসব পরবতরী যত্ন

আপনি যদি আপনার শিশুর জন্মের পরে হাসপাতালে থাকেন তবে আপনার অধিকার রয়েছে আপনি যখন আপনার যত্নের প্রধান সমসয়গুলি সম্পর্কে মিডওয়াইফ এবং ডাক্তারদের সাথে কথা বলছেন তখন দোভাষী সমর্থন করা।



আপনার শিশুকে খাওয়ানোর জনন্ এবং আপনার বেছে নেওয়া উপায়ে আপনার যত্ন নেওয়ার জনন্ আপনাকে সবর্দা সমর্থন করা উচিত।

আপনি যখন বাড়িতে থাকবেন, আপনার সন্তানের জন্মের 10 দিন পর পয়র্নত একজন মিডওয়াইফ আপনাকে কয়েকবার দেখতে পাবেন। একজন হেলথ ভিজিটর 11-14 দিন থেকে আপনার এবং আপনার শিশুর সাথে দেখা করতে হবে। তারা আপনার গর্ভাবস্থার পরেও আপনার সাথে দেখা করবে আপনাকে জানতে এবং সবকিছু ঠিক আছে কিনা তা নিশ্চিত করতে। আপনার হেলথ ভিজিটর আপনাকে শিশুর ইমিউনাইজেশন ক্লিনিকের মতো বিষয় সম্পর্কে বলবেন।

তারা এই পরিদর্শনে সাহায্যের বয়্খার ব্যবস্থাও করতে পারে।





যেকোনো NHS পরিষেবাতে কল করতে আমাদের টেলিফোন ইন্টারপের্টিং পরিষেবাব্যবহার করুন।

ফোন 0141 319 4850

আপনাকে আপনার রোগীর পিন নম্বর চাওয়া হবে। এটি 1829871

তারপরে আপনি 15 সেকেন্ডের মধ্যে একজন দোভাষীর সাথে সংযুক্ত হবেন। আপনি যে নম্বরে কল করতে চান তা দোভাষীকে বলুন, উদাহরণস্বরূপ 0141 347 8422 (মাতৃত্ব বুকিং)

আপনি NHS24 (111) এবং সহ আমাদের যেকোনো পরিষেবায় কল করতে এই পরিষেবাটি ব্যবহার করতে পারেন জরুরী সেবা (999).



আপনার সমস্ত অ্যাপয়েন্টমেন্টের জন্য একজন দোভাষী পাওয়ার অধিকার আছে।

স্টাফ সদস্যদের জানান যে আপনি আপনার সহায়তার ব্যাখ্যা করতে চান কিনা অ্যাপয়েন্টমেন্ট এটি মুখোমুখি দোভাষী বা আমাদের টেলিফোন দোভাষী পরিষেবা হতে পারে। যদি মুখোমুখি দোভাষী ব্যবহার করেন, আপনি বিশেষভাবে একজন মহিলা বা পুরুষকে অনুরোধ করতে পারেন

দোভাষী, কিন্তু তারা সবসময় উপলব্ধ নাও হতে পারে তাই যদি আপনার একটি শক্তিশালী পছন্দ থাকে এর জন্য আপনাকে আর অপেক্ষা করতে হতে পারে। অনুগ্রহ করে মনে রাখবেন যে আপনাকে সমর্থন করার জন্য পেশাদার দোভাষী ব্যবহার করা

NHSGGC নীতি আপনার যত্নের সাথে, পরিবারের সদস্য বা বন্ধুদের নয়।

আপনি যদি আপনার যত্ন সম্পর্কে অভিযোগ করতে চান তবে কী করবেন রোগীর পরামর্শ এবং সহায়তা পরিষেবা আপনাকে পরিতর্কিত জানাতে সাহায্য করতে পারে বা মন্তব্য করুন, উদ্বেগ প্রকাশ করুন বা আপনার চিকিৎসার বিষয়ে অভিযোগ করুন NHS থেকে প্রাপ্ত 0800 917 2127 নম্বরে আমাদের সাথে যোগাযোগ করুন। আপনি ব্যবহার করতে পারেন এই কল করার জন্য টেলিফোন ইন্টারপের্টিং পরিষেবা।



জরুরী অবস্থায় কি করতে হবে

আপনার যদি যোনিপথে রক্তপাত হয় বা আপনার তলপেটে কর্ণাম্প এবং বয়্থা থাকে তবে এর মানে এই নয় যে আপনি গভর্পাত করছেন; পর্থম দিকে কিছুটা হালকা যোনিপথে রক্তপাত হওয়া সাধারণ গভর্পাতের 12 সপ্তাহ। এটাকে বলা হয় হুমকিপর্পাত গভর্পাত। বেশিরভাগ মহিলাই সুস্থ গভর্পাত করতে যান কিন্তু কিছু মহিলার পরবর্তীতে গভর্পাত হয়।

আপনি যদি 12 সপ্তাহের কম গভর্পাতী হন এবং পেটে বয়্থা বা রক্তপাত হয় তবে আপনার নিকটস্থ দুর্ঘর্টনা ও জরুরী বিভাগে যান।

আপনার নিকটতম জরুরী বিভাগেও যেতে হবে অথবা যদি আপনি একটি অ্যাম্বুলেন্স (999) কল করেন-

- খুব তীবর্ পেটে বয়্থা বিকাশ (যা শুধুমাত্র এক দিকে হতে পারে)
- কাঁধে বয়্থা বিকাশ
- আগের চেয়ে অনেক বেশি রক্তপাত হচ্ছে (জমাট বাঁধা বা 30 মিনিটের মধ্যে একটি পয়্‌ড ডিজিয়ে রাখা)
- কোন অজ্ঞান পর্ব বা পতন ভোগা

জরুরী পরিস্থিতিতে, আপনি টেলিফোন ইন্টারপের্টিং ব্যবহার করে কর্মীদের সাথে যোগাযোগ করতে পারেন, যা তারা আপনার জন্য অ্যাক্‌সেস করতে পারে।

আপনি যদি 12 সপ্তাহের বেশি গভর্পাতী হন এবং রক্তপাত বা বয়্থা অনুভব করেন, বা উপরে তালিকাভুক্ত যেকোনও উপসর্গের সম্মুখীন হন, তাহলে আরও পরামর্শের জন্য আপনি যে হাসপাতালে আপনার গভর্পাত স্থা বুক করেছেন সেখানে আপনার পরসূতি মূল্যায়ন ইউনিটে ফোন করা উচিত।

কুইন এলিজাবেথ বিশর্বিদ্যালয় হাসপাতাল
পির্নেসস রয়্যাল ম্যাটারনিটি হাসপাতাল
রয়্যাল আলেকজান্দরা হাসপাতাল
ভেল অফ লেভেন হাসপাতালে সকাল 8টা থেকে 8টা*
ইনভারক্লাইড রয়্যাল হাসপাতাল সকাল 8টা থেকে 8টা*

0141 232 4363
0141 211 3453 / 3454
0141 314 6067
01389 817 411
01475 504 619

* আউট অফ আওয়ারস কল
রয়্যাল আলেকজান্দরা হাসপাতাল

0141 314 6067

আপনি টেলিফোন ইন্টারপের্টিং পরিষেবা
ব্যবহার করতে পারেন এই নম্বরগুলির যেকোনো
একটিতে কল করতে।

