

# حقوق شما برای مراقبت از زایمان



## راهنمای گام به گام

Greater Glasgow & Clyde NHS در تعهد به ارائه مراقبت های زایمان با کیفیت بالا و اطمینان از اینکه با همه کسانی که به ما مراجعه می کنند با عادلانه و با احترام رفتار می شود

شما در استفاده از هر یک از خدمات ما حقوقی دارید

به عنوان مثال، شما حق دارید تا تبعیض نژادی یا هر نوع تبعیض دیگری را تجربه نکنید

همچنین، شما حق دارید به حمایت مستقلی، مانند فردی از یکسازمان خیریه، برای کمک به شما در طول مراقبت هایتان داشته باشید

راهنمای مراحل مختلف مراقبت هایتان در طول و بعد از بارداری توضیح داده شده است. این شامل حقوق شما برای حمایت ترجمه در هنگام استفاده از خدمات ما، شماره های تلفن مهم و نحوه استفاده از خدمات ترجمه تلفنی ما برای تماس با آنها می شود

1

## مرحله ۱

### برای مراقبت های زایمان رزرو کنید

برای ثبت نام در مراقبت های بارداری، با تماس با دفتر رزرو، قرار ملاقاتی با یک ماما اخذ کنید همچنین بدانید باید هرچه سریعتر بعد از متوجه شدن بارداری خود اقدام نمایید

به همه زنانی که قرار است مادر شوند، حتی زنانی که از قبل فرزنددارند، توصیه می شود که بین هفته های ۶ تا ۱۰ بارداری خود، وارد خدمات محلی مادری شوند

تست های بهداشتی و اسکن ها برای بررسی وضعیت شما ونوزادتان در مراحل اولیه بارداری انجام می شوند، بنابراین مهم است که زودتر رزرو کنید و از حضور در تمامی قرار ملاقات های خود اطمینان حاصل کنید. ماما شما همچنین با شما همکاری می کند تا به شما درک وضعیت خود را بیشتر کند و درباره هرگونه حمایت و مراقبت اضافی که ممکن است در طول بارداری نیاز داشته باشید، بحث کند شماره دفتر رزرو ۰۱۴۱۳۴۷۸۴۲۲ است



می توانید از خدمات ترجمه تلفنی ما برای انجام این تماس استفاده کنید



شما حق دارید از کارمندان درخواست پشتیبانی ترجمه را برای این قرار ملاقات و تمامی قرار ملاقات های آینده خود بکنید

2

## مرحله ۲

### حضور در قرارهای ملاقات

در طول مراقبت های دوران بارداری خود شما فقط 1 یا 2 ماما را خواهید دید تا به شما در ایجاد اعتماد و کمک به برقراری ارتباط کمک کنند. شما حق دارید سوالاتی بپرسید و اگر درباره هر چیزی که گفته شده مطمئن نیستید، درخواست توضیحات بیشتر کنید

در طول اولین ملاقات شما، ماما از هر شریک پارتنر یا پشتیبان (حامی) می خواهد چند دقیقه

بیرون برود تا برای شما وقت خصوصی برای پرسیدن سوالات در نظر بگیرد. این روش استاندارد برای همه مادران آینده است

مراقبت شما می تواند در یک محل نزدیک به خانه تان انجام شود. اگر دریافت کننده کمک های اجتماعی هستید، ممکن است بتوانید هزینه های سفر خود را پس بگیرید. شما همچنین ممکن است واجد کمک (Best Start Grant شرایط برای دریافت (بهترین باشید هزینه شروع

بهترین کمک هزینه شروع، بهترین غذای شروع و پرداخت کودک اسکاتلندی. در این خصوص از یکی از کارکنان سوال کنید لطفاً اگر در رسیدن به قرار ملاقات خود با مشکل مواجه هستید، با ماما نیز صحبت کنید شما حق دارید تمام اطلاعات را به زبان دلخواه خود دریافت کنید. این شامل نحوه مراقبت از خود و کودکان در دوران بارداری، اطلاعات مربوط به آزمایشاتی است که به شما ارائه می شود و خود را برای زایمان آماده می کنید. همچنین شامل برنامه ریزی برای مراقبت از کودک و گزینه های تغذیه می شود. در طول دوران بارداری، ماما در این مورد با شما صحبت خواهد کرد. اگر فکر می کنید این اطلاعات را دریافت نکرده اید، لطفاً از یکی از کارکنان بخواهید که این موضوع را با شما در میان بگذارد

3

## مرحله ۳

### کلاس های قبل از زایمان

کلاس های قبل از زایمان مسائل مهمی مانند آماده شدن برای زایمان، نیازهایی که ممکن است داشته باشید، نحوه تغذیه نوزادان و نحوه مراقبت از خودتان را پوشش می دهند

می توانید درخواست کنید تا یک مترجم در این کلاس ها حاضر باشد.



مترجم کنار شما خواهد نشست و به آرامی آنچه گفته می شود و هر سوالی که شما دارید را ترجمه خواهد کرد

چنین همسر/شریک /حمایت کننده شما می تواند در کلاس های قبل از زایمان شرکت کند. او اطلاعات و مشاوره درباره چگونگی حمایت از شما در طول بارداری، زمان زایمان و پس از تولد نوزاد را دریافت خواهد کرد. او همچنین مهارت های لازم در مراقبت از نوزاد شما را یاد خواهد گرفت اطلاعاتی درباره برنامه ریزی خانواده برای بعد از تولد نوزاد هم در دسترس است

4

## مرحله ۴

### برنامه زایمان را تنظیم کنید

شما باید برنامه زایمان خود را با ماما خود در میان بگذارید. این می تواند شامل افرادی باشد که در هنگام زایمان می خواهید همراه شما باشد و همچنین ترجیحات شما برای مواردی مانند زایمان در آب، زایمان در خانه، تسکین درد، تغذیه و پشتیبانی ترجمه می شود



کارکنان ممکن است همیشه نتوانند در هنگام زایمان به دلیل مسائل پزشکی ترجیحات شما را دنبال کنند، اما این باید برای شما توضیح داده شود. ممکن است لازم باشد زایمان خود را القا کنید (از نظر پزشکی شروع کنید). برخی از زنان ممکن است نیاز به زایمان سزارین داشته باشند. ماما می تواند این فرآیندها را برای شما توضیح دهد و به هر سوالی که ممکن است داشته باشید پاسخ دهد

5

## مرحله ۵

### تولد نوزادتان را تجربه کنید

بیشتر زنان قصد دارند نوزاد خود را در بیمارستان به دنیا آورند. اگر فکر می کنید در حال زایمان هستید، لطفاً با بیمارستانی که در آن رزرو شده اید تماس بگیرید

بیمارستان مادری پرنسس  
رویال

۰۱۴۱۲۰۱۳۴۵۳/۳۴۵۴

بیمارستان مادری الیزابت  
ملکه

۰۱۴۱۳۳۳۴۳۶۳

واحد مادری جامع رویال  
الکساندرا

۰۱۴۱۳۱۴۷۰۳۳

بخش زایمان بیمارستان  
رویالالکساندرا

۰۱۴۱۳۱۴۶۰۶۷

واحد مادری جامع ویل او لیون\* 8  
صبح تا 8 شب  
۰۱۳۸۹۸۱۷۳۳۲

واحد مادری جامع اینورکلاید\* 8  
صبح تا 8 شب  
۰۱۴۷۵۵۰۴۶۱۹

:برای تماس در ساعات غیر اداری با بخش زایمان  
بیمارستان رویال  
الکساندرا تماس بگیرید  
۰۱۴۱۳۱۴۷۰۳۳

یک ماما در مورد آنچه اتفاق می افتد صحبت می کند و به شما

توصیه می کند که در آینده چه کاری جام  
دهید

می توانید از خدمات مترجم تلفنی ما  
استفاده کنی برای انجام این  
کار

هنگامی که شما در حال زایمان هستید،  
حق دارید در تمام تصمیمات

اتخاذ شده، از جمله تسکین درد، مشارکت داشته باشید.  
اگر احساس

می کنید سطح تسکین درد مورد نیازتان را دریافت نمی  
کنید، لطفاً

به کارمند حاضر بگویید یا در صورت تمایل  
بخواهید با یکی دیگر

از کارکنان صحبت کنید

همچنین می توانید درخواست حمایت  
مترجمی در طول زایمان

خود را داشته باشید

9

6

## مرحله ۶

### مراقبت های پس از زایمان

اگر بعد از زایمان در بیمارستان باشید، در هنگام صحبت با ماماها و پزشکان درباره مسائل اصلی مراقبت شما، حق دارید از حمایت مترجمی بهره مند شوید



همیشه باید از شما حمایت شود تا کودکان را تغذیه کنید به روشی که انتخاب کرده اید از خودتان مراقبت کنید

هنگامی که در خانه هستید، تا 10 روز پس از زایمان، چند بار توسط ماما ویزیت خواهید شد از روز 11 تا 14، یک پرستار سلامت از شما و نوزادتان ملاقات می کند. او همچنین در اواخر بارداری شما را ملاقات خواهد کرد تا با شما آشنا شوند و از خوب بودن وضعیتتان اطمینان حاصل کنند که همه چیز خوب است پرستار سلامت شما درباره مسائلی مانند کلینیک های واکسن نوزادان به شما اطلاع خواهد داد آنها همچنین می توانند پشتیبانی ترجمه در اختیارتان قرار دهند





## استفاده کنید NHS خدمات ترجمه تلفنی ما برای برقراری تماس با هر سرویس

تلفن 01413196107

از شما شماره پین بیمارستان خواسته می شود. این 182987 است سپس در کمتر از 15 ثانیه به مترجم متصل خواهید شد شماره ای را که می خواهید با آن تماس بگیرید به مترجم بگویید، به عنوان مثال 347 8422 0141 (رزرو زایمان)

می توانید از این سرویس برای تماس با هر یک از خدمات ما، از جمله ن اچ اس بیست و چهار (111 و خدمات اضطراری) (999 استفاده کنید



**شما حق داشتن یک مترجم برای تمام قرارهای خود را دارید**  
اگر مایل به پشتیبانی ترجمه در قرارهای ملاقات خود هستید، به کارمند اطلاع دهید. این ممکن است یک مترجم چهره به چهره یا خدمات مترجم تلفنی ما باشد

اگر از مترجم چهره به چهره استفاده می کنید، می توانید به طور خاص درخواست یک مترجم زن یا مرد کنید، اما ممکن است همیشه در دسترس نباشند، بنابراین اگر ترجیح زیادی برای این کار دارید، ممکن است نیاز به صبر بیشتری داشته باشید لطفاً توجه داشته باشید که این خط مشی ن اچ اس بی سی سی است که از مترجمان حرفه ای برای حمایت از شما در مراقبت شما استفاده کند، نه اعضای خانواده یا دوستان

## اگر می خواهید از مراقبت خود شکایت کنید چه کاری باید انجام دهید

تواند به شما کمک کند تا بازخورد یا نظرات خود را ارائه دهید، خدمات مشاوره و پشتیبانی بیمار می آید شکایت کنید های خود را مطرح کنید یا در مورد درمانی که از ن اچ اس دریافت کرده نگرانی با ما با شماره 0800 9172127 تماس بگیرید. می توانید از ما استفاده کنید خدمات مترجم تلفنی برای برقراری این تماس



در مواجهه با موارد اضطراری، چه کار باید انجام دهید؟

اگر شما خونریزی و درد و گرفتگی در قسمت پایین شکم دارید، این بدان معنی نیست که حتماً قرار است سقط جنینی اتفاق بیفتد؛ در هفته های ابتدایی بارداری، خونریزی سبکی رخ دادن به صورت عادی است. این حالت را سقط جنینی تهدیدشده می نامند. اکثر زنان پس از آن یک بارداری سالم دارند، اما برخی از زنان بعدها ممکن است سقط جنین داشته باشند

اگر کمتر از ۱۲ هفته باردار هستید و درد شکمی یا خونریزی دارید، به نزدیکترین بخش اورژانس و حوادث بروید همچنین باید به نزدیکترین بخش اورژانس بروید یا با آمبولانس (999 تماس بگیرید

- ایجاد درد بسیار شدید شکم که ممکن است فقط در یک طرف باش
- ایجاد درد شانه
- خونریزی بسیار شدیدتری نسبت به قبل دارند از بین بردن لخته ها یا خیس کردن پد در 30 دقیقه
- دچار هر گونه دوره غش یا فروپاشی شوید

در مواقع اضطراری، شما می توانید با استفاده از خدمات ترجمه تلفنی با کارکنان ارتباط برقرار کنید که آنها برای شما قابل دسترسی هستند  
اگر بیش از ۱۲ هفته باردار هستید و خونریزی یا درد دارید یا هر یک از علائم فوق را تجربه می کنید، باید با واحد ارزیابی مادری در بیمارستانی که برای آزمایش بارداری خود رزرو کرده اید، تماس بگیرید تا راهنمایی های بیشتری دریافت کنید

بیمارستان دانشگاه کوئ ر نی ال ر نتابت ۴۴۰۴۳۴۲۰۴۱۰  
بیمارستان زایشگاه شاهزاده خانم ۳۵۴۵۱۱۲۵۲۱۲۲۳۵۴۳  
بیمارستان رویال الکساندرا ۴۴۰۴۴۴۰۱۴۱۰  
بیمارستان Vale of Leven ساعت 8 صبح تا 8 بعد از ظهر\* ۴۴۴۸۱۸۴۰۰۴۴  
بیمارستان سلطان رت اینورکلاید 8 صبح تا 8 بعد از ظهر\* ۴۴۰۰۵۵۴۰۱۴۱  
تماس خارج از ساعت کاری  
بیمارستان رویال الکساندرا با ۴۴۰۴۴۴۰۱۴۱۰

با تماس با هر یک از این شماره ها می توانید از خدمات ترجمه تلفن استفاده کنید.

