

ROMANIAN

Informații elementare traduse pentru nevorbitorii de engleză

1. Ce să faceți dacă sunteți însărcinată

Stabiliți o programare cu moașa cât mai curând. Dacă vă poate ajuta cineva care vorbește engleza, contactați Serviciile de Maternitate CNAS Lothian (NHS Lothian) la nr. de telefon 0131 536 2009 (de luni până vineri între orele 9:00-16:45)

Sau mergeți la medicul de familie, care va stabili o programare în numele dvs.

Dacă aveți nevoie de interpret la programări, anunțați personalul medical, și vi se va onora această dorință.

Vi se va oferi o programare cu moașa în jur de 8-10 săptămâni de sarcină, și o ecografie între 11-14 săptămâni.

Moașa vă va da un dosar albastru pentru fișa medicală pe timpul sarcinii. Vă rugăm să îl aduceți cu dvs. la FIECARE PROGRAMARE, INCLUSIV LA ECOGRAFII și ATUNCI CÂND VENIȚI PENTRU NAȘTERE.

Dacă acesta este primul copil, veți avea cel puțin 10 programări prenatale cu moașa. Dacă ați mai născut în trecut, veți avea cel puțin 8 programări.

2. Cine o să vă aibă în îngrijire?

Moașa – persoană expertă în sarcinile cu riscuri minime și în nașteri, care vă va oferi îngrijire medicală înainte și în timpul nașterii, precum și după ce se naște copilul.

Medicul obstetrician – medic expert în sarcini complicate.

Asistenta de familie – asistentă medicală calificată, specializată pe probleme privind sănătatea copilului și a familiei, care vă va sprijini până când copilul merge la școală.

Neonatologul – medic specialist care oferă îngrijire medicală de specialitate sugarilor foarte mici sau bolnavi, în cadrul secției de neonatologie.

3. Urgențe

În caz de urgențe care pun în pericol viața, sunați la 999 pentru ambulanță.

Dacă credeți că sunteți în travaliu sau că vi s-a rupt apa sau dacă sângerăți sau/și aveți dureri, vă rugăm sunați la spitalul la care ar trebui să nașteți.

Spitalul „Royal Infirmary” din Edinburgh (Centrul Simpson pentru Sănătate Reproductivă și Centrul de Nașteri Lothian- Simpson Centre for Reproductive Health and Lothian Birth Centre) 0131 242 2657

Spitalul St John's 01506 524125

4. Informații

Moașa vă va oferi o carte despre sarcină, travaliu și naștere.
Ready, Steady, Baby <http://www.healthscotland.com/documents/25847.aspx>

Moașa vă va oferi o carte despre alăptare.
Off to a Good Start <http://www.healthscotland.com/documents/120.aspx>

Moașa vă va oferi două broșuri despre analize și ecografii.
You're pregnant! Scans and Tests <http://www.healthscotland.com/documents/3985.aspx>

Your Baby! Tests Offered <http://www.healthscotland.com/documents/4258.aspx>

5. Educație pentru părinți

Întrebați moașa în legătură cu cursurile sau sprijinul în particular.

6. Unde pot să nasc?

Tururi virtuale ale secțiilor de naștere – Vizitați secțiile de naștere din zona Lothian prin intermediul acestui tur virtual.

<https://services.nhsllothian.scot/Maternity/AllAboutBirth/WhereCanIHaveMyBaby/Pages/VirtualTours.aspx>

În zona Lothian puteți alege să nașteți:

- Acasă, cu ajutorul moașelor.

- La Centrul de Nașteri Lothian (Spitalul Royal Infirmary din Edinburgh)

O secție condusă de moașe pentru femei sănătoase care nu au avut probleme în timpul sarcinii și care este de așteptat să nască fără intervenție medicală.

- În unul din cele două spitale :

Centrul Simpson pentru Sănătate Reproductivă (Simpson Centre for Reproductive Health) (la Spitalul Royal Infirmary din Edinburgh) 51 Little France Crescent
Edinburgh EH16 4SU. Tel: 0131 242 2657

Spitalul St John's, Howden Road West
Livingston EH54 6PP. Tel: 01506 524125

7. Sprijin financiar și ajutor – întrebați moașa

Schema **Healthy Start**. Unele femei însărcinate pot primi bonuri pentru lapte, fructe și legume și pentru unele tipuri de lapte praf, precum și pentru vitamine pentru perioada sarcinii și pentru copii. Întrebați-o pe moașă dacă aveți acest drept.

<https://www.nhsllothian.scot.nhs.uk/Services/A-Z/feedingyourbaby/Pages/Healthy-Start-Food-and-Vitamins.aspx>

Fondul pentru cheltuieli neonatale este un oferit de guvernul scoțian pentru a ajuta familiile să plătească cheltuielile legate de deplasarea către/de la spital și cu alte cheltuieli care mai apar dacă copilul dvs. primește îngrijire neonatală în spital.

<http://www.gov.scot/Resource/0053/00534004.pdf>

Noul grant Best Start înlocuiește grantul de maternitate Sure Start, oferind familiilor cu venit redus asistență financiară cu cheltuielile de maternitate și cu cheltuielile ce apar atunci când copiii ating vârsta de începere a grădiniței și a școlii. Întrebați moașa pentru mai multe informații.

[Biroul de consiliere a cetățeanului](#) (Citizen's Advice Bureau) există pentru a vă apăra drepturile și pentru a vă sprijini. Angajații acestui birou vă vor spune la ce ajutoare aveți dreptul.

<https://www.citizensadvice.org.uk/scotland/debt-and-money>