

Τα δικαιώματά σας στη φροντίδα μητρότητας



Ένας οδηγός βήμα προς βήμα

Το NHS Greater Glasgow & Clyde δεσμεύεται να παρέχει υψηλής ποιότητας φροντίδα μητρότητας και να διασφαλίζει ότι όλοι όσοι έρχονται σε εμάς αντιμετωπίζονται δίκαια και με σεβασμό.

Έχετε δικαιώματα όταν χρησιμοποιείτε οποιαδήποτε από τις υπηρεσίες μας.

Για παράδειγμα, έχετε το δικαίωμα να μην βιώσετε ρατσισμό ή οποιαδήποτε άλλη μορφή διάκρισης.

Έχετε επίσης το δικαίωμα σε ανεξάρτητη υποστήριξη, όπως κάποιος από μια φιλανθρωπική οργάνωση, για να σας βοηθήσει κατά τη διάρκεια της φροντίδας σας.

Ο βήμα προς βήμα οδηγός μας εξηγεί τα διάφορα στάδια της φροντίδας σας

1

Βήμα 1ο.

Κάντε κράτηση για φροντίδα μητρότητας

Κλείστε ένα ραντεβού με μια μαία επικοινωνώντας με το γραφείο κρατήσεων μόλις μάθετε ότι είστε έγκυος.

Προτρέπουμε όλες τις μέλλουσες μαμάδες, ακόμα και εκείνες που έχουν ήδη παιδιά, να κάνουν κράτηση στις τοπικές υπηρεσίες μητρότητας μεταξύ 6ης και 10ης εβδομάδας της εγκυμοσύνης σας.

Οι εξετάσεις υγείας και οι σαρώσεις για να ελέγξετε ότι όλα πάνε καλά με εσάς και το μωρό σας πραγματοποιούνται στα πρώτα στάδια της εγκυμοσύνης σας, επομένως είναι σημαντικό να κάνετε κράτηση νωρίς και φροντίστε να παρευρεθείτε σε όλα τα ραντεβού σας. Η μαία σας θα συνεργαστεί επίσης μαζί σας για να σας βοηθήσει να κατανοήσετε την κατάστασή σας και να συζητήσετε οποιαδήποτε πρόσθετη υποστήριξη και φροντίδα μπορεί να χρειαστείτε κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης σας.



Ο αριθμός του γραφείου κρατήσεων είναι 0141 347 8422



2

Βήμα 2ο.

Παρακολούθηση ραντεβού

Θα δείτε μόνο 1 ή 2 διαφορετικές μαίες κατά τη διάρκεια της προγεννητικής σας φροντίδας, για να σας βοηθήσουν να δημιουργήσετε εμπιστοσύνη και να βοηθήσετε την επικοινωνία. Έχετε το δικαίωμα να κάνετε ερωτήσεις και να ζητάτε περισσότερα εξήγηση εάν δεν είστε ξεκάθαροι για οτιδήποτε λέγεται.

Κατά τη διάρκεια της πρώτης σας επίσκεψης, η μαία θα ζητήσει από οποιονδήποτε σύντροφο ή άτομο υποστήριξης να βγει έξω για λίγα λεπτά για να αφήσει λίγο χρόνο για να κάνετε ερωτήσεις. Η φροντίδα σας μπορεί να γίνει σε ένα περιβάλλον κοντά στο σπίτι σας. Εάν είστε με κοινωνική ασφάλιση πρόνοια, ίσως μπορέσετε να διεκδικήσετε πίσω τα έξοδα ταξιδιού σας. Μπορεί επίσης να πληροίτε τις προϋποθέσεις για επιχορήγηση για την καλύτερη εκκίνηση, για τα καλύτερα τρόφιμα έναρξης και για την πληρωμή για παιδιά της Σκωτίας. Απλώς ρωτήστε ένα μέλος του προσωπικού για αυτό. Παρακαλώ μιλήστε και με το δικό σας μαία εάν αντιμετωπίζετε προβλήματα να φτάσετε στα ραντεβού σας.

Έχετε το δικαίωμα να λαμβάνετε όλες τις πληροφορίες στη γλώσσα που προτιμάτε. Αυτό περιλαμβάνει πώς να φροντίζετε τον εαυτό σας και το μωρό σας κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, πληροφορίες σχετικά με τις εξετάσεις που θα σας προσφερθούν και την προετοιμασία σας για τον τοκετό. Περιλαμβάνει επίσης σχεδιασμό για τη φροντίδα του μωρού σας και επιλογές σίτισης. Κατά τη διάρκεια της προγεννητικής περιόδου η μαία σας θα το συζητήσει μαζί σας. Εάν πιστεύετε ότι δεν έχετε λάβει αυτές τις πληροφορίες, ζητήστε από ένα μέλος του προσωπικού να σας μιλήσει.

3

Βήμα 3ο.

Προγεννητικά μαθήματα

Τα προγεννητικά μαθήματα καλύπτουν σημαντικά θέματα όπως το πώς να προετοιμαστείτε για τον τοκετό, τι μπορεί να χρειαστείτε, πώς μπορείτε να ταΐσετε το μωρό σας και πώς να φροντίζετε τον εαυτό σας.



Μπορείτε να ζητήσετε διερμηνέα να είναι παρόν σε αυτά τα μαθήματα.

Ο διερμηνέας θα καθίσει δίπλα σας και θα διερμηνεύσει ήσυχα τι λέγεται και τυχόν ερωτήσεις που μπορείτε να έχετε.

Ο σύντροφός σας / συνεργάτης υποστήριξης μπορεί επίσης να παρακολουθήσει προγεννητικά μαθήματα. Θα λάβουν πληροφορίες και συμβουλές για το πώς να σας υποστηρίξουν καθ' όλη τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, κατά τη διάρκεια του τοκετού και μετά τη γέννηση του μωρού. Θα μάθουν επίσης δεξιότητες στο πώς να φροντίζουν το μωρό σας.

Πληροφορίες σχετικά με τον οικογενειακό προγραμματισμό μετά τη γέννηση του μωρού είναι επίσης διαθέσιμες

4

Βήμα 4ο.

Κάνουμε ένα σχέδιο τοκετού.

Θα πρέπει να συζητήσετε το σχέδιο τοκετού σας με τη μαία σας. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει ποιον θέλετε μαζί σας όταν είστε σε τοκετό, καθώς και τις προτιμήσεις σας για πράγματα όπως τοκετός στο νερό, τοκετός στο σπίτι, ανακούφιση από τον πόνο, υποστήριξη για φαγητό και διερμηνεία.



Το προσωπικό μπορεί να μην είναι πάντα σε θέση να ακολουθήσει τις προτιμήσεις σας όταν είστε σε τοκετό λόγω ιατρικών ζητημάτων, αλλά αυτό θα πρέπει να σας εξηγηθεί. Μπορεί να χρειαστεί να προκληθεί ο τοκετός σας (ιατρική έναρξη). Μερικές γυναίκες μπορεί να χρειαστεί να κάνουν καισαρική τομή. Η μαία σας μπορεί να σας εξηγήσει αυτές τις διαδικασίες και να απαντήσει σε οποιεσδήποτε ερωτήσεις μπορεί να έχετε.

5

Βήμα 5ο.

Γεννάτε το μωρό σας

Οι περισσότερες γυναίκες στοχεύουν να έχουν το μωρό τους στο νοσοκομείο. Εάν πιστεύετε ότι έχετε τοκετό, καλέστε το νοσοκομείο στο οποίο έχετε κάνει κράτηση –

Princess Royal Maternity Hospital
0141 201 3453/3454

Μαιευτήριο Queen Elizabeth
0141 232 4363

Μονάδα Μαιευτικής Κοινότητας Βασιλικής
Αλεξάνδρας
0141 314 7033

Βασιλική Αλεξάνδρα Μαιευτική Μονάδα Εργασίας
0141 314 6067

Κοινοτική Μονάδα Μητρότητας Inverclyde
8am-8pm* 01389 817232

Inverclyde Community Maternity Unit 8am-8pm*
01475 504619

*Εκτός ωραρίου καλέστε το Royal Alexandra
Hospital Labour Ward στο 0141 314 7033

Μια μαία θα μιλήσει για το τι συμβαίνει και θα σας συμβουλευτεί τι να κάνετε στη συνέχεια. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε την τηλεφωνική μας υπηρεσία διερμηνείας για να γίνει αυτό.



Όταν είστε σε τοκετό, έχετε το δικαίωμα να συμμετέχετε σε όλες τις αποφάσεις που λαμβάνονται, συμπεριλαμβανομένης της ανακούφισης από τον πόνο.

Εάν αισθάνεστε ότι δεν λαμβάνετε το επίπεδο ανακούφισης από τον πόνο που χρειάζεστε, πείτε το στο μέλος του προσωπικού που είναι παρόν ή ζητήστε να μιλήσετε με άλλο μέλος του προσωπικού εάν προτιμάτε.

Μπορείτε να ζητήσετε υποστήριξη διερμηνείας κατά τη διάρκεια του τοκετού σας



6

Βήμα 6ο.

Μεταγεννητική φροντίδα

Εάν είστε στο νοσοκομείο αφού αποκτήσετε το μωρό σας, έχετε το δικαίωμα διερμηνεία υποστήριξης όταν μιλάτε με μαίες και γιατρούς για τα κύρια θέματα στη φροντίδα σας.



Θα πρέπει πάντα να υποστηρίζετε για να ταΐζετε το μωρό σας και να φροντίζετε τον εαυτό σας με τον τρόπο που έχετε επιλέξει. Όταν βρίσκεστε στο σπίτι, θα σας επισκεφτεί μια μαία μερικές φορές μέχρι 10 ημέρες αφότου αποκτήσετε το μωρό σας.

Ένας επισκέπτης υγείας θα πρέπει να επισκεφθεί εσάς και το μωρό σας από την 11η έως την 14η ημέρα. Θα σας επισκεφτεί επίσης αργότερα στην εγκυμοσύνη σας για να φτάσει στο σε γνωρίζω και βεβαιώσου ότι όλα είναι καλά.



Ο Επισκέπτης Υγείας σας θα σας ενημερώσει για πράγματα όπως κλινικές εμβολιασμού μωρών. Μπορούν επίσης να κανονίσουν υποστήριξη διερμηνείας σε αυτές τις επισκέψεις.



Χρησιμοποιήστε την τηλεφωνική μας υπηρεσία διερμηνείας για να πραγματοποιήσετε μια κλήση σε οποιαδήποτε υπηρεσία NHS.

Τηλέφωνο **01413196108**

Θα σας ζητηθεί ο αριθμός pin του ασθενούς σας. Αυτό είναι 182987. Στη συνέχεια, θα συνδεθείτε με έναν διερμηνέα σε μόλις 15 δευτερόλεπτα. Πείτε στον διερμηνέα τον αριθμό που θέλετε να καλέσετε, για παράδειγμα 0141 347 8422

(Κράτηση μητρότητας)

Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αυτήν την υπηρεσία για να καλέσετε οποιαδήποτε από τις υπηρεσίες μας, συμπεριλαμβανομένων των υπηρεσιών NHS24 (111) και Υπηρεσιών Έκτακτης Ανάγκης (999).



Έχετε δικαίωμα σε διερμηνέα για όλα τα ραντεβού σας.

Ενημερώστε το μέλος του προσωπικού εάν θέλετε υποστήριξη διερμηνείας στα ραντεβού σας. Αυτός μπορεί να είναι διερμηνέας πρόσωπο με πρόσωπο ή η τηλεφωνική μας υπηρεσία διερμηνείας. Εάν χρησιμοποιείτε διερμηνέα πρόσωπο με πρόσωπο, μπορείτε να ζητήσετε συγκεκριμένα έναν θηλυκό ή άνδρα διερμηνέα, αλλά μπορεί να μην είναι πάντα διαθέσιμοι, επομένως εάν έχετε μεγάλη προτίμηση για αυτό, ίσως χρειαστεί να περιμένετε περισσότερο. Λάβετε υπόψη ότι η πολιτική του NHSGGC είναι να χρησιμοποιεί επαγγελματίες διερμηνείς για να σας υποστηρίξει στη φροντίδα σας, όχι μέλη της οικογένειας ή φίλους.

Τι να κάνετε εάν θέλετε να παραπονεθείτε για τη φροντίδα σας

Η Υπηρεσία Συμβουλών και Υποστήριξης Ασθενών μπορεί να σας βοηθήσει να δώσετε σχόλια ή σχόλια, να εκφράσετε ανησυχίες ή να κάνετε παράπονα σχετικά με τη θεραπεία που λάβατε από το NHS.

Επικοινωνήστε μαζί μας στο 0800 917 2127.

Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε το δικό μας τηλεφωνική υπηρεσία διερμηνείας για να πραγματοποιήσετε αυτήν την κλήση.



Τι να κάνετε σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης

Εάν έχετε οποιαδήποτε κοιλιακή αιμορραγία ή κράμπα και πόνο στο κάτω μέρος της κοιλιάς σας, αυτό δεν σημαίνει απαραίτητα ότι έχετε αποβολή. Είναι σύνηθες να έχουμε κάποια ελαφριά κοιλιακή αιμορραγία κάποια στιγμή στην πρώτη 12 εβδομάδες εγκυμοσύνης. Αυτό ονομάζεται επαπειλούμενη αποβολή. Οι περισσότερες γυναίκες συνεχίζουν να έχουν μια υγιή εγκυμοσύνη, αλλά μερικές γυναίκες έχουν στη συνέχεια μια αποβολή.

Εάν είστε λιγότερο από 12 εβδομάδες έγκυος και έχετε κοιλιακό άλγος ή αιμορραγία, πηγαίνατε στο πλησιέστερο Τμήμα Ατυχημάτων και Επειγόντων Περιστατικών.

Θα πρέπει επίσης να κατευθυνθείτε προς το πλησιέστερο Τμήμα Επειγόντων Περιστατικών ή να καλέσετε ένα ασθενοφόρο (999) εάν -

- αναπτύξουν πολύ έντονο κοιλιακό άλγος (που μπορεί να είναι μόνο στη μία πλευρά)
- αναπτύξετε πόνο στον ώμο
- αιμορραγούν πολύ πιο βαριά από ό,τι προηγουμένως (περνώντας θρόμβους ή μουςκεύοντας ένα επίθεμα σε 30 λεπτά)
- υποστείτε τυχόν λιποθυμικά επεισόδια ή κατάρρευση

Σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης, μπορείτε να επικοινωνήσετε με το προσωπικό χρησιμοποιώντας τηλεφωνική διερμηνεία, στην οποία μπορούν να έχουν πρόσβαση για εσάς. Εάν είστε έγκυος άνω των 12 εβδομάδων και αντιμετωπίζετε αιμορραγία ή πόνο ή αντιμετωπίζετε οποιοδήποτε από τα συμπτώματα που αναφέρονται παραπάνω, θα πρέπει να τηλεφωνήσετε στη μονάδα αξιολόγησης μαιευτικής στο νοσοκομείο όπου κλείσατε την εγκυμοσύνη σας για περαιτέρω συμβουλές.

Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Queen Elizabeth
Princess Royal Maternity Hospital
Royal Alexandra Hospital
Vale of Leven Hospital 8 π.μ.-8 μ.μ.*
Inverclyde Royal Hospital 8 π.μ.-8 μ.μ.*

*Κλήση εκτός ωραρίου Royal Alexandra
Hospital στο

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

0141 314 6067

Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε την τηλεφωνική υπηρεσία διερμηνείας για να καλέσετε κάποιον από αυτούς τους αριθμούς.

