

المعلومات الأساسية مترجمة للناطقين بغير الإنجليزية

1. ماذا يجب عليك أن تفعله إذا كنتي حامل

تحديد موعد لرؤية القابلة في أقرب وقت ممكن.
إذا كان بإمكان شخص ما يتحدث الإنجليزية أن يساعدك، إتصلي مع قسم التوليد في مستشفى الخدمة الصحية الوطنية لوثنان
2009 536 0131 (من الاثنين إلى الجمعة من 09:00 إلى 16:45).

خلاف ذلك، راجعي طبيبك العام الذي سيحدد لك موعداً.

إذا كنتي بحاجة إلى مترجم شفوي للمواعيد، فيرجى إخبار أخصائي الصحة وسيتم عمل ترتيبات لذلك لك.

سيتم تحديد موعد لك عدداً مع القابلة بحلول حوالي 8-10 أسابيع من الحمل، وإجراء فحص لك أثناء فترة 11 إلى 14 أسبوعاً من الحمل

سوف تعطيك القابلة الخاصة بك سجلات الأمومة الزرقاء.
من فضلك، أحضريها إلى كل موعد، بما في ذلك الفحوصات
وعندما تأتيين لولادة طفلك.

إذا كان هذا هو طفلك الأول، فسيحدد لك ما لا يقل عن 10 مواعيد قبل الولادة مع القابلة. إذا أنجبت طفلاً من قبل، سيحدد لك 8 مواعيد على الأقل.

2. من سيعتني بك؟

قابلة - خبيرة في الحمل والولادة منخفضة المخاطر تقدم الرعاية قبل وأثناء وبعد ولادة طفلك.
طبيب التوليد - وهو طبيب خبير في حالات الحمل المعقدة.
الزائر الصحي - ممرض مؤهل متخصص في الأطفال وصحة الأسرة، ويقدم الدعم لغاية التحاق طفلك بالمدرسة.
طبيب حديثي الولادة - طبيب متخصص يوفر رعاية طبية متخصصة للأطفال الصغار أو الرضع المرضى في وحدة حديثي الولادة.

3. حالات الطوارئ

في حالة تعرضك لحالة طوارئ ذات طبيعة تهدد الحياة، اتصلي بالرقم 999 كي يتم ارسال سيارة إسعاف.

إذا كنتي تعتقدين أنك في حالة مخاض أو أن السوائل قد خرجت، أو إذا كنت تنزفين و / أو تعانيين من ألم، فيرجى الاتصال بالمستشفى الذي حجزت فيه لإنجاب طفلك.
المستوصف الملكي لإدنبره (مركز سيمبسون للصحة الإنجابية وقسم الولادة في مستشفى لوثنان) 2657 242 0131
مستشفى سانت جون 524125 01506

4. المعلومات

سوف تعطيك القابلة كتاباً عن الحمل والولادة والإنجاب.
جاهزة، ثابتة، طفل <http://www.healthscotland.com/documents/25847.aspx>

سوف تعطيك القابلة كتاباً عن الرضاعة الطبيعية.
نحو بداية جيدة <http://www.healthscotland.com/documents/120.aspx>

سوف تعطيك القابلة كتيبين عن الفحوصات والمسح الضوئي.
انت حامل! المسوحات والفحوصات <http://www.healthscotland.com/documents/3985.aspx>

طفلك! الاختبارات المقدمة <http://www.healthscotland.com/documents/4258.aspx>

5. تثقيف الوالدان

اسألني القابلة عن الدروس أو الدعم الفردي.

6. أين يمكنني إنجاب طفلي؟

جولات افتراضية للوحدات - إلقي نظرة على وحداتنا في مستشفى لوثيريان في جولتنا الافتراضية.
<https://services.nhslothian.scot/Maternity/AllAboutBirth/WhereCanIHaveMyBaby/Pages/VirtualTours.aspx>

في لوثيريان، يمكنك اختيار إنجاب طفلك:
- في المنزل، بدعم من القابلات.

- في قسم الولادة في لوثيريان (المستوصف الملكي في إدنبرة)
وحدة تقودها القبالة للنساء الأصحاء اللواتي لم يواجهن أي مشاكل أثناء الحمل ويتوقعن ولادة بدون مساعدة طبية.

- في أحد المستشفيات

مركز سيمبسون للصحة الإنجابية (المستوصف الملكي في إدنبرة)
Little France Crescent 51
Edinburgh EH16 4SU هاتف: 2657 242 0131

مستشفى سانت جون
Howden Road West
Livingston EH54 6PP هاتف: 524125 01506

7. الدعم المالي والمساعدة - أسألني القابلة عن هذه المسائل

بداية صحية يمكن أن تتلقى بعض النساء الحوامل قسائم مجانية للحليب والفواكه والخضروات وبعض أنواع الحليب الصناعي وكذلك الفيتامينات للنساء الحوامل والأطفال. أسألني القابلة الخاصة بك إذا كنتي مؤهلة للحصول عليها.

صندوق نفقات حديثي الولادة هو صندوق حكومي اسكتلندي لمساعدة الأسر على دفع التكاليف المرتبطة بالسفر من وإلى المستشفى والنفقات الأخرى ذات الصلة إذا كان طفلك يتلقى رعاية قسم حديثي الولادة في المستشفى.

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

يحل برنامج افضل منحة للبداية Best Start Grant الجديد محل منحة البداية المؤكدة Sure Start، ويقدم المساعدة المالية للأسر ذات الدخل المنخفض فيما يتعلق بنفقات الأمومة وبالتكاليف الأخرى لغاية وصول الأطفال إلى الحضانة وبلوغهم سن المدرسة. أسألني القابلة الخاصة بك للحصول على مزيد من المعلومات.

مكتب نصيحة المواطنين في اسكتلندا موجود للدفاع عن حقوقك ولدعمك. سيقولون لك ما هي المساعدة التي تستحقينها.
<https://www.citizensadvice.org.uk/scotland/debt-and-money>