

CANTONESE

非英語母語人士所需的基本資訊（譯文）

1. 如果您懷孕了，您該做什麼

儘早約診助產士。

如有可使用英語的人可幫到您，請致電聯繫NHS洛錫安區產科服務中心
0131 536 2009（週一至週五，09:00至16:45）。

或者，您可去看家庭醫生；家庭醫生會幫助您來進行預約。

如果您需要預約口譯員服務，請告知醫護人員；我們為您安排口譯員。

您將需於懷孕的大概8-10周時與助產士進行一次預約看診，並於11-14周時進行一項超音波檢查。

您的助產士將向您提供藍色的生育記錄冊。

因此，請在每次預約看診時攜帶該記錄冊，包括超音波檢查時；
並且在分娩時記得帶上該記錄冊。

如果屬於首胎分娩，您與助產士將需進行至少10次產前預約看診。如果您之前生過孩子，您將至少要進行8次預約看診。

2. 誰負責照護您？

助產士——在您寶寶出生之前、期間及之後，將由低風險懷孕和分娩專業人員提供護理服務。

產科醫師——複雜懷孕分娩專家醫生。

保健員——具有兒童和家庭保健資格的專業護士，並在孩子上學前提供支援。

新生兒專家——專科醫生，在新生兒科專為幼嬰或病嬰提供專業的專家護理。

3. 緊急情況

如果您發生存在生命威脅風險的緊急情況，請撥打999呼叫救護車。

如果您認為，您正在分娩或者羊水破裂了，或者您出現流血和/或疼痛，請致電聯繫預約分娩的醫院。

愛丁堡皇家醫務室（辛普森生殖健康中心和洛錫安區生育中心） 0131 242 2657

聖約翰醫院 01506 524125

4. 資訊

您的助產士將向您提供一本關於懷孕、分娩和出生的書。

備孕、穩定、嬰兒 <http://www.healthscotland.com/documents/25847.aspx>

您的助產士將向您提供一本關於母乳哺育的書。

一個好的開始<http://www.healthscotland.com/documents/120.aspx>

您的助產士將向您提供兩本關於檢測和超音波的手冊。

您懷孕了！**超音波和檢測** <http://www.healthscotland.com/documents/3985.aspx>

您的寶寶！**所提供的檢測** <http://www.healthscotland.com/documents/4258.aspx>

5. 親子關係教育。

諮詢您的助產士有關課程，或獲取一對一支持。

6. 我將在哪裡分娩我的寶寶？

虛擬診所之旅——有關虛擬展示，請參觀我們在洛錫安區的診所

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

在洛錫安區，您可以選擇在以下地點分娩您的寶寶：

——在家裡，由助產士提供支援。

——在洛錫安區生育中心（愛丁堡皇家醫務室）

專為在孕期末檢測出任何問題、且無需醫療支持進行分娩的健康婦女而設立的產科中心。

——在兩家醫院的其中一家

辛普森生殖健康中心（在愛丁堡皇家醫務室）

51 Little France Crescent

Edinburgh EH16 4SU. 電話：0131 242 2657

聖約翰醫院

Howden Road West

Livingston EH54 6PP. 電話：01506 524125

7. 財務支持和幫助——詳情請諮詢您的助產士

健康起點 部分孕婦將可獲得免費的牛奶、水果和蔬菜，以及各種各樣的孕嬰配方奶粉和維他命的免費禮卷。諮詢您的助產士，以瞭解您是否可免費獲取這些福利。

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

如果您的寶寶在醫院接受新生兒護理服務的話，則可獲得新生兒費用基金；該基金是一項蘇格蘭政府基金，用於幫助家庭支付往返醫院的旅行費用以及其他相關開支。

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

新設立的**Best Start Grant**代替了**Sure Start Maternity Grant**，旨在為低收入家庭提供相關的財政支持，該財政支持涵蓋產科開支以及兒童出生到學齡前費用。請諮詢您的助產士，以瞭解更多詳情。

蘇格蘭公民諮詢局將隨時為您提供權利維護和支援服務。工作人員將告知您可享受何種服務。

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