ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਜਨਮ ਕਿੱਥੇ ਦੇਣਾ ਹੈ

ਔਰਤਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸੂਚਨਾ

ਮੈਟੱਰਨਿਟੀ (ਪਰਸੂਤ)

ਸਾਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਗਰਭ, ਜਨਮ ਅਤੇ ਮਾਪੇ ਬਣਨ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਸਤੇ ਸਾਡੀ ਸਰਵਸਿਜ ਦੀ ਚੋਣ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਅਗਲੇ ਕੁੱਝ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਗਰਭ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਨਿਪਟਣਾ ਹੈ ਸਬੰਧੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿਚਾਰਨੀ ਪਵੇਗੀ - ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਸਤੇ ਹਾਜ਼ਰ ਹਾਂ।
ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਗੱਲਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਇਹ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਕਿਸ ਜਗ੍ਹਾ ਜਨਮ ਦੇਣਾ ਚਾਹੋਗੇ। ਸਾਡੇ ਟ੍ਰੱਸਟ ਵਿਖੇ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਵਿਚਾਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਪਰਚਾ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰੇਗਾ।

ਮੈਂ ਜਨਮ ਕਿੱਥੇ ਦੇ ਸਕੂੰਗੀ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਗਰਭ ਅਤੇ ਲੇਬਰ (ਪਰਸੂਤ ਪੀੜ) ਘੱਟ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਵਾਲੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਥਾਂਵਾਂ ਤੇ
ਜਨਮ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਆਪਣੇ ਘਰ
- ਸਮੈਦਿਕ ਵਿਚ ਓਲਡਬਰੀ ਰੋਡ ਉਤੇ ਹੈਲਸੀਐਨ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ
- ਸਿਟੀ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਸਰਿਨਿਟੀ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ
- ਸਿਟੀ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਡਲਿਵਰੀ ਸੁਈਟ ਵਿਖੇ

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਗਰਭ ਅਤੇ ਲੇਬਰ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਵਾਲੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਜਗ੍ਹਾ ਜਨਮ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਸਿਟੀ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਡਲਿਵਰੀ ਸੁਈਟ ਵਿਖੇ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਆਪਣੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਨੂੰ ਮਿਲੋਗੇ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਮੈਡੀਕਲ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਪਿਛੋਕੜ ਦਾ ਮੁੱਲਾਂਕਣ ਕਰੇਗੀ; ਇਸ ਨਾਲ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੱਦਦ ਮਿਲੇਗੀ।

ਘੱਟ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਵਾਲਾ ਗਰਭ ਅਤੇ ਲੇਬਰ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਘੱਟ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਵਾਲਾ ਗਰਭ ਉਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਚਿਰ-ਸਥਾਈ ਜਾਂ ਗੰਭੀਰ ਮੈਡੀਕਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾ ਹੋਣ ਅਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਕਦੇ ਗਰਭ ਜਾਂ ਜਨਮ ਦੇਣ ਸਮੇਂ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾ ਆਈ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਡੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਤੁਹਾਡੇ ਗਰਭ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਮੁੱਲਾਂਕਣ ਕਰੇਗੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਗਰਭ ਘੱਟ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਗਰਭ ਦੌਰਾਨ ਕਨਸੱਲਟੈਂਟ (ਗਰਭ ਸਬੰਧੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਡਾਕਟਰ) ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਿਲਣਾ ਪਵੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਮਿੱਡਵਾਈਫਾਂ ਵਲੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਡਾ ਗਰਭ 36 ਹਫਤਿਆਂ ਦਾ ਹੋ ਜਾਣ ਉਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਇਕ ਹੋਰ ਮੁੱਲਾਂਕਣ ਕਰੇਗੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਗਰਭ ਦੌਰਾਨ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਪੇਸ਼ ਆਉਂਦੀ ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਹਾਡਾ ਗਰਭ ਘੱਟ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਵਾਲਾ ਹੀ ਰਹੇਗਾ।

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਲੇਬਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਇਕ ਹੋਰ ਮੁੱਲਾਂਕਣ ਕਰੇਗੀ। ਘੱਟ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਵਾਲਾ ਲੇਬਰ ਉਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ:

- ਗਰਭ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਪੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ।
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਗਰਭ ਦੇ 37 - 42 ਹਫਤਿਆਂ ਵਿਚ ਹੋਵੋ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਗਰਭ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ. 35 ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਹੋਵੇ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 16 - 40 ਸਾਲ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੋਵੇ।
- ਤੁਸੀਂ ਅਨੈਮਿਕ ਨਹੀਂ ਹੋ (ਤੁਹਾਡੇ ਲਹੂ ਵਿਚ ਆਇਰਨ ਦੀ ਕਮੀ ਨਹੀਂ ਹੈ)।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਸੁਭਾਵਿਕ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦਾ ਸਿਰ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲ ਨੂੰ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਵਾਟਰ ਬ੍ਰੇਕ (ਪਾਣੀ ਵਗਣਾ) ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦਾ ਰੰਗ ਸਾਫ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਲੇਬਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕੌਨਟ੍ਰੈਕਸ਼ਨਜ ਬਾਕਾਇਦਾ ਅਤੇ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਹੋਣ।

ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਜਨਮ ਕਿੱਥੇ ਦੇਣਾ ਹੈ

ਔਰਤਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸੂਚਨਾ

ਮੈਟੱਰਨਿਟੀ (ਪਰਸੂਤ)

ਵੱਧ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਵਾਲਾ ਗਰਭ ਅਤੇ ਲੇਬਰ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਵੱਧ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਗਰਭ ਅਤੇ ਲੇਬਰ ਉਹ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਗਰਭ ਜਾਂ ਲੇਬਰ ਦੌਰਾਨ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਪੇਸ਼ ਆਵੇ ਜਿਸ ਵਾਸਤੇ ਇਲਾਜ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੇਗੀ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਕਨਸੱਲਟੈਂਟ ਦੀ ਰਾਇ ਲੈਣ ਵਾਸਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਵਾਸਤੇ ਕਹੇਗੀ। ਫੇਰ ਕਨਸੱਲਟੈਂਟ ਸ਼ਾਇਦ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਦੇਵੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਘੱਟ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਵਿਚ ਆਉਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਰਾਹੀਂ ਜ਼ਾਰੀ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਸ਼ਾਇਦ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਦੇਵੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਵਿਚ ਆਉਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਨਸੱਲਟੈਂਟ ਰਾਹੀਂ ਵਧੇਰੇ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਘਰ ਵਿਖੇ ਜਨਮ ਦੇਣਾ

ਇਹ ਸਾਬਤ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਦਾ ਗਰਭ ਸੁਭਾਵਿਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਘਰ ਵਿਚ ਜਨਮ ਦੇਣਾ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਜਨਮ ਦੇਣ ਜਿੰਨਾਂ ਹੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਇਸਤੋਂ ਇਹ ਵੀ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਪੀਸੀਔਟਮੀ (ਗੁਦਾ ਅਤੇ ਯੋਨੀ ਵਿਚਕਾਰ ਚੀਰੇ) ਅਤੇ ਸੀਜੇਰੀਅਨ ਸੈਕਸ਼ਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਾਰਟਨਰਾਂ ਵਾਸਤੇ ਘਰ ਵਿਚ ਜਨਮ ਦੇਣ ਸਬੰਧੀ ਵੱਡੀ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਨਮ ਦੌਰਾਨ ਕੋਈ ਮੈਡੀਕਲ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਖੜੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਜੇ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਪੇਸ਼ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਮੌਜੂਦ ਹਨ।

ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਕੋਲ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਸਿੱਝਣ ਵਾਸਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਸਮਾਨ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ, ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੂਨ ਵਗਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਾਸਤੇ ਉਸ ਕੋਲ ਦਵਾਈਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜੇ ਬੇਬੀ ਦਾ ਸਾਹ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਉਸਦਾ ਸਾਹ ਚਾਲੂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਭ ਨਾਲੋਂ ਆਮ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਲੇਬਰ ਦਾ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਜ਼ਾਰੀ ਰਹਿਣਾ ਜਦੋਂ ਮਾਂ ਜਾਂ ਬੇਬੀ ਥੱਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਗਤੀ ਧੀਮੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਾਇਦ ਹਸਪਤਾਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜਿਹੜੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣਾ ਵੀ ਪਿਆ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਸੀ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੇਬਰ ਦਾ ਕੁੱਝ ਭਾਗ ਵੀ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿਚ ਬਿਤਾਉਣਾ ਚੰਗਾ ਲੱਗਾ ਸੀ।

ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਮਾਂ ਬਣਨ ਵਾਲੀ ਔਰਤ ਕੋਲ ਘਰ ਵਿਚ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦਾ 70% ਮੌਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ (ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਦਰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਭਿੰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ)। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਪਹਿਲਾਂ ਬੇਬੀ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਇਹ ਮੌਕਾ ਕਿਤੇ ਵੱਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ - 88 ਅਤੇ 99% ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ। ਬੇਬੀ ਦੇ ਜਨਮ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਥੋੜੀ ਜਿਹੀ (ਤਕਰੀਬਨ 30 ਵਿਚੋਂ 1) ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਾਇਦ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣਾ ਪਵੇ, ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਜੇ ਪਲਸੈਂਟਾ (ਜੇਰ) ਡਲਿਵਰੀ, ਜਾਂ ਬੇਬੀ ਦੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਸਬੰਧੀ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਵੇ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿਖੇ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਗਰਭ 36 ਹਫਤਿਆਂ ਦਾ ਹੋਣ ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਮਿਲਣ ਆਵੇਗੀ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਤਸੱਲੀ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਤਿਆਰ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸਾਰੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ। ਉਹ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੰਬਰ ਦੇਵੇਗੀ ਅਤੇ ਸਮਝਾਵੇਗੀ ਕਿ ਲੇਬਰ ਦੌਰਾਨ ਕੀ ਕੁੱਝ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਰੱਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸੇਗੀ ਕਿ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਵਾਸਤੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਲੇਬਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਤੁਸੀਂ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਨੂੰ ਸੱਦੋਗੇ ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡਾ ਮੁੱਲਾਂਕਣ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲੇਬਰ ਦੇ ਪੜਾਅ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰੇਗੀ। ਜਦੋਂ ਉਸਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਲੇਬਰ ਦੇ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਪੜਾਅ ਵਿਚ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣ ਵਾਸਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹੇਗੀ। ਉਹ ਜਨਮ ਵੇਲੇ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬੁਲਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਉਹ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣਗੇ ਜਦ ਤੱਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਕਿ ਸਭ ਕੁੱਝ ਉਵੇਂ ਹੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਖਣ ਆਉਂਦੀ ਰਹੇਗੀ ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦੀ ਰਹੇਗੀ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੇਬੀ ਕਿਸ ਤਰਾਂ ਪ੍ਰਗਤੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋਰ ਲੋਕ ਵੀ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੀਅਰਿੰਗ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ, ਬ੍ਰੈਸਟਫੀਡਿੰਡ ਸਬੰਧੀ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਜਨਰਲ ਫੌਲੋ ਅੱਪ ਕੇਅਰ।

ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਜਨਮ ਕਿੱਥੇ ਦੇਣਾ ਹੈ

ਔਰਤਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸੂਚਨਾ

ਮੈਟੱਰਨਿਟੀ (ਪਰਸੂਤ)

ਜੇ ਲੇਬਰ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਜਨਮ ਦੇਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਪੇਸ਼ ਆਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਟੀ ਹਸਪਤਾਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਜਾਵੇਗੀ।

ਘਰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦੇ ਕੀ ਲਾਭ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

- ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਣੇ ਲੇਬਰ ਉਪਰ ਵਧੇਰੇ ਕੰਟ੍ਰੋਲ ਰਹੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦਾ ਵਧੇਰੇ ਸਾਰਥਕ ਅਨੁਭਵ ਹੋਵੇਗਾ। ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦਾ ਵਧੇਰੇ ਸਾਰਥਕ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਚੰਘਾਉਣ ਵਿਚ ਸਫਲ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜਾਣੇ ਪਛਾਣੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਿਚ ਵਧੇਰੇ ਰੀਲੈਕਸ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ।
- ਪੂਰੀ ਜਨਮ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਉਸਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਰਥ ਪਾਰਟਨਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿ ਸਕੇਗਾ।
- ਤੁਸੀਂ ਜਨਮ ਦੌਰਾਨ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਸਤੇ ਜਿੰਨੇ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਚਾਹੋ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਬਾਸ਼ਰਤੇ ਕਿ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਵਾਸਤੇ ਕਾਫੀ ਜਗ੍ਹਾ ਹੋਵੇ ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਤੋਂ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਰਾਹਤ ਦੀ ਘੱਟ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਵਧੇਰੇ ਰੀਲੈਕਸ ਅਤੇ ਕੰਟ੍ਰੋਲ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੇਬੀ ਦੀ ਡਲਿਵਰੀ ਵਾਸਤੇ ਸਹਾਇਤਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਯੋਨੀ ਅਤੇ ਗੁਦਾ ਵਿਚਕਾਰਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਚੀਰਾ ਦੇਣ ਜਾਂ ਫੋਰਸੈਪਸ (ਚਿਮਟੀ) ਵਰਤਣ, ਦੀ ਲੋੜ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਘਰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਕੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

- ਘਰ ਵਿਚ ਜਨਮ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕੁੱਝ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਸਿਟੀ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਡਲਿਵਰੀ ਸੁਈਟ ਵਿਚ ਲਿਜਾਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੇਬਰ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਪੇਸ਼ ਆ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦਰਦ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਰਾਹਤ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਜਾਵੇ। ਪਹਿਲੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ 10 ਔਰਤਾਂ ਵਿਚੋਂ 4 -5 ਨਾਲ ਇਸ ਤਰਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਜਨਮ ਦੇ ਚੁੱਕੀਆਂ 10 ਔਰਤਾਂ ਵਿਚੋਂ 1 -2 ਨਾਲ ਇਸ ਤਰਾਂ ਵਾਪਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਹਿਲੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿਚ ਜਨਮ ਦੇ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਲੇਬਰ ਜਾਂ ਜਨਮ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸੇ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਪੇਸ਼ ਆ ਜਾਣ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰਾਂ ਦੇ 1000 ਬੇਬੀਆਂ ਵਿਚੋਂ 9 - 10 ਨੂੰ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਜਨਮ ਲੈਣ ਵਾਲੇ 1000 ਬੇਬੀਆਂ ਵਿਚੋਂ ਇਸ ਤਰਾਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ 3 -5 ਪੇਸ਼ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਜਨਮ ਦੇ ਚੁੱਕੇ ਹੋ ਤਾਂ ਫਿਰ ਕਿਸੇ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ, ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਂ ਘਰ ਵਿਚ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਇਕੋ ਜਿਹੇ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (1000 ਵਿਚੋਂ 4)।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਦਰਦ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਨਿਪਟੋਗੇ ਜਾਂ ਫਿਕਰ ਹੋਵੇ ਕਿ ਕੋਈ ਪੇਚੀਦਗੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੀ। ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਤੁਸੀਂ 'ਲੇਬਰ: ਕੀ ਕੁੱਝ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਮੈਨੇਜ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ' ਨਾਮੀ ਇਕ ਪਰਚਾ ਵੀ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਜਨਮ ਕਿੱਥੇ ਦੇਣਾ ਹੈ

ਔਰਤਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸੂਚਨਾ

ਮੈਟੱਰਨਿਟੀ (ਪਰਸੂਤ)

ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਵਿਚ ਜਨਮ ਦੇਣਾ

ਸਾਡੇ ਸਰਿਨਿਟੀ ਅਤੇ ਹੈਲਸੀਔਨ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਛੋਟੇ ਯੂਨਿਟ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਰਾਮਦਾਇਕ ਮਾਹੌਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਜਨਮ ਨੂੰ ਇਕ ਸੁਭਾਵਿਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਾਂਗ ਹੀ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਘੱਟ ਕਲੀਨੀਕਲ (ਡਾਕਟਰੀ) ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। 'ਘੱਟ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ' ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵਾਸਤੇ ਜਨਮ ਦੇਣ ਲਈ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਯੋਗ ਜਗ੍ਹਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਸਾਡੇ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰਾਂ ਦੇ ਸਟਾਫ ਵਿਚ ਤਜ਼ਰਬੇਕਾਰ ਮਿੱਡਵਾਈਫਾਂ ਅਤੇ ਮਿੱਡਵਿਫਰੀ ਕੇਅਰ ਅਸਿਸਟੈਂਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਘੱਟ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਗਰਭ ਅਤੇ ਜਨਮ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਸਭ ਨਾਲੋਂ ਬੇਹਤਰੀਨ ਲੋਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਸਰਿਨਿਟੀ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ

ਸਰਿਨਿਟੀ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਇਕ 'ਕੋ-ਲੋਕੇਟਿਡ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ' ਹੈ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਮਿੱਡਵਾਈਫਾਂ ਦੁਆਰਾ ਚਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਯੂਨਿਟ ਵਿਚ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਪਰ ਇਹ ਸਿਟੀ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਖੇ ਉਸੇ ਇਮਾਰਤ ਵਿਚ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਡਲਿਵਰੀ ਸੁਈਟ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਜਨਮਾਂ ਵਾਸਤੇ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਸਹੂਲਤਾਂ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਲੇਬਰ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਪੇਸ਼ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਲਿਵਰੀ ਸੁਈਟ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਜੋ ਨਜ਼ਦੀਕ ਹੀ ਹੈ।

ਸਰਿਨਿਟੀ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ ਸਹੂਲਤਾਂ

ਸਰਿਨਿਟੀ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਵਿਚ ਜਨਮ ਦੇਣ ਵਾਸਤੇ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ 5 ਕਮਰੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਧੁਨਿਕ ਘਰਾਂ ਵਾਂਗ ਸਜਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਰੀਲੈਕਸ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕੋਗੇ। ਹਰ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਇਹ ਕੁੱਝ ਹੈ:

- ਇਕ ਬੱਰਥ ਪੂਲ ਜੋ ਸਥਾਈ ਜਾਂ ਹਵਾ ਭਰਨ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਹੇਠਾਂ ਖਿੱਚੀ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੀ ਡਬਲ ਬੈੱਡ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਵਾਸਤੇ ਇਕ ਲੱਕੜ ਦਾ ਪੰਘੂੜਾ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਵਾਸਤੇ ਲੱਕੜੀ ਦਾ ਇਕ ਚੇਂਜਿੰਗ ਸਟੇਸ਼ਨ
- ਮੂਡ ਲਾਈਟਿੰਗ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕੰਟ੍ਰੋਲ ਕਰ ਸਕੋਗੇ
- ਇਕ ਫਲੈਟ ਸਕ੍ਰੀਨ ਟੀਵੀ ਜਿਸ ਵਿਚ ਫ੍ਰੀ-ਵਿਊ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਇਕ ਇਨ-ਸੁਈਟ ਬਾਥਰੂਮ

ਇਸ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਵਿਚ ਇਹ ਕੁੱਝ ਵੀ ਹੈ:

- ਬੱਰਥਿੰਗ ਸਟੂਲਜ, ਬੱਰਥ ਬਾਲਜ ਅਤੇ ਬੱਰਥਿੰਗ ਮੈਟਸ
- ਇਕ ਥੈਰਪੀ ਰੂਮ ਜਿੱਥੇ ਸਾਡੀਆਂ ਮਿੱਡਵਾਈਫਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਰੋਮਾਥੈਰਪੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ
- ਇਕ ਸਾਂਝੀ ਰਸੋਈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਚਾਹ ਪਾਣੀ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਇਕ ਸ਼ਿੰਗਾਰੀ ਹੋਈ ਗਾਰਡਨ
- ਮਿਲਣ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਇਕ ਵੇਟਿੰਗ ਏਰੀਆਂ ਅਤੇ ਟੌਇਲੈਟ

ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਜਨਮ ਕਿੱਥੇ ਦੇਣਾ ਹੈ

ਔਰਤਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸੂਚਨਾ

ਮੈਟੱਰਨਿਟੀ (ਪਰਸੂਤ)

ਹੈਲਸੀਔਨ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ

ਹੈਲਸੀਔਨ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਇਕ 'ਸਟੈਂਡ ਅਲੋਨ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ' ਹੈ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਮਿੱਡਵਾਈਫਾਂ ਵਲੋਂ ਚਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ-ਅਧਾਰਤ ਮੈਟੱਰਨਿਟੀ ਕੇਅਰ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿਚ ਹੀ ਸਥਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਹੈਲਸੀਔਨ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ - ਓਲਡਬੱਰੀ ਰੋਡ, ਸਮੈਦਿਕ, ਬੀ.66 1ਜੇ.ਈ. ਵਿਖੇ ਸਥਾਪਤ ਹੈ ਅਤੇ ਲੀਅਸੋਅਜ ਅਮੀਡੀਏਟ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਉਤੇ ਹੀ ਹੈ।

ਜੇ ਲੇਬਰ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਪੇਸ਼ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਮੁੱਲਾਂਕਣ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਟੀ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਡਲਿਵਰੀ ਸੁਈਟ ਵਿਚ ਲੈ ਕੇ ਜਾਵੇਗੀ, ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਜਾਵੇਗੀ।

ਹੈਲਸੀਔਨ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ ਸਹੂਲਤਾਂ

ਹੈਲਸੀਔਨ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ ਜਨਮ ਦੇਣ ਵਾਸਤੇ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ 3 ਕਮਰੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਧੁਨਿਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਘਰ ਵਾਂਗ ਸਜਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਰੀਲੇਕਸ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ। ਹਰ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਇਹ ਕੁੱਝ ਹੈ:

- ਇਕ ਬੱਰਥ ਪੂਲ ਜਿਸ ਵਿਚ ਲਾਈਟਾਂ ਲੱਗੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ
- ਹੇਠਾਂ ਖਿੱਚੀ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੀ ਇਕ ਡੱਬਲ ਬੈੱਡ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਵਾਸਤੇ ਲੱਕੜੀ ਦਾ ਇਕ ਪੰਘੂੜਾ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਵਾਸਤੇ ਲਕੜੀ ਦਾ ਇਕ ਚੇਂਜਿੰਗ ਸਟੇਸ਼ਨ
- ਮੂਡ ਲਾਈਟਿੰਗ ਜਿਸਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਆਪ ਕੰਟ੍ਰੋਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਫ੍ਰੀ-ਵਿਊ ਸਮੇਤ ਇਕ ਫਲੈਟ ਸਕ੍ਰੀਨ ਟੀਵੀ
- ਇਕ ਆਈ-ਪੈਡ ਡੌਕਿੰਗ ਸਟੇਸ਼ਨ
- ਇਕ ਇਨ-ਸੁਈਟ ਬਾਥਰੂਮ
- ਇਕ ਸੰਵੇਦਨਾਤਮਿਕ ਗਾਰਡਨ

ਇਸ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਵਿਚ ਇਹ ਕੁੱਝ ਵੀ ਹੈ:

- ਬੱਰਥਿੰਗ ਸਟੂਲਜ, ਬੱਰਥ ਬਾਲਜ ਅਤੇ ਬੱਰਥਿੰਗ ਮੈਟਸ
- ਇਕ ਥੈਰਪੀ ਰੂਮ ਜਿੱਥੇ ਸਾਡੀਆਂ ਮਿੱਡਵਾਈਫਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਰੋਮਾਥੈਰਪੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ
- ਇਕ ਸਾਂਝੀ ਰਸੋਈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਾਸਤੇ ਚਾਹ-ਪਾਣੀ ਤਿਆਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਮਿਲਣ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਇਕ ਵੇਟਿੰਗ ਏਰੀਆ ਅਤੇ ਟੌਇਲੈਟ

ਇਨ੍ਹਾਂ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿਚ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਵਾਸਤੇ ਕੀ ਕੁੱਝ ਮੌਜੂਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ ਲੇਬਰ ਦੌਰਾਨ ਪੂਰਾ ਸਮਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹੇਗੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀ ਅਤੇ ਆਸਰਾ ਦਿੰਦੀ ਰਹੇਗੀ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਵਾਸਤੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਉਪਾਅ ਵੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:

- ਗੈਸ ਅਤੇ ਹਵਾ (ਅੰਟੋਨੋਕਸ)
- ਬੱਰਥ ਪੂਲਜ
- ਅਰੋਮਾਥੈਰਪੀ ਅਤੇ ਦੂਸਰੀਆਂ ਸਹਾਇਕ ਤਕਨੀਕਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਾਈਪਨੋਬੱਰਥਿੰਗ
- ਪੈਥੀਡੀਨ ਟੀਕੇ

ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਜਨਮ ਕਿੱਥੇ ਦੇਣਾ ਹੈ

ਔਰਤਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸੂਚਨਾ

ਮੈਟੱਰਨਿਟੀ (ਪਰਸੂਤ)

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਰਾਮਦਾਇਕ ਪੁਜੀਸ਼ਨ ਵਿਚ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮੱਦਦ ਦੇਣ ਵਾਸਤੇ ਬੱਰਥਿੰਗ ਸਟੂਲਜ, ਮੈਟਸ ਅਤੇ ਬਾਲਜ ਵਰਗਾ ਸਮਾਨ। ਲੇਬਰ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਟੈਨਜ ਮਸ਼ੀਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਪੇਨ ਰਲੀਫ ਨਹੀਂ ਮੁਹੱਇਆ ਕਰਾ ਸਕਦੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਜਨਾ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਕਰਾਉਣ ਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਵਾਸਤੇ ਸਿਟੀ ਹਾਸਪਤਾਲ ਵਿਖੇ ਡਲਿਵਰੀ ਸੁਈਟ ਲਈ ਬੁੱਕ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਟੀ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਖੇ ਡਲਿਵਰੀ ਸੁਈਟ ਵਿਚ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਉਪਲੱਬਧ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਦੇ ਉਪਾਵਾਂ ਸਬੰਧੀ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ 'ਲੇਬਰ: ਕੀ ਕੁੱਝ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਮੈਨੇਜ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ' ਨਾਮੀ ਸਾਡਾ ਪਰਚਾ ਦੇਖੋ ਜੀ।

ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋਂ ਜਨਮ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਦਾ ਜਨਮ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਦੋ ਕੁ ਘੰਟਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ ਰਹੋਗੇ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਔਰਤਾਂ, ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਹ ਪਹਿਲਾ ਬੇਬੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜਨਮ ਦੇਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 8 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿਚ, ਅਤੇ ਜੇ ਉਹ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਜਨਮ ਦੇ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਸਤੋਂ ਵੀ ਪਹਿਲਾਂ, ਘਰ ਚਲੇ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਚੈਕ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੇਬੀ ਠੀਕ ਠਾਕ ਹੋ ਅਤੇ ਤਸੱਲੀ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੇਬੀ ਦੁੱਧ ਪੀ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਤੋਂ ਖੁਸ਼ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਿਸਚਾਰਜ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ ਬੇਬੀ ਦੇ ਨਾਲ ਘਰ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਅਗਲੇ ਦੋ ਕੁ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਆ ਕੇ ਦੇਖੇਗੀ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਟੀ ਸਹਪਤਾਲ ਦੇ ਪੋਸਟਨੇਟਲ ਵਾਰਡ ਵਿਚ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦੇ ਕੀ ਲਾਭ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

- ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਦੇ ਮਾਹੌਲ ਵਿਚ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਸਬੰਧੀ ਵਧੇਰੇ ਸਾਰਥਕ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਘਰ ਵਰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਰੀਲੈਕਸ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਵਧੇਰੇ ਸਾਰਥਕ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਵਿਚ ਸਫਲ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਜਿਹੋ ਜਹੇ ਮਾਹੌਲ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜੋ ਸਹੂਲਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਮੌਜੂਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਦੇ ਆਸਰੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੇਬਰ ਦੌਰਾਨ ਘੱਟ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਦਰਦ ਰਾਹਤ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੇਬੀ ਦੀ ਡਲਿਵਰੀ ਵਾਸਤੇ ਸਹਾਇਤਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਯੋਨੀ ਅਤੇ ਗੁਦਾ ਵਿਚਕਾਰਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਚੀਰੇ, ਜਾਂ ਫੋਰਸੈਪਸ (ਚਿਮਟੀ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਦੀ ਲੋੜ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਹੋਵੇਗੀ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲੇਬਰ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰਦੇ ਫਿਰਦੇ ਅਤੇ ਹਿੱਲਦੇ ਜੁਲਦੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਰਹੇਗਾ। ਸਿੱਧੇ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਤੁਰਦੇ ਫਿਰਦੇ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਵਧੇਰੇ ਅਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ ਅਤੇ ਗਰੈਵਿਟੀ (ਗੁਰੁਤਾ) ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
- ਜਨਮ ਦੇ ਪੂਰੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਰਥ ਪਾਰਟਨਟ(ਜ) ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਜਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਇਕ ਪਾਰਟਨਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਜਮਨ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਕਈ ਸਹਿਯੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਨਾਲ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਪਰ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਚੈਕ ਕਰ ਲਵੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਦੇ ਨਾਲ ਉਥੇ ਕਿੰਨੇ ਜਾਣੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਜਗ੍ਹਾ ਸੀਮਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਜਨਮ ਕਿੱਥੇ ਦੇਣਾ ਹੈ

ਔਰਤਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸੂਚਨਾ

ਮੈਟੱਰਨਿਟੀ (ਪਰਸੂਤ)

ਕਿਸੇ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਵਿਚ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦੇ ਕੀ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਵਿਚ ਜਨਮ ਦੇਣ ਵਲੀਆਂ ਕੁੱਝ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲੇਬਰ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਪੇਸ਼ ਆਉਣ ਕਾਰਨ ਦਰਦ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਰਾਹਤ ਦੇ ਉਪਾਅ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਣ ਕਰਕੇ ਸਿਟੀ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਖੇ ਡਲਿਵਰੀ ਸੁਈਟ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਹਿਲੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ 10 ਔਰਤਾਂ ਵਿਚੋਂ 3 - 4 ਅਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਜਨਮ ਦੇ ਚੁੱਕੀਆਂ 10 ਵਿਚੋਂ 2 ਔਰਤਾਂ ਨਾਲੋ ਵੀ ਘੱਟ ਵਾਸਤੇ ਇਸ ਤਰਾਂ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਿਕਰ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਦਰਦ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਨਿਪਟੋਗੇ, ਜਾਂ ਚਿੰਤਤ ਹੋ ਕਿ ਕੋਈ ਪੇਚੀਦਗੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੀ। ਤੁਸੀਂ 'ਲੇਬਰ: ਕੀ ਕੁੱਝ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਮੈਨੇਜ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ' ਨਾਮੀ ਇਕ ਕਿਤਾਬਚਾ ਵੀ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਆ ਕੇ ਕਿਸੇ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਨੂੰ ਦੇਖ ਵੀ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਡਲਿਵਰੀ ਸੁਈਟ ਵਿਖੇ ਜਨਮ ਦੇਣਾ

ਬਹੁਤੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਡਲਿਵਰੀ ਸੁਈਟ ਜਾਂ ਵਾਰਡਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਇਹ ਉਹ ਥਾਂਵਾਂ ਹਨ ਜਿਥੇ ਸਿਖਲਾਈ ਯਾਫਤਾ ਮੈਟੱਰਨਿਟੀ ਸਟਾਫ ਦੀ ਟੀਮ ਦੁਆਰਾ ਲੋੜੀਂਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਇਕ ਟੀਮ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਮਿਡਵਾਈਫਾਂ, ਔਬਸਟੱਟ੍ਰੀਸ਼ੀਅਨਜ (ਡਾਕਟਰ) ਅਤੇ ਥੇਟਰ ਸਟਾਫ ਮਿਲਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਕੰਬਾਈਨਡ ਕੇਅਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਲਾਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਸੇਹਤ ਜਾਂ ਮੌਜੂਦਾ ਗਰਭ ਸਬੰਧੀ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਾਰਨ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਲਿਵਰੀ ਸੁਈਟ ਵਿਖੇ ਹੀ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ; ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕਨਸੱਲਟੈਂਟ ਅਤੇ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨਾ ਸਬੰਧੀ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ ਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਡਲਿਵਰੀ ਸੁਈਟ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੜਦੇ ਹੀ ਇਕ ਟ੍ਰਾਈਐਜ (ਛਾਂਟੀ ਕਰਨ ਵਾਲਾ) ਏਰੀਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਟ੍ਰਾਈਐਜ ਇਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਵਰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਗਰਭ ਦੌਰਾਨ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਵਾਸਤੇ ਮੁੱਲਾਂਕਣ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੋਵੇ, ਅਤੇ ਜੋ ਸਮਝਦੀਆਂ ਹੋਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਲੇਬਰ ਅਰੰਭ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵਾਸਤੇ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਟ੍ਰਾਈਐਜ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਬਹੁਤ ਮਸਰੂਫ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਇਥੇ ਆਉਣ ਦੇ ਕਾਰਨਾ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਮੁੱਲਾਂਕਣ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਸਿਟੀ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਖੇ 10 ਲੇਬਰ ਰੂਮ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਸਭਨਾ ਵਿਚ ਇਕੋ ਜਿਹੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਵਾਸਤੇ ਮੌਨਟ੍ਰਿੰਗ ਯੰਤਰ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਤੁਰ ਫਿਰ ਸਕਦੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਤੁਰਨ ਫਿਰਨ ਵਾਸਤੇ ਕਾਫੀ ਜਗ੍ਹਾ ਅਤੇ ਪੂਰੇ ਲੇਬਰ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਇਕ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਕਮਰੇ ਸੈਲਫ-ਕੌਨਟੇਨਡ (ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਸੰਪੂਰਨ) ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਵਿਚ ਇਨ-ਸੁਈਟ ਸਹੂਲਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਮੌਜੂਦ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਡਲਿਵਰੀ ਸੁਈਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੇ:

- ਤੁਸੀਂ ਸ਼ੱਕਰ-ਰੋਗ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਜਾਂ ਗਰਭ ਉਤੇ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਣ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ ਹੋ
- ਗਰਭ ਦੀਰਾਬ ਤੁਹਾਡਾ ਬੇਬੀ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਵਧਿਆ-ਫੁਲਿਆ ਨਾ ਹੋਵੇ
- ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਜਨਮ ਦੇ ਚੁੱਕੇ ਹੋ ਜਿਸ ਵਿਚ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਪੈਦਾ ਹੋਈਆਂ ਹੋਣ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੀਜੇਰੀਅਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਈ ਹੋਵੇ
- ਤੁਹਾਡਾ ਗਰਭ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿਸ਼ਚਤ ਤਰੀਕ ਤੋਂ 12-14 ਦਿਨ ਉਪਰ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਹੋਵੇ

ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਜਨਮ ਕਿੱਥੇ ਦੇਣਾ ਹੈ

ਔਰਤਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸੂਚਨਾ

ਮੈਟੱਰਨਿਟੀ (ਪਰਸੂਤ)

ਇਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਇੰਡੱਕਸ਼ਨ ਔਫ ਲੇਬਰ ਰੂਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਲੇਬਰ ਨੂੰ ਅਰੰਭ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੌਰਾਨ ਔਰਤਾਂ ਠਹਿਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ 2 ਮੰਜਿਆਂ ਵਾਲਾ ਬਹੁਤੀ ਨਿਰਭਰਤਾ ਵਾਲਾ ਯੂਨਿਟ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਜਨਮ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਯਾਫਤਾ ਮਿੱਡਵਾਈਫਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ; ਟੀਮ ਦੇ ਦੂਸਰੇ ਮੈਂਬਰਾ ਵਲੋਂ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਹਿਯੋਗ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਥੇ ਸੀਜੇਰੀਅਨ ਸੈਕਸ਼ਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਾਸਤੇ 2 ਥੇਟਰ ਅਤੇ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਾਸਤੇ 2 ਰੀਕੱਵਰੀ ਏਰੀਆ ਮੌਜੂਦ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਟਿੱਲਬੱਰਥ (ਮਰਿਆ ਹੋਇਆ ਬੇਬੀ ਜਨਮਿਆ) ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਦੇ ਬਚਣ ਦੀ ਆਸ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਡਲਿਵਰੀ ਸੁਈਟ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਸਥਿਤ ਬ੍ਰੀਵਮੈਂਟ ਸੁਈਟ ਵਿਚ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਹ ਇਕ ਵਿਲੱਖਣ ਪ੍ਰਕਾਰ ਨਾਲ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਏਰੀਆ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵਾਰ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨਾਲ ਜਿੰਨਾਂ ਚਿਰ ਬਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੇ ਬੈਠ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਅਫਸੋਸਨਾਕ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਸਾਡੀ ਬ੍ਰੀਵਮੈਂਟ ਸਰਵਸਿਜ ਅਤੇ ਸਟਾਫ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਗੇ।

ਡਲਿਵਰੀ ਸੁਈਟ ਵਿਚ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਐਪੀਸਿਔਟਮੀ, ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਅਤੇ ਸੀਜੇਰੀਅਨ ਸੈਕਸ਼ਨ ਵਰਗੀਆਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲੇਬਰ ਨੂੰ ਮੈਨੇਜ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਸੁਭਾਵਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਕੰਟ੍ਰੋਲ ਕਰਨਾ ਵਧੇਰੇ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਜਾਂ ਬੱਰਥ ਸੈਂਟਰ ਵਰਗੀ ਕਿਸੇ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿਚ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਐਸਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਸਬੰਧੀ ਕੋਈ ਉਲਝਣ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਜਿਸ ਵੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋਏ ਕਰਾਂਗੇ ਤਾਂ ਕਿ ਜਨਮ ਦੇਣ ਸਬੰਧੀ ਤੁਹਾਡਾ ਅਨੁਭਵ ਉਸੇ ਤਰਾਂ ਦਾ ਹੋਵੇ ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਦਾ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਲਵਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਜਨਮ ਕਿੱਥੇ ਦੇਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸਤੋਂ ਅੱਗੇ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਕਿਸ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਤੁਹਾਡੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੇਗੀ ਅਤੇ ਜਿਸ ਜਗ੍ਹਾ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਚੋਣ ਕਰੋਗੇ ਉਸ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਬੁੱਕ ਕਰੇਗੀ। ਫਿਰ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਗਰਭ 36 ਹਫਤਿਆਂ ਦਾ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਜਗ੍ਹਾ ਬੁੱਕ ਕਰਨ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰੇਗੀ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਲੇਬਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਪੇਸ਼ ਆਉਂਦੀ ਹੋ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੈਟੱਰਨਿਟੀ ਟ੍ਰਾਈਐਜ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਲੈਣ ਵਾਸਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜੀ।

ਸੰਪਰਕ ਵੇਰਵੇ

ਮੈਟੱਰਨਿਟੀ ਟ੍ਰਾਈਐਜ
0121 507 4181

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਸਬੰਧੀ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆ ਕੇ ਦੇਖਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਟੀ ਮਿੱਡਵਾਈਫ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੀ।

ਗਰਭ, ਜਨਮ ਅਤੇ ਸਾਡੀਆਂ ਮੈਟੱਰਨਿਟੀ ਸਰਵਸਿਜ ਸਬੰਧੀ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਸਾਡੀ ਵੈਬਸਾਈਟ *www.swbh.nhs.uk* ਤੇ ਮੈਟੱਰਨਿਟੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਪੰਨੇ ਦੇਖੋ ਜੀ, ਟਵਿੱਟਰ ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਫੌਲੋ ਕਰੋ ਜੀ *@SWBHnhs* ਅਤੇ ਫੇਸਬੁੱਕ ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਲਾਈਕ ਕਰੋ ਜੀ *www.facebook.com/SWBHnhs*.

ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਜਨਮ ਕਿੱਥੇ ਦੇਣਾ ਹੈ

ਔਰਤਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸੂਚਨਾ

ਮੈਟੱਰਨਿਟੀ (ਪਰਸੂਤ)

ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਿਚਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਵਰਤੇ ਗਏ ਸਰੋਤ

- ਦਿ ਰੋਇਲ ਕਾਲਜ ਔਫ ਮਿੱਡਵਾਈਵਜ, 'ਐਵੀਡੈਂਸ ਬੇਸਡ ਗਾਈਡਲਾਈਨਜ ਫੋਰ ਮਿੱਡਵਿਫਰੀ-ਲੈੱਡ ਕੇਅਰ ਇਨ ਲੇਬਰ; ਬੱਰਥ ਇਨਵਾਰਾਮੈਂਟ', ਨਵੰਬਰ 2012
- ਐਨ.ਐਚ.ਐਸ. ਨੈਸ਼ਨਲ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਫੋਰ ਹੈਲਥ ਰੀਸੱਰਚ, 'ਦਿ ਬੱਰਥਪਲੇਸ ਨੈਸ਼ਨਲ ਪ੍ਰੌਸਪੈਕਟਿਵ ਕੋਹੋਰਟ ਸਟੱਡੀ: ਪੈਰੀਨੇਟਲ ਐਂਡ ਮਟੱਰਨਲ ਆਊਟਕੰਮਜ ਬਾਈ ਪਲਾਨਡ ਪਲੇਸ ਔਫ ਬੱਰਥ', ਨਵੰਬਰ 2011
- ਨੈਸ਼ਨਲ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਫੋਰ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਕਲੀਨੀਕਲ ਐਕਸਲੈਂਸ, ਸੀ.ਜੀ.55 'ਇੰਟ੍ਰਾਪਾਰਟਮ ਕੇਅਰ: ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਐਂਡ ਡਲਿਵਰੀ ਔਫ ਕੇਅਰ ਟੂ ਵੁਮਿਨ ਇਨ ਲੇਬਰ', ਸਤੰਬਰ 2007
- ਰੋਇਲ ਕਾਲਜ ਔਫ ਔਬਸਟਟ੍ਰੀਸ਼ੀਅਨਜ ਐਂਡ ਗਾਈਨੇਕੋਲਜਿਸਟਸ ਐਂਡ ਰੋਇਲ ਕਾਲਜ ਫੋਰ ਮਿੱਡਵਾਈਵਜ, ਜੋਇੰਟ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਨੰ. 2 'ਹੋਮ ਬੱਰਥਜ', ਅਪ੍ਰੈਲ 2007

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਸੋਧ ਜਾਂ ਸੁਧਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸੁਝਾਅ ਦੇਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ 0121 507 5303 ਤੇ ਕਮਿਊਨੀਕੇਸ਼ਨ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ

swb-tr.swbh-gm-patient-information@nhs.net ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ ਜੀ।

Health & care information you can trust
The Information Standard Certified Member

A Teaching Trust of The University of Birmingham
Incorporating City, Sandwell and Rowley Regis Hospitals
© Sandwell and West Birmingham Hospitals NHS Trust
ਐਮ.ਐਲ.4860
ਜ਼ਾਰੀ ਕਰਨ ਦੀ ਤਰੀਕ: ਫਰਵਰੀ 2015
ਰੀਵਿਊ ਕਰਨ ਦੀ ਤਰੀਕ: ਫਰਵਰੀ 2018