

# Jūsu Tiesības uz Grūtniecību Aprūpi



## Detalizēta Rokasgrāmata

Greater Glasgow & Clyde NHS ir apņēmusies nodrošināt augstas kvalitātes grūtniecības aprūpi un nodrošināt to, ka pret visiem pacientiem izturas godīgi un ar cieņu.

Jums ir tiesības, izmantojot visus mūsu dienestus. Piemēram, jums ir tiesības nepiedzīvot rasismu vai jebkuru citu diskriminācijas veidu.

Jums ir tiesības neatkarīgam atbalstam, piemēram, lai kāds no labdarības organizācijas aprūpes laikā jums palīdz.

Mūsu detalizētā rokasgrāmata paskaidro dažādas jūsu aprūpes stadijas grūtniecības un pēc grūtniecības laikā.

Tajā ietvertas jūsu tiesības uz tulkošanas atbalstu, kamēr izmantojat mūsu dienestu, svarīgi telefona numuri un informācija kā izmantot mūsu telefona tulkošanas pakalpojumus, tiem zvanot.

## Solis 1

1

### Reģistrācija dzemdību aprūpei

Piesakieties vecmātes vizītei, sakontaktējot reģistrācijas dienestu, tiklīdz jūs zināt, ka esat stāvoklī.

Mēs mudinām visas topošās māmiņas, pat tās kurām jau ir bērni, reģistrēties dzemdību aprūpei 6 - 10 grūtniecības nedēļas laikā.

Veselības testi un skani, lai pārbaudītu to, ka ar jums un bērniņu viss ir kārtībā, tiek veikti agrīnā grūtniecības stadijā, tāpēc ir svarīgi pierēģistrēties ātri un apmeklēt visas vizītes. Vecmāte ar jums strādās, lai palīdzētu jums saprast savu situāciju un apspriestu papildus atbalstu un aprūpi, kas jums varētu būt nepieciešama grūtniecības laikā.

Reģistrācijas ofisa tel nr ir  
0141 347 8422

Jūs varat izmantot mūsu telefona tulkošanas pakalpojumus, lai veiktu šo zvanu.



Jums ir tiesības darbiniekam prasīt tulkošanas atbalstu šajā un turpmākajās vizītēs.



## Solis 2

2

### Vizīšu apmeklēšana

Savas pirmsdzemdību aprūpes laikā jūs satiksiet tikai 1 vai 2 dažādas vecmātes, lai uzlabotu komunikāciju un veidotu uzticību. Jums ir tiesības uzdot jautājumus un prasīt detalizētāku paskaidrojumu, ja nesaprotat kaut ko kas jums tiek sacīts.

Pirmās vizītes laikā vecmāte uzprasis, lai jūsu partneris vai atbalsta persona, uz pāris minūtēm pamet telpu, lai varētu jums uzdot pāris privātu jautājumu. Šī ir standarta procedūra visām topošajām māmiņām.

Jūsu aprūpe var notikt vietā netālu no jūsu mājām. Ja jūs saņemat sociālās aprūpes pabalstus, ir iespējams, ka varēsiet saņemt atpakaļ ceļošanas izdevumus. Pastāv iespēja, ka jūs varat saņemt arī Labākā Sākuma Pabalstu, Labākā Sākuma Pārtiku un Skotijas Bērna Maksājumu. Prasiet komandas loceklim par šo. Lūdzu, runājiet ar savu vecmāti, ja jums grūtības sagādā nokļūšana uz vizītēm.

Jums ir tiesības saņemt visu informāciju valodā kuru izvēlaties. Tā ietver informāciju par to kā rūpēties par sevi un bērniņu grūtniecības laikā, informāciju par testiem, kuri jums tiks piedāvāti un kā sevi sagatavot dzemdībām. Tā ietver arī informāciju par to kā plānot sava bērniņa aprūpi un apsvērt bērniņa barošanas opcijas. Jūsu pirmsdzemdību perioda laikā vecmāte ar jums šo visa apspriedīs. Ja domājat, ka nest saņēmusi šo informāciju, lūdzu prasiet komandas loceklim, lai jums to sniedz.

3

## Solis 3

### Pirmsdzemdību Nodarbības

Pirmsdzemdību nodarbībās tiek apspriesti tādi svarīgi jautājumi kā sagatavošanās dzemdībām, kas jums varētu būt vajadzīgs, bērna barošanas veidi un rūpes par sevi.

Jūs varat prasīt tulka klātbūtni šajās nodarbībās. Tulks jums sēdēs blakus un klusi tulkos visu sacīto kā arī tulkos jautājumus, kuri jums var rasties.



Arī jūsu partneris / atbalsta partneris var apmeklēt pirmsdzemdību nodarbības. Viņi saņems informāciju un padomu par to kā jūs atbalstīt grūtniecības un dzemdību laikā, un pēc bērna nākšanas pasaulē. Viņiem ties mācītas arī prasmes kā rūpēties par jaundzimušo.

Ir pieejama arī informācija par ģimenes plānošanu pēc bērna nākšanas pasaulē.

4

## Solis 4

### Dzemdību Plāna sastādīšana

Jums ar vecmāti ir jāapspiež dzemdību plāns. Tajā var tikt iekļauti tādi punkti kā kurš būs tas cilvēks, kurš būs klātesošs dzemdībās. Kā arī tas kam jūs dodat priekšroku - ūdens dzemdības, mājdzemdības, pretsāpju līdzekļu lietošana dzemdību laikā, ēdiens un tulka atbalsts.



Darbinieki medicīnisku iemeslu dēļ ne vienmēr varēs ievērot to, kam jūs dodat priekšroku dzemdību laikā, bet tas jums būs jāpaskaidro. Iespējams jūsu dzemdības būs jāuzsāk ar medicīnisku iejaukšanos. Ir sievietes, kurām ir jāveic ķēzargrieziens. Jūsu vecmāte var šos procesus jums paskaidrot un atbildēt uz jautājumiem, kas jums rodas.

5

## Solis 5

### Jūsu bērniņa piedzimšana

Lielākā daļa sieviešu grib dzemdēt savu bērniņu slimnīcā. Ja domājat, ka jums sākušās dzemdības, lūdzu, zvaniet uz slimnīcu kurā esat reģistrējusies –

Princess Royal Slimnīcas Dzemdību nodaļa  
0141 201 3453/3454

Queen Elizabeth Slimnīcas Dzemdību nodaļai  
0141 232 4363

Royal Alexandra Slimnīcas Dzemdību nodaļa  
0141 314 7033

Royal Alexandra Slimnīcas Dzemdību nodaļa  
0141 314 6067

Vale of Leven Kopienas vecmāšu nodaļa  
8am-8pm\*  
01389 817232

Inverclyde kopienas vecmāšu nodaļa 8am-8pm\*  
01475 504619

\*Out of hours call Royal Alexandra Slimnīcas Dzemdību nodaļa 0141 314 7033

Ar jums aprunāsies vecmāte, lai saprastu, kas notiek un dos padomu ko darīt tālāk. Šīs saunas laikā jūs varat izmantot telefona tulkošanas pakalpojumu.



Dzemdību laikā jums ir tiesības būt iesaistītai visos lēmumos, kuri tiek pieņemti, ieskaitot lēmumu par pretsāpju līdzekļiem. Ja jūs jūtat, ka nesaņemat sev nepieciešamo pretsāpju līdzekļu devu, lūdzu, runājiet ar klātesošo komandas locekli vai sakiet, ka gribat runāt ar cieta komandas locekli. Jūs varat prasīt tulkošanas atbalstu dzemdību laikā.



6

## Solis 6

### Pēcdzemdību aprūpe

Ja jūs pēc bērniņa nākšanas pasaulē atrodaties slimnīcā, jums ir tiesības uztulkošanas pakalpojumu, kad runājat ar vecmātēm un dakteriem par galvenajiem savas aprūpes jautājumiem.



Jums vienmēr jājūtas atbalstītai rūpējoties par sevi un barojot bērniņu veidā, kurā esat izvēlējusies to darīt.

Pēc tam, kad jūs atgriezīsieties mājās, vecmāte jūs apmeklēs pāris reizes līdz bērniņš būs 10 dienu vecs. Veselības Apmeklētājam vajadzētu apmeklēt jūs un jūsu bērniņu, sākot ar 11 - 14 dienu. Viņa jūs apmeklēs arī grūtniecības pēdējā stadijā, lai ar jums iepazītos un pārliecinātos, ka viss ir labi.



Veselības Apmeklētājs jūs informēs par tādām lietām kā bēbīšu imunizācijas klīnikām.

Šo vizīšu laikā veselības apmeklētājs var nodrošināt jums tulkošanas pakalpojumus.



**Izmanto mūsu telefona tulkošanas pakalpojumus, lai zvanītu uz jebkuru NHS dienestu.**

Zvani 01413196113

Tev jautās tavu pacienta pin numuru. Tas ir 182987.

Tevi tad savienos ar tulku, tas aizņems mazāk kā 15 sekundes

Pasaki tulkam uz kuru numuru tu vēlies zvanīt, piemēram, 0141 347 8422

(Grūtniecības nodaļa)

Tu vari izmantot šo pakalpojumu, lai piezvanītu jebkuram dienestam, tai skaitā NHS24 (111) un Glābšanas dienestiem (999).



**Tev ir tiesības uz tulku visās jūsu vizīšu reizēs.**

Pasakiet personālam, ja vēlaties saņemt tulkošanas atbalstu savu vizīšu laikā. Tas var būt klātesošs tulks vai mūsu telefona tulkošanas pakalpojums.

Ja tiek izmantots klātesošs tulks, tad tu vari norādīt vai vēlies tulku sievieti vai vīrieti, bet Izvēlētais dzimums ne vienmēr var būt pieejas, tāpēc, ja tas tev ir ļoti svarīgi, tad tev iespējams būs jāgaida ilgāk.

Lūdzu, ņemiet vērā, ka NHSGGC polise nosaka izmantot profesionālus tulkus, lai sniegtu tev atbalstu, nevis ģimenes locekļus vai draugus.

**Ko darīt, ja tu vēlies sūdzēties par tev sniegto aprūpi**

Pacientu Konsultāciju un Atbalsta Dienests var tev palīdzēt sniegt atsauksmes vai komentārus, izteikt bažas vai iesniegt sūdzības par ārstēšanu, ko esi saņēmis no NHS.

Sazinies ar mums 0800 917 2127.

Tu vari izmantot mūsu telefona tulkošanas pakalpojumu, lai veiktu šo zvanu.



## Ko darīt ārkārtas gadījumā

Ja jums ir dzemdes asiņošana vai krampji, vai sāpes vēdera lejasdaļā, tas nenozīmē to, ka sākas spontānais aborts; pirmajās 12 grūtniecības nedēļās viegla dzemdes asiņošana nav neparasts simptoms. To sauc par viltus abortu. Lielākajai daļai sieviešu pēc tam seko veselīga grūtniecība, bet daļas grūtniecība beidzas ar spontāno abortu.

Ja jūs esat stāvoklī mazāk kā 12 nedēļas un jums ir sāpes vēderā vai asiņošana, dodaties uz tuvāko slimnīcas uzņemšanas nodaļu. Jums jādodas uz tuvāko slimnīcas uzņemšanas nodaļu vai jāzvana ātrajai palīdzībai (999) ja –

- Ja jums ļoti sāk sāpēt vēders (iespējams tikai vienā pusē)
- Jums sāk sāpēt pleci
- Jūs asiņojāt stiprāk kā pirms tam (asins recekļu gadījumā vai ja pakete ir pilna 30 minūtēs)
- Jūs noģībstat vai sabrūkat

Ārkārtas situācijas gadījumā, jūs varat sazināties ar darbiniekiem, izmantojot telefona tulkošanas pakalpojumus, kurus jums var nodrošināt darbinieki.

Ja esat stāvoklī jau vairāk kā 12 nedēļas un jūs sākat asiņot vai piedzīvojat augšminētos simptomus, zvaniet grūtniecības vērtēšanas dienestam uz slimnīcu, kuru jūs apmeklējat grūtniecības laikā.

Queen Elizabeth Universitātes Slimnīca

**0141 232 4363**

Princess Royal Dzemdību Slimnīca

**0141 211 3453 / 3454**

Royal Alexandra Slimnīca

**0141 314 6067**

Vale of Leven Slimnīca 8am-8pm\*

**01389 817 411**

Inverclyde Royal Slimnīca 8am-8pm\*

**01475 504 619**

\*Ārpus darba laika tel nr

Royal Alexandra Slimnīca

**0141 314 6067**

Jūs varat izmantot tulkošanas pakalpojumus, sakontaktējot šos numurus.

