

# መሰላትኩም አብ ክንክን ወሊድ



## ደረጃ ብደረጃ መምርሒ

NHS ዓባይ ግለሰጎውን ክላይድን ልዑል ጽሬት ዘለዎ ክንክን ወሊድ ንምህብን ኩሉ ናባና ዝመጽእ ሰብ ብፍትሓውን ብኣኽብሮትን ክሕከምን ቃል ኣትዩ ኣሎ።

ዝኸነ ግልጋሎትና ክትጥቀሙ ከለኹ መሰል ኣለኪ።

ንኣብነት ዓሌትነት ወይ ኪልእ ዓይነት ኣድልዎ ከይገጥመኪ መሰል ኣለኪ።

ከምኡ'ውን ኣብ እዋን ክንክንኪ ክሕግዘኪ ከም ሓደ ኪብ ገባሪ ሰናይ ትኪል ዝመጽ ሰብ ናጻ ደገፍ ክትረክኪ መሰል ኣለኪ።

ደረጃ ብደረጃ መምርሒና ኣብ እዋን ጥንስን ድሕሪን ጥንሲ ዝተፈላለዩደረጃታት ክንክንኪ ይገልጽ። እዚ ድማ ግልጋሎታትና ኣብ እትጥቀሙሉእዎን ደገፍ ናይ ምትርጓም መሰል፣ ኣገደስቲ ቁጽርታት ስልኪንብኸመይ ግልጋሎት ተርጓሚ ስልኪንና ተጠቂምኪ ክትድውልሎምከም እትኸእልን የጠቓልል።

1

### ደረጃ 1

## ንሕክምና ወሊድ ምዝገባ ምክያድ

ጥንስቲ ምኪንኪ ምስ ፈለጥኪ ናብ ቤት ጽሕፈት ምዝገባ ብምርኪብ ምስ መሕረሲት ቆጶራ ውሳዔ።

ኩለን ደቂ ኣዴታት፣ ዋላ እተን ድሮ ቆልዑ ዘለወን፣ ኣብ መንጎ 6ን 10ን ሰሙን ጥንስኪ ኣብ ከባቢኹም ኣብ ዝርከብ ግልጋሎት ወሊድ ክትሕዙ ንላቦ።

ኩሉ ጽቡቕ ከምዘሎ ንምፍላጥ ዝግበር ናይ ጥዕና ምርመራታትን ስኪንን ንዓኪን ውላድኪን ኣብ መጀመርታ ደረጃታት ጥንሲኪ ስለዝኪደድ ብኣግኡ ምዝገባ ምግባርን ኣብ ኩሉ ቆጶራታትኪ ምህላውኪ ምርግጋጽን ኣገዳሲ እዩ። መሕረሲትኪ እውን ምሳኺ ክትሰርሕ እያ ንኹነታትኪ ንምርዳእን ኣብ እዋን ጥንስኪ ከድልዩኪ ዝኽእል ዝኾነ ተወሳኺ ደገፍን ክንክንን ክትዘራረብን እያ።

ቁጽሪ ስልኪ ቤት ጽሕፈት ምዝገባ  
0141 347 8422 እዩ።



ነዚ ጻውዒት ንምድዋል ግልጋሎት ተርጓሚ ስልኪን ክትጥቀሙ ትኽእሉ ኢኹም።



ነዚን ንኹሉ መጻኢ ቆጶራታትን ዝኾውን ደገፍ ክትርጉም ነቲ ኣባል ሰራሕተኛ ክትሓቲ መሰል ኣለኪ።

2

### ደረጃ 2

## ኣብ ቆጶራታት ምክፋል

ኣብ እዋን ቅድመ ሕርሲ ክንክንኪ 1 ወይ 2 ዝተፈላለዩ መሕረስቲ ጥራሕ ኢኺ ትርኢ፣እዚ ድማ ምትእምማን ንምህናጽን ርክብ ንምሕጋዝን ይጠቅም። ብዛዕባ ዝብሃል ነገር ንጹር እንተዘይኮይኑ ሕቶታት ክትሓትትን ተወሳኺ መብርሂ ክትሓትትን መሰል ኣለኪ።

ኣብቲ ናይ መጀመርታ ምብጻሕኪ እታ መሕረሲት ንዝኾነ መጻምድቲ ወይ ፍቕረኛኺ ሰብ ንገለ ደቓይቕ ናብ ደገ ክወጽእ ክትሓቶ እያ። እዚ ድማ ገለ ናይ ብሕቲ ግዜ ንኸትሓትት ክትፈቅደልኪ እያ። እዚ ንኹለን ሓራሳት ስራዕ ኣሰራርሓ እዩ።

ክንክንኪ ኣብ ጥቓ ገዛኺ ኣብ ዝርከብ ቦታ ክኪደድ ይኽእል። ኣብ ናይ ማሕበራዊ ድሕነት ሓገዛት እንተሃለኺ፣ ናይ መገሻ ወጻኢታትኪ ክትመልስ ትኽእል ትኾውን። ብተወሳኺ ንብሉጽ ጅምሮ ሓገዝ፣ ብሉጻት ጀምሪ ምግብታትን ናይ ስኮትላንዳዊ ክፍሊት ህጻናትን ብቐዕ ክትከውን ትኽእል ኢኺ። ብዛዕባ እዚ ንሓደ ኣባል ሰራሕተኛ ጥራይ ሕተትዮ። በጃኹም ናብ ቆጶራኹም ንምብጻሕ ጸገም እንተሃልዩኪ እውን ምስ መሕረሲትኩም ተዘራረቡ።

ኩሉ ሓበሬታ ብዝመረጽኪዮ ቋንቋ ናይ ምቕባል መሰል ኣለኪ። እዚ ድማ ኣብ እዋን ጥንሲ ንነብስኺን ንውላድኪን ብኸመይ ትከናኸኒ ብዛዕባ ዝቐርበኪ መርመራታት ዝምልከት ሓበሬታን ንሕርሲ ንነብስኺ ምድላውን የጠቓልል። ብተወሳኺ ንኣተሓሕዛ ውላድኪ ምውጣንን ኣማራጺታት ምምጋብን የጠቓልል። ኣብ እዋን ቅድመ ሕርሲ መሕረሲትኪ ብዛዕባ እዚ ምሳኺ ክትዘራረብ እያ። እዚ ሓበሬታ ዘይተቐበልኪ ኮይኑ እንተተሰማዑኪ በጃኺ ንሓደ ኣባል ሰራሕተኛ ነዚ ምሳኺ ክዘረብ ሕተትዮ።

3

### ደረጃ 3

## ቅድመ ሕርሲ ዝወሃብ ክንክናት

ቅድመ ሕርሲ ዝወሃብ ትምህርቲ፣ ከም ከመይ ጌርኪ ንሕርሲ ከምትዳለዎ፣ እንታይ ከድልዎኪ ከም ዝኸእል፣ ንውላድኪ ብኸመይ ክትምግብ ከም እትኸእልን ንነብስኺ ብኸመይ ከም እትከናኸንን ዝኣመሰሉ ኣገደስቲ ጉዳያት ዝሸፍን እዩ።

ኣብዞም ክፍልታት ተርጓሚ ክህሉ ክትሓትት ትኸእል ኢኺ። እቲ ተርጓሚ ኣብ ጎንኺ ኮፍ ኢሉ ነቲ ዝብሃልን ዝኾነ ሕቶታት ክህልወኪ ዝኸእልን ክትርጉም እዩ።



መጻምድትኺ/ፍቕረኛኺ መጻምድትኺ እውን ኣብ ቅድመ ሕርሲ ትምህርቲ ክሳተፍ ይኸእል እዩ። ኣብ ምሉእ ጥንሲ፣ ኣብ እዋን ሕርስን ድሕሪ ምውላድ ህጻንን ብኸመይ ከም ዝድግፉኺ ሓበሬታን ምኽርን ክረኽቡ እዮም። ንውላድኪ ብኸመይ ከም እትከናኸኖ እውን ክእለት ክመሃሩ እዮም።

ድሕሪ ምውላድ ህጻን ንዝግበር ትልሚ ስድራቤት ዝምልከት ሓበሬታ እውን ኣሎ።

4

### ደረጃ 4

## ትልሚ ሕርሲ

መደብ ሕርሲ ምስ መሕረሲትኪ ክትዘራረቢ ይግባእ። እዚ ድማ ኣብ ሕርሲ ኣብ እትህልወሉ እዋን ምሳኺ መን ከም እትደሊ ከምኡ'ውን ኣብ ከም ማይ ሕርሲ፣ ኣብ ገዛ ሕርሲ፣ መቐነሲ ቃንዛ፣ ምግብን ናይ ምትርጓም ደገፍን ዝኣመሰሉ ነገራት ዘለኪ ምርጫታት ከጠቓልል ይኸእል።



ሰራሕተኛታት ብሰንኪ ሕክምናዊ ጉዳያት ኣብ ሕርሲ ኣብ እትህልወሉ እዋን ኩሉ ግዜ ምርጫታትኪ ክኸተሉ ዘይክእሉ ክኾኑ ይኸእሉ እዮም፣ እዚ ግና ክግለጸልኪ ይግባእ። ሕርሲኺ ክለጻጻል (ብሕክምና ክጅምር) ከድልዎኪ ይኸእል እዩ። ገለ ደቂ ኣንስትዮ ብመጥባሕቲ ክወልዳ ከድልዩን ይኸእል እዩ። መሕረሲትኪ ነዞም መስርሓት ክትገልጸልኪን ዝኾነ ሕቶታት ክህልወኪ ክትምልሰኪን ትኸእል እያ።

5

### ደረጃ 5

#### ምውላድ

ሙብዛሕትኦን ደቂ ኣንስትዮ ውላደን ኣብ ሆስፒታል ክወልዳ መደብ ኣለዎን። ኣብ ሕርሲ ዘለኺ እንተመሲሉኪ፣ በጃኹም ናብቲ ዝተሓዘአሉ ሆስፒታል፡ ልእልቲ ንጉሳዊ ሆስፒታል ወሊድ -

ልእልቲ ንጉሳዊ ሆስፒታል ወሊድ፡  
0141 201 3453/3454

ሆስፒታል ወሊድ ንግስቲ ኤልሳቤጥ፡  
0141 232 4363

ኣሃዲ ወሊድ ማሕበረሰብ ሮያል  
ኣሌክሳንድራ፡  
0141 314 7033

ሮያል ኣሌክሳንድራ ክፍሊ ወሊድ  
ክፍሊ፡  
0141 314 6067

ኣሃዲ ወሊድ ማሕበረሰብ ቫል ኦፍ ሌቨን ፡ ኪብ ንጉሆ ሰዓት  
8:00 ክሳብ 8:00 ብቑድሪ ስልኪ፡\*  
01389 817232 ይደውሉ

ክፍሊ ወሊድ ማሕበረሰብ ኢንቨርክላይድ ኪብ ንጉሆ ሰዓት  
8:00 ክሳብ 8:00 ብቑድሪ ስልኪ፡\*  
01475 504619 ይደውሉ

\*ኪብ ስራሕ ሰዓታት ወጻኢ ንሮያል ኣሌክሳንድራ ሆስፒታል ሌበር ዋርድ ብቑድሪ ስልኪ 0141 314 7033 ደውሉ። ሓንቲ መሕረሲት ብዛዕባ እቲ ዝኸውን ዘሎ ክትዘረብን ቀጺላ እንታይ ክትገብር ከም ዘለኪ ክትመኽረኪን እያ። ነዚ ንምግባር ናይ ስልኪን ተርጓሚ ግልጋሎትና ክትጥቀሙ ትኽእሉ ኢኹም።



ኣብ ሕርሲ ኣብ ዘለኺሉ እዋን፣ ኣብ ኩሉ ዝውሰድ ውሳኔታት፣ እንተላይ ኣብ ምፍጥስ ቃንዝ ክትሰተፍ መሰል ኣለኪ። እቲ ዘድልዩኪ ደረጃ መቐነሲ ቃንዝ ዘይትረክብ ኮይኑ እንተተሰሚዑኪ፣ በጃኺ ነቲ ኣብኡ ዝነበረ ኣባል ሰራሕተኛ በሎ ወይ እንተደሊኺ ምስ ኪልእ ኣባል ሰራሕተኛ ክትዘረቡ ሕተቲ።

ኣብ እዋን ሕርስኪ ናይ ምትርጓም ደገፍ ክትሓትት ትኽእልኪ።



6

### ደረጃ 6

#### ድሕሪ ሕርሲ ዝግበር ክንክን

ውላድኪ ምስ ወለድኪ ኣብ ሆስፒታል እንተሃለኺ፣ ምስ መሕረስቲን ሓኪይምን ብዛዕባ ኣብ ክንክንኪ ዘለዉ ቀንዲ ጉዳያት ክትዘረብ ከለኺ ደገፍ ክትትርጉም መሰል ኣለኪ።



ኩሉ ግዜ ንውላድኪ ክትምግብን በቲ ዝመረጽኪዮ መንገዲ ንነብስኺ ክትከናኸንን ክትድገፍ ኣለኪ።

ኣብ ገዛ ምስ እትህሉ፣ ውላድኪ ምስ ወለድኪ ክሳብ 10 መዓልታት ብሓይ መሕረሲት ሓይት ግዜ ክትበጽሓኪ እያ። በጻሒ ጥዕና ኪብ መዓልቲ 11 - 14 ንዓኺን ንውላድኪን ክበጽሓኪ ኣለዎ። ብተወሳኺ ኣብ ድሒሩ ኣብ እዋን ጥንስኺ ክበጽሓኪ እዮም ንክፈልጡን ኩሉ ጽቡቕ ከምዘሎ ከረጋግጹን። በጻሒ ጥዕናኺ ብዛዕባ ከም ክሊኒኪት ክታበት ህጻናት ዝኣመሰሉ ነገራት ክነግረኪ እዩ።

ኣብዘም ምብጻሕ እዚ ኣቶም ናይ ምትርጓም ደገፍ እውን ምድላዋት ክገብሩ ይኽእሉ እዮም።





**ናብ ዝኾነ ግልጋሎት NHS ንምድዋል ግልጋሎት ተርጓሚ ቴሌፎንና ይጠቐሙ።**

ስልኪ 01413196126  
ቁጽረ ፒን ሕሙምኪ ክትሕተት ኢኹ። እዚ 182987 እዩ።  
ድሕሪኡ ኣብ ውሽጢ 15 ካልኢት ምስ ተርጓሚ ክትራኽቢ ኢኹ። ነቲ ተርጓሚ ክትድውልሉ እትደለ ቁጽረ ንገርዮ፣ ንኣብነት 0141 347 8422

(መሕደሪ ወሊድ)  
ነዚ ግልጋሎት እዚ ንዝኾነ ግልጋሎትና ክትድውሉ ትኽእሉ ኢኹም። ከምኡ'ውን NHS24 (111)ን ህጹጽ ግልጋሎታትን (999)።



**ንኹሉ ቆጸራታትኪ ተርጓሚ ክትረክብ መሰል ኣለኪ።**

ኣብ ቆጸራታትኩም ደገፍ ክትርጎሙ ምስ እትደልዩ ነቲ ኣባል ሰራሕተኛ ዮፍልጡ። እዚ ፊት ንፊት ተርጓሚ ወይ ናይ ቴሌፎን ተርጓሚ ግልጋሎትና ክኸውን ይኽእል እዩ። ገጽ ንገጽ ተርጓሚ ትጥቀም እንተኾንኪ ብፍሉይ ጻል ኣንስተይቲ ወይ ወዲ ተባዕታይ ተርጓሚ ክትሓትት ትኽእሉ ኢኹ። እንተኾነ ግና ኩሉ ግዜ ዘይክህልዉ ይኽእሉ እዮም። ስለዚ ነዚ ጽኑዕ ምርጫ እንተሃልዩኪ ነዊሕ ክትጽብዩ ከድልዩኪ ይኽእል እዩ። በጃኹም ኣስተውዕሉ፣ ንኣባላት ስድራቤት ወይ ፈተውቲ ዘይኮነስ፣ ሞያውያን ተርጎምቲ ምጥቃም፣ ብሓልዮትኩም ክድግፉኹም ዝገበር ፖሊሲ NHSGGC እዩ።

**ብዛዕባ ሓልዮትኪ እንተደሊኹ እንታይ ክትገብረ ኣለኪ።**

ግልጋሎት ምኽርን ደገፍን ሕሙማት ርእይቶ ወይ ርእይቶ ክትህቡ፣ ስክፍታታት ክተሰላሉ፣ ወይ ብዛዕባ እቲ ካብ NHS ዝረኽብኪዮ ሕክምና ጥርጉን ክተቕርብ ክሕግዘኪ ይኽእል እዩ።

ብቐጽረ ስልኪ 0800 917 2127 ርኽቡና። ነዚ ጻውዒት ንምድዋል ግልጋሎት ተርጓሚ ቴሌፎንና ክትጥቀሙ ትኽእሉ ኢኹም።



አብ ህጹጽ እዋን እንታይ ክንገብር ኣለና።

ዝኾነ ምፍሳስ ደም ርሕሚ ወይ ምጭብባጥን ቃንዛን ኣብ ታሕተዎይ ከብድኺ እንተሃልዩኪ እዚ ናይ ግድን ምውራድ ጥንሲ ኣለኪ ማለት ኣይኮነን፤ ኣብተን ቀዳሞት 12 ሰሙናት ጥንሲ ኣብ ገለ እዋን ገለ ቀለል ምፍሳስ ደም ርሕሚ ክህሉ ልሙድ እዩ። እዚ ድማ ኣብ ሓደጋ ምውራድ ጥንሲ ይበሃል። ሙብዛሕትኣን ደቂ ኣንስትዮ ቀጺለን ጥዑይ ጥንሲ ይህልወን ገለ ደቂ ኣንስትዮ ግና ብድሕሪኡ ምውራድ ጥንሲ የጓንፈን።

ትሕቲ 12 ሰሙን ጥንሲ እንተሃልዩኪ ቃንዛ ከብዱ ወይ ምፍሳስ ደም እንተሃልዩኪን ናብቲ ኣብ ቀረባኺ ዘሎ ክፍሊ ሓደጋን ህጹጽ ረድኤትን ክትከዱ ንላቦ።

ብተወሳኺ ናብቲ ኣብ ቀረባኺ ዝርከብ ክፍሊ ህጹጽ ረድኤት ክትከዱ ኣለኪ ወይ ድማ ናብ ኣምቡላንስ (999) ክትድውሊ ይግባእ እንተድኣ -

- ኣዘዩ ከቢድ ቃንዛ ከብዱ (ብሓይ ወገን ጥራሕ ክኸውን ዝኽእል)
- ቃንዛ ኣብራኽ ምምዕባል እንተሃልዩ፤
- ኪብቲ ቅድሚ ሕዚ ዝነበረ ኣዘዩ ዝያዳ ደም ይፈስሱ (ምሕላፍ ረቂቕ ወይ ፓድ ኣብ 30 ደቓይቕ ምጥላቕ)
- ዝኾነ ናይ ምሕንኪስ ወይ ምፍራስ ሕማም እንተሃልዩ።

ኣብ ህጹጽ ኩነታት፣ ምስ ሰራሕተኛታት ብተሌፎን ተርጓሚ ተጠቐምኪ ክትረዳድኢ ትኽእል ኢኺ፣ ንሳቶም ድማ ንዓኺ ክረኽቡኺ ይኽእሉ እዮም።

ልዕሊ 12 ሰሙን ጥንሲ እንተኾይንኪን ምፍሳስ ደም ወይ ቃንዛ እንተድኣ ኣጋጢሙኪን፣ ወይ ድማ ዝኾነ ኪብዘም ኣብ ላዕሊ ዝተዘርዘሩ ምልክታት እንተኣጋጢሙኪ፣ ንተወሳኺ ምኽሪ ናብቲ ጥንሲ ዝሓዘኩሉ ሆስፒታል ናብ ክፍሊ ገምጋም ወሊድ ክትድውሊ ይግባእ።

ሆስፒታል ዩኒቨርሲቲ ንግስቲ ኤልሳቤጥ:- ቁጽሪ ስልኪ	<b>0141 232 4363</b>
ፕሪንስስ ሮያል ማተርኒቲ ሆስፒታል:- ቁጽሪ ስልኪ፣	<b>0141 211 3453/3454</b>
ሮያል ኣሌክሳንድራ ሆስፒታል:- ቁጽሪ ስልኪ:	<b>0141 314 6067</b>
ቫል ኦፍ ሌቨን ሆስፒታል: ኪብ ሰዓት 8:00 ንጉሆ- ክሳብ 8:00 ምሽት፣ ቁጽሪ ስልኪ*	<b>01389 817 411</b>
ኢንቨርክላይድ ሮያል ሆስፒታል:-ኪብ ሰዓት 8:00 ንጉሆ- ክሳብ 8:00 ምሽት፣ ቁጽሪ ስልኪ:*	<b>01475 504 619</b>
*ኪብ ሰዓታት ወጻኢ ንሆስፒታል ሮያል ኣሌክሳንድራ ደውሉ። ቁጽሪ ስልኪ	<b>0141 314 6067</b>

ኪብዘም ቁጽርታት እዚ ኣቶም ንዝኾነ ክትድውል ግልጋሎት ተርጓሚ ስልኪን ክትጥቀሙ ትኽእሉ ኢኹም።

