

# زچگی کی دیکھ بھال کے لیے آپ کے حقوق



## ایک قدم بہ قدم رہنما

NHS Greater Glasgow & Clyde

اعلیٰ معیار کی زچگی کی دیکھ بھال فراہم کرنے اور اس بات کو یقینی بنانے کے لیے پرعزم ہے کہ ہمارے پاس آنے والے ہر شخص کے ساتھ منصفانہ اور احترام کے ساتھ برتاؤ کیا جائے۔ ہماری کوئی بھی خدمات استعمال کرتے وقت آپ کے حقوق ہیں۔ مثال کے طور پر، آپ کو نسل پرستی یا امتیازی سلوک کی کسی دوسری شکل کا تجربہ نہ کرنے کا حق ہے۔ آپ کو آزادانہ مدد کا حق بھی حاصل ہے، جیسے کہ کسی خیراتی ادارے کا کوئی فرد، آپ کی دیکھ بھال کے دوران آپ کی مدد کرے۔

ہمارا مرحلہ وار گائیڈ حمل کے دوران اور بعد میں آپ کی دیکھ بھال کے مختلف مراحل کی وضاحت کرتا ہے۔ اس میں ہماری خدمات، اہم ٹیلی فون نمبرز اور ان کو کال کرنے کے لیے ہماری ٹیلی فون انٹریپٹنگ سروس کا استعمال کرنے کے دوران مدد کی ترجمانی کا حق شامل ہے۔

1

## مرحلہ 1

زچگی کی دیکھ بھال کے لئے  
بک کریں۔

جیسے ہی آپ کو معلوم ہو کہ آپ حاملہ ہیں بکنگ آفس سے رابطہ کر کے دائمی سے ملاقات کا وقت طے کریں۔

ہم تمام بونے والی ماؤں سے، یہاں تک کہ جن کے بچے پہلے سے ہیں، پر زور دیتے ہیں کہ وہ اپنے حمل کے 6 اور 10 ہفتوں کے درمیان اپنی مقامی زچگی کی خدمات میں بک کریں۔ صحت کے ٹیسٹ اور اسکین یہ چیک کرنے کے لیے کہ آپ اور آپ کے بچے کے ساتھ سب ٹھیک ہے آپ کے حمل کے ابتدائی مراحل میں ہوتا ہے اس لیے بک کروانا ضروری ہے۔ جلد اور یقینی بنائیں کہ آپ اپنی تمام ملاقاتوں میں شرکت کریں۔ آپ کی دائمی بھالی آپ کے ساتھ کام کرے گی تاکہ آپ کو آپ کی صورت حال کو سمجھنے میں مدد ملے اور آپ کو حمل کے دوران کسی بھی اضافی مدد اور دیکھ بھال کی ضرورت ہو اس پر بات کریں۔



بکنگ آفس کا نمبر ہے۔  
8422 347 0141

آپ یہ کال کرنے کے لیے ہماری ٹیلی فون انٹرپرائٹنگ سروس استعمال کر سکتے ہیں۔



آپ کو عملے کے رکن سے اس اور آئندہ تمام تقریروں کے لیے تعاون کی ترجمانی کرنے کا حق حاصل ہے۔

2

## مرحلہ 2

## تقریروں میں شرکت

آپ کو اپنی قبل از پیدائش کی دیکھ بھال کے دوران صرف 1 یا 2 مختلف دائیاں نظر آئیں گی، تاکہ آپ کو اعتماد پیدا کرنے اور مواصلات میں مدد کرنے میں مدد ملے۔ آپ کو سوال پوچھنے اور مزید وضاحت طلب کرنے کا حق ہے اگر آپ کسی بات کے بارے میں واضح نہیں ہیں۔

آپ کے پہلے دورے کے دوران، دائمی کسی بھی ساتھی یا معاون شخص سے چند منٹوں کے لیے باہر جانے کے لیے کہے گی تاکہ آپ کو سوالات پوچھنے کے لیے کچھ نجی وقت مل سکے۔ یہ تمام بونے والی ماؤں کے لیے معیاری طریقہ کار ہے۔ آپ کی دیکھ بھال آپ کے گھر کے قریب سیٹنگ میں ہو سکتی ہے۔ اگر آپ سماجی تحفظ کے فوائد پر ہیں، تو آپ اپنے سفری اخراجات کی واپسی کا دعویٰ کر سکتے ہیں۔ آپ بیسٹ سٹارٹ گرانٹ، بہترین سٹارٹ فوڈز اور سکاٹش چائلڈ پیمنٹ کے بھی قابل ہو سکتے ہیں۔ بس اس بارے میں عملے کے کسی رکن سے پوچھیں۔ اگر آپ کو ایوائنٹمنٹ تک پہنچنے میں دشواری ہو رہی ہے تو براہ کرم اپنی دائمی سے بھی بات کریں۔

آپ کو اپنی پسند کی زبان میں تمام معلومات حاصل کرنے کا حق ہے۔ اس میں حمل کے دوران اپنی اور اپنے بچے کی دیکھ بھال کرنے کا طریقہ، آپ کو پیش کیے جانے والے ٹیسٹوں کے بارے میں معلومات اور پیدائش کے لیے خود کو تیار کرنا شامل ہے۔ اس میں آپ کے بچے کی دیکھ بھال اور کھانا کھلانے کے اختیارات کی منصوبہ بندی بھی شامل ہے۔ قبل از پیدائش کی مدت کے دوران آپ کی دایہ آپ سے اس پر بات کرے گی۔ اگر آپ محسوس کرتے

ہیں کہ آپ کو یہ معلومات موصول نہیں ہوئی ہیں، تو براہ کرم عملے کے کسی رکن سے اس کے ذریعے آپ سے بات کرنے کو کہیں۔

3

### مرحلہ 3

## قبل از پیدائش کی کلاسز

قبل از پیدائش کی کلاسوں میں اہم مسائل کا احاطہ کرتی ہیں جیسے کہ مشقت کی تیاری کیسے کی جائے، آپ کو کس چیز کی ضرورت ہو، آپ اپنے بچے کو کیسے دودھ پلائیں اور اپنی دیکھ بھال کیسے کریں۔



آپ ان کلاسوں میں کسی مترجم کی موجودگی کے لیے کہہ سکتے ہیں۔ مترجم آپ کے پاس بیٹھے گا اور خاموشی سے اس کی ترجمانی کرے گا جو کہا جا رہا ہے اور آپ کے کوئی بھی سوال ہو سکتے ہیں۔

آپ کا ساتھی / معاون پارٹنر بھی قبل از پیدائش کی کلاسوں میں شرکت کر سکتا ہے۔ وہ اس بارے میں معلومات اور مشورے حاصل کریں گے کہ، حمل کے دوران اور بچے کی پیدائش کے بعد آپ کی مدد کیسے کی جائے۔ وہ آپ کے بچے کی دیکھ بھال کرنے کا طریقہ بھی سیکھیں گے۔ بچے کی پیدائش کے بعد خاندانی منصوبہ بندی کے بارے میں معلومات بھی دستیاب ہیں۔

4

### مرحلہ 4

## پیدائش کا منصوبہ بنانا

آپ کو اپنے پیدائشی منصوبے پر اپنی دایہ سے بات کرنی چاہیے۔ اس میں یہ شامل ہو سکتا ہے کہ جب آپ مشقت میں ہوں تو آپ کس کا ساتھ چاہتے ہیں اور ساتھ ہی پانی کی پیدائش، گھر میں پیدائش، درد سے نجات، خوراک اور جیسی چیزوں کے لیے آپ کی



ترجیحات اور

ترجمانی کی

مدد۔ جب آپ

طبی مسائل کی

وجہ سے مشقت میں ہوں تو عملہ ہمیشہ آپ کی ترجیحات پر عمل کرنے کے قابل نہیں ہو سکتا ہے، لیکن اس کی وضاحت آپ کو جاننی چاہیے۔ آپ کو اپنی مشقت (طبی طور پر شروع) کروانے کی ضرورت پڑسکتی ہے۔ کچھ خواتین کو سیزرین پیدائش کی ضرورت پڑسکتی ہے۔

آپ کی دایہ آپ کو ان عمل کی وضاحت کر سکتی ہے اور آپ کے کسی بھی سوال کا جواب دے سکتی ہے۔

5

## مرحلہ 5

## آپ کا بچہ ہونا

زیادہ تر خواتین کا مقصد اپنے بچے کو ہسپتال میں رکھنا ہے۔ اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ درد زہ میں ہیں، تو براہ کرم اس ہسپتال کو کال کریں جہاں آپ کو بک کیا گیا ہے۔

پرنسپس رائل میٹرنٹی ہسپتال  
3453/3454 201 0141

کوئین الزبتھ میٹرنٹی ہسپتال  
4363 232 0141

رائل الیگزینڈرا کمیونٹی میٹرنٹی یونٹ  
7033 314 0141

رائل الیگزینڈرا میٹرنٹی یونٹ لیبر وارڈ  
6067 314 0141

ویل آف لیون کمیونٹی میٹرنٹی یونٹ صبح 8 بجے تا  
817232 01389 \* 8 بجے شام

انورڈیل کمیونٹی میٹرنٹی یونٹ صبح 8 بجے تا شام  
8  
504619 01475 \* بجے

رائل الیگزینڈرا ہسپتال کے لیبر وارڈ کو 0141314  
7033

پر کال کریں  
ایک دایہ جو کچھ ہو رہا ہے اس پر بات کرے گی اور  
آپ کو مشورہ دے گی کہ آگے کیا کرنا ہے۔  
ایسا کرنے کے لئے آپ ہماری ٹیلیفون انٹریٹنگ  
سروس استعمال کر سکتے ہیں۔

جب آپ درد زہ میں ہوتے ہیں، تو آپ کو  
درد سے نجات

سمیت کیے جانے والے تمام فیصلوں  
میں شامل ہونے

کا حق حاصل ہے۔ اگر آپ محسوس  
کرتے ہیں کہ آپ کو

درد سے نجات کی وہ سطح نہیں مل رہی ہے



جس کی

آپ کو ضرورت ہے، تو براہ کرم موجود  
عملے کے رکن

سے کہیں یا اگر آپ چاہیں تو عملے  
کے کسی دوسرے

رکن سے بات کرنے کو کہیں۔ آپ اپنی مشقت کے  
دوران ترجمانی کی مدد طلب کر سکتے ہیں۔

6

## مرحلہ 6

## بعد از پیدائش کی دیکھ بھال

اگر آپ اپنے بچے کی پیدائش کے بعد ہسپتال میں  
ہیں،



تو آپ کو اپنی نگہداشت کے اہم مسائل کے بارے  
میں دائیوں اور ڈاکٹروں سے بات کرتے وقت مدد کی  
ترجمانی کا حق حاصل ہے۔

آپ کو اپنے بچے کو دودھ پلانے کے لیے ہمیشہ مدد  
کی جانی چاہیے اور اپنے انتخاب کے طریقے سے  
اپنی دیکھ بھال کرنا چاہیے۔

جب آپ گھر پر ہوں گے، آپ کے بچے کی پیدائش  
کے 10 دن بعد تک ایک دائی آپ سے چند بار ملاقات  
کرے گی۔ بیلٹھ وزیٹر کو 11 سے 14 دن تک آپ سے

اور آپ کے بچے سے ملنا چاہیے۔ وہ آپ کے حمل  
کے بعد بھی آپ سے ملاقات کریں گے تاکہ آپ کو  
جان سکیں اور یہ یقینی بنائیں کہ سب

ٹھیک ہے۔



آپ کا بیلٹھ وزیٹر آپ کو بچوں کے حفاظتی ٹیکوں کے  
کلینکس جیسی چیزوں کے بارے میں بتائے گا۔ وہ ان  
دوروں میں ترجمانی معاونت کا بندوبست بھی کر  
سکتے ہیں۔



## سروس کو کال کرنے کے لیے ہماری ٹیلی فون NHS کسی بھی انٹریپرائنگ سروس استعمال کریں۔

فون 01413196129

آپ سے آپ کا پیشنٹ پن نمبر پوچھا جائے گا۔ یہ 182987 کی بات ہے۔ اس کے بعد آپ 15 سیکنڈ سے بھی کم وقت میں مترجم سے جڑ جائیں گے۔ مترجم کو وہ نمبر بتائیں جس پر آپ کال کرنا چاہتے ہیں، مثال کے طور پر 01413478422

(زچگی کی بکنگ)

اور (111) NHS24 آپ اس سروس کو ہماری کسی بھی سروس بشمول ایمرجنسی سروسز (999) پر کال کرنے کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔



## آپ کو اپنی تمام تقریبوں کے لیے مترجم کا حق حاصل ہے۔

عملے کے ممبر کو بتائیں کہ کیا آپ اپنی ملاقاتوں میں ترجمان کی معاونت چاہتے ہیں۔ یہ روبرو مترجم یا ہماری ٹیلی فون کی ترجمانی سروس ہو سکتی ہے۔ اگر آمنے سامنے مترجم کا استعمال کرتے ہیں، آپ خاص طور پر ایک خاتون یا مرد مترجم کی درخواست کر سکتے ہیں، لیکن ہو سکتا ہے کہ وہ ہمیشہ دستیاب نہ ہوں اس لیے اگر آپ کو اس کے لیے زیادہ ترجیح ہے تو آپ کو زیادہ انتظار کرنا پڑ سکتا ہے۔

پالیسی ہے کہ آپ کی دیکھ بھال میں آپ کی NHSGGC براہ کرم نوٹ کریں کہ یہ مدد کے لیے پیشہ ور ترجمانوں کا استعمال کریں، نہ کہ خاندان کے افراد یا دوستوں کی۔

## اگر آپ اپنی دیکھ بھال کے بارے میں شکایت کرنا چاہتے ہیں تو کیا کریں۔

پیشنٹ ایڈوائس اینڈ سپورٹ سروس آپ کو فیڈ بیک یا تبصرے دینے، خدشات کا اظہار سے آپ کو موصول ہونے والے علاج کے بارے میں شکایت کرنے میں NHS کرنے، یا مدد کر سکتی ہے۔

ہم سے

08009172127 پر رابطہ کریں۔ یہ کال کرنے کے لیے آپ ہماری ٹیلی فون انٹریپرائنگ سروس استعمال کر سکتے ہیں



بنگامی صورت حال میں کیا کرنا ہے۔  
اگر آپ کی اندام نہانی سے خون بہہ رہا ہے یا آپ کے پیٹ کے نچلے حصے میں درد ہے تو اس کا لازمی  
مطلب یہ نہیں ہے کہ آپ کو اسقاط حمل ہو رہا ہے۔ حمل کے پہلے 12 ہفتوں میں کبھی کبھی اندام  
نہانی سے ہلکا خون بہنا عام ہے۔ اسے خطرہ آمیز اسقاط حمل کہا جاتا ہے۔ زیادہ تر خواتین کا حمل صحت  
مند ہوتا ہے لیکن کچھ خواتین کو بعد میں اسقاط حمل ہو جاتا ہے۔  
اگر آپ 12 ہفتوں سے کم حاملہ ہیں اور پیٹ میں درد ہے یا خون بہہ رہا ہے تو اپنے قریبی ایکسیڈنٹ اینڈ  
ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جائیں۔  
آپ کو قریبی ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ تک بھی جانا چاہیے یا ایمبولینس ( 999 پر کال کرنا چاہیے اگر آپ

- (پیٹ میں بہت شدید درد ہونا) جو صرف ایک طرف ہو سکتا ہے
- کندھے کا درد قائم ہونا
- پہلے کی نسبت بہت زیادہ خون بہہ رہا ہے ( 30 منٹ میں لوتھڑے کا گزرنا یا پیڈ) بھگونا
- کسی بھی بیہوشی کی اقساط یا گرنے کا شکار ہوں۔

بنگامی صورتحال میں، آپ ٹیلی فون کی ترجمانی کا استعمال کرتے ہوئے عملے کے ساتھ بات چیت  
کر سکتے ہیں، جس تک وہ آپ کے لیے رسائی حاصل کر سکتے ہیں۔  
اگر آپ 12 ہفتوں سے زیادہ حاملہ ہیں اور آپ کا خون بہہ رہا ہے یا درد کا سامنا ہے، یا اوپر دی گئی  
علامات میں سے کسی کا سامنا ہے، تو آپ کو ہسپتال کے میٹرنٹی اسسمنٹ یونٹ کو فون کرنا  
چاہیے جہاں آپ نے مزید مشورہ کے لیے اپنا حمل بک کروایا تھا۔

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

کوئین الزبتھ یونیورسٹی ہسپتال  
پرنسس رائل میٹرنٹی ہسپتال  
رائل الیگزینڈرا ہسپتال  
\*ویل آف لیون ہسپتال صبح 8 بجے تا شام 8 بجے  
\*انورکلائڈ رائل ہسپتال صبح 8 بجے تا شام 8 بجے

**0141 314 6067**

اؤٹ آف آورز کال  
رائل الیگزینڈرا ہسپتال آن



آپ ان نمبروں میں سے کسی پر کال کرنے کے لیے  
ٹیلیفون انٹریپرائنگ سروس استعمال کر سکتے ہیں۔