

மகப்பே பராமரிப் க்கான உங்கள் உரிமைகள்



ஒங் பள்-பள்-பள் வழிகாட்ள்

NHS கிரேட்டர் கிளாஸ்கோ & க்ளைட் உயர்தர மகப்பே பராமரிப்பை வழங் வதற் ம் எங்களிடம் வ ம் அனைவ ம் நியாயமாக ம் மரியாதை ட ம் நடத்தப்பட்டவைத உ தி செய்வதில் உ தியாக உள்ள .

எங்கள் சேசுவகளில் ஏதே ம் ஒன்றைப் பயன்பட்த் ம் போ உங்க க் உரிமைகள் உள்ளன.

உதாரணமாக, இனெவறி அல்ல வே விதமான பா பாட்களை அ பவிக்காமல் இ க்க உங்க க் உரிமை உண்ட்.

உங்கள் பராமரிப்பின் போ உங்க க் உதவ, ஒ தொண்ட் நி வனத்தைச் சேர்ந்த ஒ வர் போன்ற யாதீனமான ஆதரைவப் பெற உங்க க் உரிமை உள்ள .

எங்களின் பங்ப்பங்யான வழிகாட்ங் கர்ப்ப காலத்தி ம் அதற் ப் பின்ன ம் உங்கள் கவனிப்பின் பல்வே நிலைகளை விளக் கிற . எங்கள் சேசுவகள், க்கியமான தொலைபசி எண்கள் மற் ம் அவர்களை அழைப்பதற் எங்கள் தொலைபசி விளக்கச் சேசுவையப் பயன்பட்த் ம் போ ஆதரைவ விளக் வதற்கான உங்கள் உரிமை ம் இதில் அடங் ம்.

படி 1

1

மகப்பேறு பராமரிப்புக்காக பதிவு செய்யுங்கள்

நீங்கள் கர்ப்பமாக இருப்பதை அறிந்தவுடன் முன்பதிவு அலுவலகத்தைத் தொடர்புகொண்டு மருத்துவச்சியுடன் சந்திப்பு செய்யுங்கள். உங்கள் கர்ப்பத்தின் 6 மற்றும் 10 வது வாரங்களுக்கு இடையில் உங்கள் உள்ளூர் மகப்பேறு சேவைகளுக்கு முன்பதிவு செய்யும்படி அனைத்து தாய்மார்களையும், ஏற்கனவே குழந்தைகளுடன் உள்ளவர்களையும் நாங்கள் கேட்டுக்கொள்கிறோம். உடல்நலப் பரிசோதனைகள் மற்றும் ஸ்கேன்கள் அனைத்தும் உங்களுடன் நன்றாக உள்ளதா என்பதைச் சரிபார்க்கவும், உங்கள் குழந்தை உங்கள் கர்ப்பத்தின் ஆரம்ப கட்டங்களில் நடைபெறுவதையும் சரிபார்க்கவும், எனவே முன்கூட்டியே முன்பதிவு செய்து உங்கள் எல்லா சந்திப்புகளிலும் கலந்துகொள்வதை உறுதிப்படுத்துவது முக்கியம்.



உங்கள் சூழ்நிலையைப் புரிந்துகொள்வதற்கும் உங்கள் கர்ப்ப காலத்தில் உங்களுக்குத்



தேவைப்படும் கூடுதல் ஆதரவு மற்றும் கவனிப்பைப் பற்றி விவாதிக்கவும் உங்கள் மருத்துவச்சி உங்களுடன் பணியாற்றுவார்.

முன்பதிவு அலுவலக எண்
0141 347 8422

நீங்கள் எங்கள் தொலைபேசியைப் பயன்படுத்தலாம் சேவையை விளக்குகிறது இந்த அழைப்பை செய்யுங்கள். ஆதரவை விளக்குமாறு பணியாளரிடம் கேட்க உங்களுக்கு உரிமை உள்ளது இது மற்றும் அனைத்து எதிர்காலம் நியமனங்கள்.

படி 2

2

சந்திப்புகளில் கலந்துகொள்வது

உங்கள் பிறப்புக்கு முந்தைய கவனிப்பின் போது நீங்கள் 1 அல்லது 2 வெவ்வேறு மருத்துவச்சிகளை மட்டுமே பார்ப்பீர்கள், இது உங்களுக்கு நம்பிக்கையை வளர்க்கவும் தகவல் தொடர்புக்கு உதவவும் உதவும். நீங்கள் சொல்லும் எதையும் பற்றி தெளிவாக தெரியவில்லை என்றால் கேள்விகள் கேட்கவும் மேலும் விளக்கம் கேட்கவும் உங்களுக்கு உரிமை உண்டு.

உங்கள் முதல் வருகையின் போது, மருத்துவச்சி நீங்கள் கேள்விகளைக் கேட்பதற்கு சில தனிப்பட்ட நேரத்தை அனுமதிக்க எந்தெவாரு கூட்டாளியையும் அல்லது ஆதரவாளரையும் சில நிமிடங்களுக்கு வெளியே வரச் சொல்வார். இது அனைத்து தாய்மார்களுக்கும் வழக்கமான நடைமுறையாகும்.

உங்கள் கவனிப்பு ஒரு அமைப்பில் மூடப்படும் உங்கள் வீட்டிற்கு. நீங்கள் சமூகப் பாதுகாப்புப் பலன்களில் இருந்தால், உங்கள் பயணச் செலவுகளைத் திரும்பப் பெறலாம். நீங்கள் தகுதியுடையவராகவும் இருக்கலாம் ஒரு சிறந்த தொடக்க மானியம், சிறந்த தொடக்க உணவுகள் மற்றும் ஸ்காட்டிஷ் குழந்தை கட்டணம். ஒரு உறுப்பினரிடம் கேளுங்கள் இது குறித்து ஊழியர்கள். உங்கள் சந்திப்புகளுக்குச் செல்வதில் சிக்கல் இருந்தால், உங்கள் மருத்துவச்சியிடம் பேசவும்.

உங்களுக்கு விருப்பமான மொழியில் அனைத்து தகவல்களையும் பெற உங்களுக்கு உரிமை உள்ளது. கர்ப்ப காலத்தில் உங்களையும் உங்கள் குழந்தையையும் எப்படி கவனித்துக்கொள்வது, உங்களுக்கு வழங்கப்படும் சோதனைகள் பற்றிய தகவல்கள் மற்றும் பிரசவத்திற்கு உங்களை தயார்படுத்துவது ஆகியவை இதில் அடங்கும்.

உங்கள் குழந்தையின் பராமரிப்பு மற்றும் உணவு விருப்பங்களுக்கான திட்டமிடல் ஆகியவையும் இதில் அடங்கும். பிறப்புக்கு முந்தைய காலத்தில் உங்கள் மருத்துவச்சி உங்களுடன் இதைப் பற்றி விவாதிப்பார். இந்தத் தகவலை நீங்கள் பெறவில்லை என நீங்கள் நினைத்தால், உங்களுடன் இதைப் பற்றி பேசுமாறு பணியாளரிடம் கேளுங்கள்.

3

படி 3

பிறப்புக்கு முந்தைய வகுப்புகள்

பிரசவத்திற்கு எப்படி தயார் செய்வது, உங்களுக்கு என்ன தேவைப்படலாம், உங்கள் குழந்தைக்கு எப்படி உணவளிக்கலாம் மற்றும் உங்களை எப்படி கவனித்துக் கொள்வது போன்ற முக்கியமான விஷயங்களை பிரசவத்திற்கு முந்தைய வகுப்புகள் உள்ளடக்கியது.



நீங்கள் ஒரு மொழிபெயர்ப்பாளரைக் கேட்கலாம் இந்த வகுப்புகளில் இருக்க வேண்டும். மொழிபெயர்ப்பாளர் அடுத்து அமர்ந்திருப்பார் நீங்கள் மற்றும் அமைதியாக விளக்கம் என்ன சொல்லப்படுகிறது மற்றும் உங்களுக்கு ஏதேனும் கேள்விகள் இருக்கலாம்.

உங்கள் துணை/ஆதரவு கூட்டாளியும் பிறப்புக்கு முந்தைய வகுப்புகளில் கலந்து கொள்ளலாம். கர்ப்பம் முழுவதும், பிரசவத்தின்போது மற்றும் குழந்தை பிறந்த பிறகு உங்களுக்கு எப்படி ஆதரவளிப்பது என்பது பற்றிய தகவல்களையும் ஆலோசனைகளையும் அவர்கள் பெறுவார்கள்.

உங்கள் குழந்தையை எப்படிப் பராமரிப்பது என்பது பற்றிய திறமைகளையும் அவர்கள் கற்றுக் கொள்வார்கள்.

குழந்தை பிறந்த பிறகு குடும்பக் கட்டுப்பாடு பற்றிய தகவல்களும் கிடைக்கின்றன.

4

படி 4

பிறப்புத் திட்டத்தை உருவாக்குதல்

உங்கள் பிறப்புத் திட்டத்தை உங்கள் மருத்துவச்சியுடன் விவாதிக்க வேண்டும்.



உங்களுக்கு பிரசவ வலியில் இருக்கும் போது உங்களுடன் யாரை வேண்டுமானாலும் சேர்த்துக்கொள்ளலாம் அத்துடன் நீர் பிரசவம், வீட்டில் பிரசவம், வலி நிவாரணம் போன்ற விஷயங்களுக்கான உங்கள் விருப்பங்களும் இதில் அடங்கும்.

உணவு மற்றும் விளக்கம் ஆதரவு.

மருத்துவச் சிக்கல்கள் காரணமாக நீங்கள் பிரசவத்தில் இருக்கும்போது பணியாளர்கள் எப்போதும் உங்கள் விருப்பங்களைப் பின்பற்ற முடியாமல் போகலாம், ஆனால் இது உங்களுக்கு விளக்கப்பட வேண்டும். நீங்கள் உங்கள் உழைப்பைத் தூண்ட வேண்டும் (மருத்துவ ரீதியாக தொடங்கப்பட்டது).

சில பெண்களுக்கு சிசேரியன் பிரசவம் தேவைப்படலாம். உங்கள் மருத்துவச்சி இந்த செயல்முறைகளை உங்களுக்கு விளக்கலாம் மற்றும் உங்களுக்கு ஏதேனும் கேள்விகளுக்கு பதிலளிக்கலாம்.

5

படி 5

உங்கள் குழந்தையைப் பெற்றெடுப்பது

பெரும்பாலான பெண்கள் மருத்துவமனையில் தங்களுடைய குழந்தையைப் பெறுவதை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளனர். உங்களுக்கு பிரசவ வலி இருப்பதாக நீங்கள் நினைத்தால், நீங்கள் பதிவு செய்துள்ள மருத்துவமனைக்கு அழைக்கவும் -

இளவரசி ராயல் மகப்பேறு மருத்துவமனை
0141 201 3453/3454

ராணி எலிசெபத் மகப்பேறு மருத்துவமனை
0141 232 4363

ராயல் அலெக்ஸாண்ட்ரா சமூகம்
மகப்பேறு பிரிவு
0141 314 7033

ராயல் அலெக்ஸாண்ட்ரா மகப்பேறு பிரிவு
தொழிலாளர் வார்டு
0141 314 6067

லெவன் சமூகத்தின் வேல்
மகப்பேறு பிரிவு காலை 8 மணி முதல் இரவு 8 மணி
வைர* 01389 817232

இன்வர்க்லைட் சமூகம்
மகப்பேறு பிரிவு காலை 8 மணி முதல் இரவு 8 மணி
வைர* 01475 504619

ராயல் அலெக்ஸாண்ட்ரா மருத்துவமனை லேபர்
வார்டுக்கு 0141 314 7033 என்ற எண்ணில்
அழைக்கவும்
ஒரு மருத்துவச்சி என்ன நடக்கிறது என்பதைப் பற்றி
பேசுவார், அடுத்து என்ன செய்வது என்று உங்களுக்கு
ஆலோசனை கூறுவார்.

நீங்கள் எங்கள் தொலைபேசியைப்
பயன்படுத்தலாம் மொழிபெயர்ப்பாளர்
சேவை இதை செய்வதற்கு.

நீங்கள் பிரசவத்தில் இருக்கும்போது, வலி
நிவாரணம் உட்பட அனைத்து முடிவுகளிலும் ஈடுபட
உங்களுக்கு உரிமை உண்டு. நீங்கள் பெறவில்லை
என்று உணர்ந்தால் உங்களுக்குத் தேவையான வலி
நிவாரணத்தின் அளவை, தயவு செய்து தற்போது
இருக்கும் ஊழியர்களிடம்
சொல்லுங்கள் அல்லது நீங்கள் விரும்பினால்
மற்றொரு ஊழியரிடம் பேசச் சொல்லுங்கள்.
நீங்கள் விளக்கம் கேட்கலாம்
உங்கள் உழைப்பின் போது ஆதரவு.



6

படி 6

பிரசவத்திற்குப் பிந்தைய பராமரிப்பு
உங்கள் குழந்தையைப் பெற்ற பிறகு நீங்கள்
மருத்துவமனையில் இருந்தால், உங்களுக்கு
உரிமை உண்டு



எப்போது ஆதரவை விளக்குகிறது
நீங்கள் மருத்துவச்சிகளிடம் பேசுகிறீர்கள்
மற்றும் முக்கிய பற்றி மருத்துவர்கள்
உங்கள் பராமரிப்பில் உள்ள சிக்கல்கள்.
உங்கள் குழந்தைக்கு உணவளிக்க நீங்கள்
எப்போதும் ஆதரவளிக்க வேண்டும் மற்றும்
நீங்கள் தேர்ந்தெடுத்த வழியில் உங்களை
கவனித்துக் கொள்ள வேண்டும்.
நீங்கள் வீட்டில் இருக்கும்போது, உங்கள்
குழந்தை பிறந்து 10 நாட்கள் வரை சில முறை
மருத்துவச்சி உங்களைச் சந்திப்பார்.



ஒரு உடல்நலப் பார்வையாளர் உங்களையும்
உங்கள் குழந்தையையும் 11 - 14 ஆம் நாள்
முதல் சந்திக்க வேண்டும். உங்கள் கர்ப்பத்தின்
பிற்பகுதியில் அவர்கள் உங்களைப் பற்றி
அறிந்துகொள்ளவும், அனைத்தும் நன்றாக
இருக்கிறதா என்பதை உறுதிப்படுத்தவும்
உங்களைச் சந்திப்பார்கள். குழந்தை
நோய்த்தடுப்பு கிளினிக்குகள் போன்றவற்றைப்
பற்றி உங்கள் உடல்நலப் பார்வையாளர்
உங்களுக்குத் தெரிவிப்பார்.
அவர்களும் ஏற்பாடு செய்யலாம்
இல் ஆதரவை விளக்குகிறது
இந்த வருகைகள்..



எந்தவொரு NHS சேவைக்கும் அழைப்பை மேற்கொள்ள எங்களின் தொலைபேசி விளக்கச் சேவையைப் பயன்படுத்தவும்.

தொலைபேசி 01413196125
உங்கள் நோயாளியின் பின் எண் கேட்கப்படும். இது 182987.
நீங்கள் 15 வினாடிகளில் மொழிபெயர்ப்பாளருடன் இணைக்கப்படுவீர்கள்.
நீங்கள் அழைக்க விரும்பும் எண்ணை மொழிபெயர்ப்பாளரிடம் சொல்லுங்கள், எடுத்துக்காட்டாக 0141 347 8422

(மகப்பேறு முன்பதிவு)
NHS24 (111) மற்றும் அவசரகாலச் சேவைகள் (999) உட்பட எங்களின் எந்தவொரு சேவையையும் அழைக்க இந்தச் சேவையைப் பயன்படுத்தலாம்.



உங்கள் அனைத்து சந்திப்புகளுக்கும் மொழிபெயர்ப்பாளருக்கான உரிமை உங்களுக்கு உள்ளது.

உங்கள் சந்திப்புகளில் ஆதரவை விளக்க விரும்புகிறீர்களா என்பதை பணியாளர் உறுப்பினருக்கு தெரியப்படுத்தவும். இது நேருக்கு நேர் மொழிபெயர்ப்பாளராகவோ அல்லது எங்களின் தொலைபேசி விளக்கச் சேவையாகவோ இருக்கலாம்.
நேருக்கு நேர் மொழிபெயர்ப்பாளரைப் பயன்படுத்தினால், நீங்கள் குறிப்பாக பெண் அல்லது ஆண் மொழிபெயர்ப்பாளரைக் கோரலாம், ஆனால் அவர்கள் எப்போதும் கிடைக்காமல் போகலாம், எனவே இதற்கு உங்களுக்கு அதிக விருப்பம் இருந்தால் நீங்கள் அதிக நேரம் காத்திருக்க வேண்டியிருக்கும்.
குடும்ப உறுப்பினர்கள் அல்லது நண்பர்கள் அல்ல, உங்கள் கவனிப்புடன் உங்களுக்கு ஆதரவளிக்க தொழில்முறை மொழிபெயர்ப்பாளர்களைப் பயன்படுத்துவது NHSGCC கொள்கை என்பதை நினைவில் கொள்ளவும்.

உங்கள் கவனிப்பைப் பற்றி புகார் செய்ய விரும்பினால் என்ன செய்வது

நோயாளியின் ஆலோசனை மற்றும் ஆதரவு சேவையானது NHS இலிருந்து நீங்கள் பெற்ற சிகிச்சையைப் பற்றிய கருத்துக்களை அல்லது கருத்துகளைத் தெரிவிக்க, கவலைகளை எழுப்ப அல்லது புகார்களை வழங்க உங்களுக்கு உதவும்.



0800 917 2127 என்ற எண்ணில் எங்களைத் தொடர்பு கொள்ளவும். நீங்கள் எங்களுடையதைப் பயன்படுத்தலாம் இந்த அழைப்பைச் செய்ய தொலைபேசி விளக்கச் சேவை.



அவசரகாலத்தில் என்ன செய்வது

உங்களுக்கு ஏதேனும் பிறப்புறுப்பு இரத்தப்போக்கு அல்லது தசைப்பிடிப்பு மற்றும் உங்கள் அடிவயிற்றில் வலி இருந்தால், இது உங்களுக்கு கருச்சிதைவு என்று அர்த்தமல்ல; கர்ப்பத்தின் முதல் 12 வாரங்களில் சில நேரங்களில் லேசான யோனி இரத்தப்போக்கு ஏற்படுவது பொதுவானது. இது அச்சுறுத்தப்பட்ட கருச்சிதைவு என்று அழைக்கப்படுகிறது. பெரும்பாலான பெண்கள் ஆரோக்கியமான கர்ப்பத்தைப் பெறுகிறார்கள், ஆனால் சில பெண்களுக்கு கருச்சிதைவு ஏற்படுகிறது.

நீங்கள் 12 வாரங்களுக்கு குறைவான கர்ப்பமாக இருந்தால் மற்றும் வயிற்று வலி அல்லது இரத்தப்போக்கு இருந்தால் உங்கள் அருகில் உள்ள விபத்து மற்றும் அவசர சிகிச்சை பிரிவுக்கு செல்லவும்.

நீங்கள் அருகிலுள்ள அவசர சிகிச்சைப் பிரிவுக்குச் செல்ல வேண்டும் அல்லது ஆம்புலன்ஸை (999) அழைக்கவும் -

- மிகக் கடுமையான வயிற்று வலியை உருவாக்குதல் (அது ஒரு பக்கத்தில் மட்டும் இருக்கலாம்)
- தோள்பட்டை வலியை உருவாக்கும்
- முன்பை விட அதிக இரத்தப்போக்கு ஏற்படுகிறது
- ஏதேனும் மயக்கம் அல்லது சரிவு ஏற்படும்

அவசரகால சூழ்நிலையில், தொலைபேசி விளக்கத்தைப் பயன்படுத்தி ஊழியர்களுடன் நீங்கள் தொடர்பு கொள்ளலாம், அவர்கள் உங்களுக்காக அணுகலாம்.

நீங்கள் 12 வாரங்களுக்கு மேல் கர்ப்பமாக இருந்து, இரத்தப்போக்கு அல்லது வலியை அனுபவித்தால், அல்லது மேலே பட்டியலிடப்பட்டுள்ள அறிகுறிகளில் ஏதேனும் ஒன்றை அனுபவித்தால், மேலதிக ஆலோசனைக்கு உங்கள் கர்ப்பத்தை பதிவு செய்த மருத்துவமனையில் உள்ள மகப்பேறு மதிப்பீட்டுப் பிரிவிற்கு நீங்கள் தொலைபேசியில் தொடர்பு கொள்ள வேண்டும்.

குயின் எலிசபெத் பல்கலைக்கழக மருத்துவமனை	0141 232 4363
இளவரசி ராயல் மகப்பேறு மருத்துவமனை	0141 211 3453/3454
ராயல் அலெக்ஸாண்ட்ரா மருத்துவமனை	0141 314 6067
வேல் ஆஃப் லெவன் மருத்துவமனை காலை 8 மணி முதல் இரவு 8 மணி வரை*	01389 817 411
இன்வர்க்கைட் ராயல் மருத்துவமனை காலை 8-இரவு 8 மணி*	01475 504 619

* மணிநேர அழைப்பு
ராயல் அலெக்ஸாண்ட்ரா மருத்துவமனை 0141 314 6067

நீங்கள் தொலைபேசி விளக்க சேவையைப் பயன்படுத்தலாம் இந்த எண்களில் ஏதேனும் ஒன்றை அழைக்கவும்.

