

# فصل ۱۰

## مواظبت خوب در جریان ولادت و تولد طفل

### درین فصل

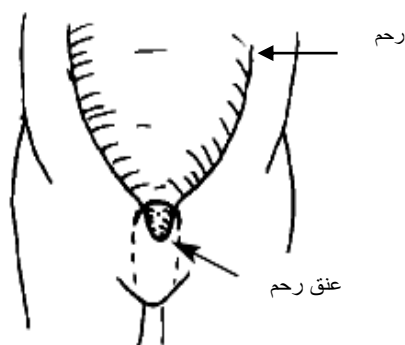
۱۵۵.....	درجریان ولادت چی اتفاق می افتد	۱۵۵.....	باز شدن
۱۵۷.....	ولادت پلاستنا	۱۵۶.....	تیله کردن
۱۵۷.....	اولین ساعات		
۱۵۷.....	مواظبت از مادر در جریان ولادت	۱۵۸.....	تقویت ولادت
۱۵۹.....	راهنمایی ولادت	۱۵۸.....	محافظت از ولادت
۱۶۳.....	برای حالات عاجل آماده باشید	۱۶۳.....	متوجه علایم خطر باشید
۱۶۴.....	انتقال زنان به مرکز صحی	۱۶۴.....	رسیدگی به حالات عاجل
۱۶۴.....	ثبت واقعات جریان ولادت	۱۶۵.....	چارت ولادی

# فصل ۱۰

## مواظبت خوب در جریان ولادت

### در جریان ولادت چه اتفاق می‌افتد

درین فصل معلومات عمومی را درباره جریان ولادت و تولد طفل ارائه نموده و طریقه‌هایی را تشریح می‌داریم که يك قابله می‌تواند با استفاده از آنها مادر را در تمام جریان ولادت و تولد طفل تقویت و کمک نماید. آسانتر این است که پروسه ولادی را در بخش‌های مختلف تشریح نماییم، لذا در این کتاب ما ولادت را به سه مرحله تقسیم نموده ایم - باز شدن عنق رحم، تپله کردن طفل به خارج و تولد پلاستنا. این فصل بعضی معلومات را در مورد این مراحل ارائه می‌دارد، و بعد از این در مورد هر يك از این مراحل در فصل‌های جداگانه بیشتر صحبت خواهد شد.



### باز شدن عنق رحم:

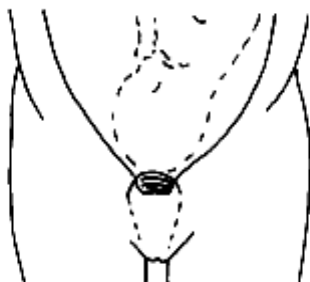
در مرحله اول ولادت (باز شدن)، عنق رحم به اندازه کافی باز می‌گردد تا به طفل اجازه دهد از رحم خارج گردد. جهت معلومات بیشتر در مورد مرحله اول، فصل ۱۱ را در مورد "باز شدن عنق رحم" ببینید.

در جریان حاملگی عنق رحم طولانی و سخت است، مانند انگشت شصت پا. در بیشتر حاملگی‌ها هیچ چیزی از عنق رحم داخل یا خارج شده نمی‌تواند زیرا مجرای کوچک آن توسط يك كتله مخاطی بسته شده است.

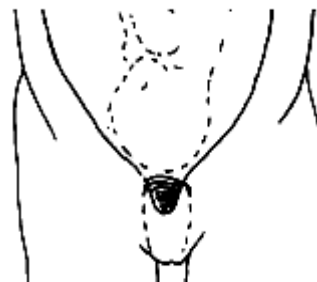
نزدیک به ختم حاملگی، تقلصات تمرینی شروع به کوتاه ساختن و نرم ساختن عنق رحم می‌نمایند. حتی قبل از شروع تقلصات ولادی، ممکن است عنق رحم يك اندازه باز شده و كتله مخاطی خارج گردد.



در زمان ولادن عنق رحم بسیار کوتاه، نرم و باز می‌شود.



در اخیر حاملگی و شروع ولادت عنق رحم شروع به کوتاه شدن و نرم شدن می‌نماید

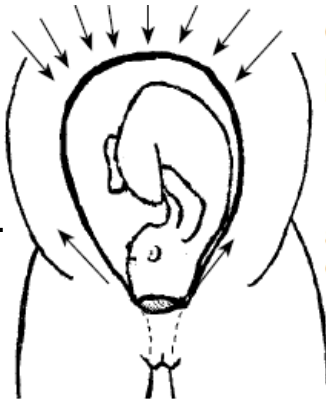


در زمان حاملگی، عنق رحم طولانی، سخت و بسته است.

تقلصات ولادی طفل را بطرف پائین تپله نموده و عنق رحم را کش می‌نماید تا باز گردد.

تقلصات ولادی  
طفل را بطرف  
پائین تپله  
می‌نماید.....

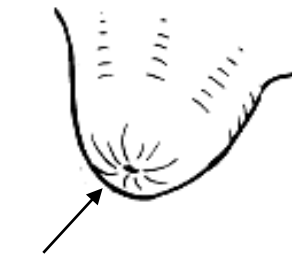
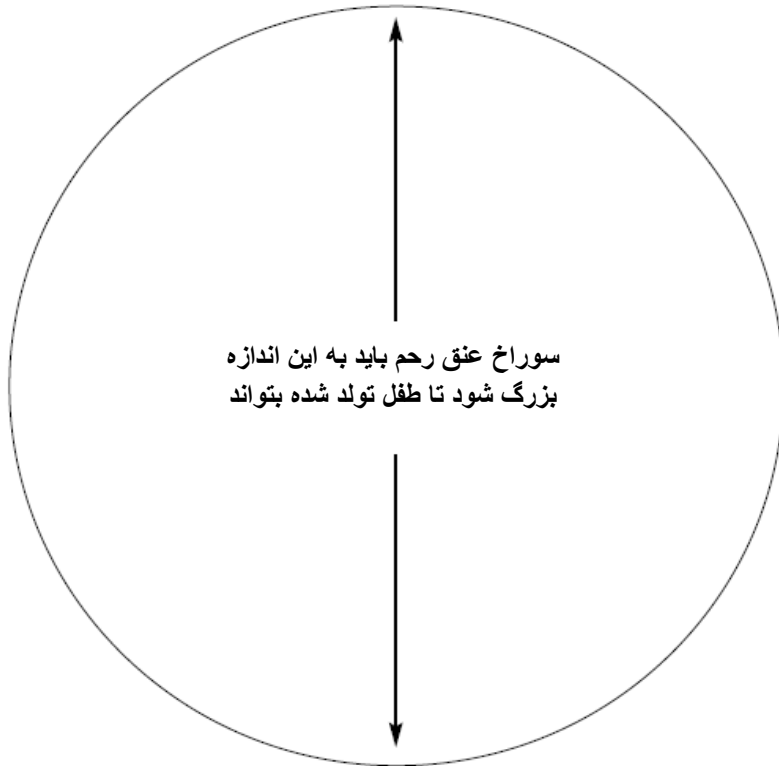
.. و عنق رحم را  
کش می‌نماید تا  
باز گردد.



• تقلصات ولادی سر طفل را بطرف پائین به سختی روی  
عنق رحم تپله می‌کند و طفل را بطرف مجرای مهبل  
حرکت می‌دهد.

• تقلصات ولادت به آهستگی عنق رحم را کش می‌کند تا باز  
شود. در هر مرتبه تقلص رحم يك اندازه کمی عنق رحم را  
بطرف بالا کش کرده و باز می‌نماید. در فاصله بین  
تقلصات عنق رحم دوباره بحالت رخوت می‌آید. این کار  
ادامه می‌یابد تا این که عنق رحم کاملاً باز گردد و طفل  
بتواند از مجرای آن خارج شده و تولد شود.

تقلصات ولادی مادر باید بسیار قوی گردند تا عنق رحم را کاملاً باز نمایند. سوراخ كوچك عنق رحم باید تا حدود  
۱۰ سانتی متر و یا ۴ انچ باز شود تا این که طفل با آن تثبیت شده بتواند.



سوراخ عنق رحم در جریان حاملگی  
به این اندازه می‌باشد

### تپله کردن طفل به خارج:

بعد از باز شدن تام عنق رحم، تقلصات طفل را به خارج رحم و پائین بداخل مهبل تپله می‌نمایند. همچنان مادر نیز  
با زور زدن به تپله کردن طفل به خارج کمک می‌نماید. به این حالت مرحله دوم ولادت گفته می‌شود. برای  
معلومات بیشتر در مورد مرحله دوم ولادت، فصل ۱۲ "تپله کردن طفل" دیده شود.

### ولادت پلاستنا (همراه):



بند ناف، ضخیم، آبی و بیضانی است - هنوز خون را به طفل انتقال می‌دهد. قطع نگردد.

بعد از ولادت خانم می‌تواند به راحتی نفس بکشد. پلاستنا (جوره یا همراه) از رحم جدا می‌گردد و بداخل مهبل تپله شده و خارج می‌گردد. به این حالت مرحله سوم ولادت، فصل ۱۳ "ولادت پلاستنا" دیده شود. زمانی که طفل ولادت یافت، هنوز توسط بندناف با پلاستنا (همراه) در داخل رحم مادر اتصال دارد. جریان خون از پلاستنا به طفل چند دقیقه وقت می‌دهد تا تنفس را آغاز نماید. بزودی طفل خودش شروع به تنفس خواهد کرد و دیگر نیازی به پلاستنا نخواهد داشت.

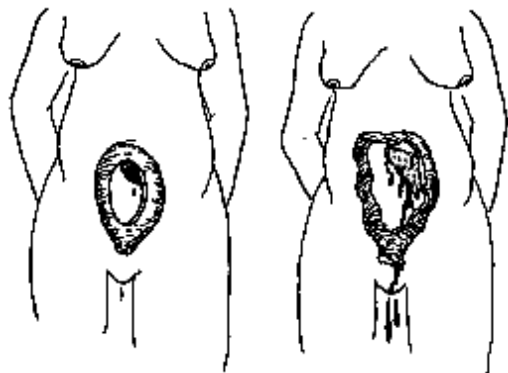


بندناف نازک، سفید و بدون بیضان است - خون را به طفل انتقال نمی‌دهد. بلی، قطع گردد.

اکثراً پلاستنا در چند دقیقه محدود بعد از تولد طفل، از رحم جدا می‌شود. معمولاً با دو تپله کردن پلاستنا از داخل مهبل خارج می‌شود و طفل باید خودش تنفس نماید.

### ساعات اول بعد از ولادت

در چند ساعت اول بعد از ولادت پلاستنا، مادر شروع به بهبود یافتن بعد از ولادت می‌نماید و طفل آغاز به تطابق با جهان خارج می‌نماید.



جائی که پلاستنا به جدار رحم التصاق داشت شروع به محکم شدن و بسته شدن نموده و خونریزی مادر کاهش می‌یابد. رحم مادر سخت خواهد شد. خانم ممکن است بعد از ولادت تقلصات قوی را احساس نماید. این تقلصات سالم اند و به توقف خونریزی کمک می‌نمایند.

طفل نوزاد باید به خوردن شیر از پستان آغاز نماید. طفل باید ادرار نماید و همچنان اولین مواد غایبه را خارج سازد.

### مواظبت از مادر در جریان ولادت

این بخش از فصل طرقي را شرح می‌دهد که قابله با استفاده از آنها می‌تواند ولادت را تقویت، محافظت و هدایت نماید تا آن را آسانتر و مصونتر سازد. نظریات این فصل برای تمام مراحل ولادت مفید اند.

سه فصلی که بعد از این می‌آید به تشریح طریقه‌های خاص بیشتری برای کمک به هر یکی از مراحل ولادت می‌پردازد.

### تقویت ولادت

زمانی که شما ولادت مادر را تقویه می‌نمائید، برایش کمک می‌نمائید تا بعوض جنگ نمودن در مقابل آن، آرام و سست باشد. هرچند تقویت ولادت، آنرا بدون درد نمی‌سازد اما ولادت را آسانتر، کوتاهتر و مصئونتر می‌نماید.

هرخانم به نوع متفاوت تقویت نیاز دارد. مگر تمام زنان به مهربانی، احترام و توجه ضرورت دارند. خانم را زیر نظر داشته و به وی گوش دهید تا دریابید که او چگونه احساس می‌نماید. او را تشویق کنید تا بتواند در هنگام ولادت احساس قوی بودن و اطمینان را داشته باشد. به خانم کمک نمائید تا راحت بوده و از ولادت پذیرائی نماید.



شما مجبور نیستید برای تقویت مادر تنها باشید. تقویت ولادت زمانی بیشتر مؤثر خواهد بود تا توسط شوهرخانم، خانواده و یا دوستان وی صورت گیرد. کدام قانون در مورد این که کدام شخص باید مادر را تقویت نماید، وجود ندارد. مهم تنها اینست که آنها مواظب مادر بوده و بخواهند که به مادر کمک نمایند. مهمترین موضوع اینست که مادر بخواهد که آن افراد در زمان ولادت حاضر باشند.



### محافظت ولادت:

با محافظت ولادت شما می‌توانید که ولادت را از مواجه شدن با حالات نادرست وقایه نمائید. در اینجا چند مثال ذکر می‌شود:

اشخاص خشن و نامهربان را دور سازید. مادر نباید در مورد مشکلات خانوادگی تشویش نماید. بعضی اوقات حتی دوستان بامحبت و حمایت کننده می‌تواند ولادت را مختل سازند. در بعضی ولادتها، بهترین طریق کمک آنست که از همه بخواهید تا اتاق را ترك نمایند، تا بدون مزاحمت مادر بتواند ولادت نماید. دواها و پروسیجرهای غیرضروری را استفاده نکنید. بعضی قابله‌ها (و داکتران) عقیده دارند که هر قدر بیشتر از دواها، وسایل و معاینات استفاده نمایند، ولادت مصئونتر خواهد شد. مگر این عقیده اکثراً نادرست است. آنها ولادت را مشکلتر ساخته و یا ممکن مشکلاتی را ایجاد نمایند.

**اخطار!** به مادر دواهایی را ندهید که ولادت را سرعت دهد - آنها خطرات بیفایده‌ای را اضافه می‌نمایند. زرقیات یا تابلیت‌های که فکر می‌شود باعث سرعت ولادت می‌گردند، می‌توانند بیشتر دردناک بسازند و می‌توانند سبب مرگ مادر و طفل گردند. صفحه ۱۹۱ برای طریقه‌های دیگر تقویت مصوون ولادت دیده شود.



### راهنمایی ولادت:

با راهنمایی ولادت شما کمک می‌نمائید تا ولادت در مسیر صحتمند آن باقی بماند. شما با کمک نمودن خانم که از بدن خود مواظبت نماید، ولادت را راهنمایی کرده می‌توانید. در مراحل مختلف شما ممکن است به مادر پیشنهاد نمائید تا بنوشد، ادرار نماید، استراحت کند و یا حرکت نماید. در ۲ فصل بعدی بسیار پیشنهادات بیشتری در مورد راهنمایی ولادت تا در مسیر صحتمند آن باقی بماند، ارائه خواهد شد.

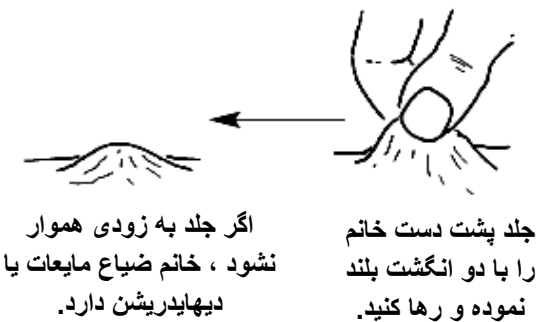


### کمک کنید مادر اقلأ هر ساعت يك گيلاس مایع بنوشد:

مادر در جریان ولادت مایعات بدن خود را به سرعت بیشتری مصرف می‌نماید. او باید اقلأ يك گيلاس مایع در هر ساعت بنوشد. اگر خانم مقدار کافی مایع نوشیده نتواند، ممکن است مایعات بدن وی خشك شود (دیهایدریشن پیدا کند). این حالت می‌تواند ولادت را بسیار طولانی‌تر و سخت‌تر بسازد. خشك شدن مایعات وجود می‌تواند سبب خستگی مفرط مادر شود.

### علامه دیهایدریشن (خشك شدن مایعات بدن):

- لب‌های خشك؛
- چشم‌های فرورفته؛
- از بین رفتن الاستیکیت جلد؛
- تب خفیف (تا ۳۸ درجه سانتی‌گراد یا ۱۰۰٫۴ درجه فارنهایت)؛
- تنفس سریع و عمیق (بیشتر از ۲۰ تنفس در يك دقیقه)؛
- نبض سریع و ضعیف (بیشتر از ۱۰۰ ضربان در دقیقه)؛
- ضربان قلب جنین بیشتر از ۱۶۰ فی دقیقه است.



اگر فکر می‌کنید که مادر ضیاع مایعات یا دیهایدریشن دارد، فوراً برایش آب با شکر یا عسل، آب میوه و یا مایعات معاوضه کننده آب بدن (صفحه بعدی دیده شود) را بدهید.

بعضی زنان در جریان ولادت نمی‌توانند زیاد مایعات بنوشند. نوشیدن مایعات برایشان احساس ناراحتی داده و یا استفراغ می‌نمایند. در صورتی که خانم استفراغ می‌نماید و نمی‌تواند يك گيلاس مایع را در يك مرتبه بنوشد، برایش اجازه دهید که بعد از هر تقلص چند جرعه به آهستگی بنوشد. بدین ترتیب خانم می‌تواند مایعات بگیرد بدون این که معده‌اش تحریک شده و دلبدی پیدا کند. نوشیدن مایعاتی مانند آب ناربال، جوس میوه مخلوط با آب، آب مخلوط با شکر یا عسل، یا آب نعناع، جوشانده زنجبیل و یا جوشانده بابونه با عسل و شکر برای خانم‌ها آسانتر خواهد بود.

اگر مادر بهیچ صورت نوشیده نتواند و یا اگر مصاب دیهایدریشن باشد، برایش از طریق مقعد مایعات بدهید (صفحه ۳۴۲ دیده شود) و یا از طریق وریدی برایش مایعات بدهید (صفحه ۳۵۰ دیده شود).

### نوشیدنی‌های معاوضه کننده آب بدن (مایعات ریهایدریشن کننده):

اگر ولادت طولانی باشد و یا اگر مادر زیاد غذا نخورده یا مایعات ننوشیده، برایش از مایعات معاوضه کننده بدهید. (در واقع هر خانم در زمان ولادت می‌تواند این مایعات را بنوشد). این نوشیدنی‌ها کمک می‌نمایند تا جریان خون مادر متوازن و سالم بماند و لهذا خانم ضعیف یا مریض نمی‌شود.

ممکن بتوانید که پاکت‌های قبلاً تهیه شده شکر و نمک را بدست آورید مانند پاکت‌های او، آر، اس تا از آن مخلوط اعاده کننده مایعات بدن را تهیه کنید. اگر شما این پاکت‌ها را استفاده می‌نمایید، دقت کنید که بصورت درست این مخلوط تهیه گردد و هم مزه آن را بچشید. نباید این مخلوط از اشک شورتر باشد. همچنان می‌توانید خودتان نوشیدنی معاوضه کننده آب وجود را در زمان ولادت بسازید، و یا می‌توانید مواد مورد ضرورت برای تهیه این نوع نوشیدنی را که قبلاً اندازه نموده و باهم مخلوط نموده اید در یک پاکت کوچک با خود آماده داشته باشید.

## ۲ طریق ساختن نوشیدنی ریه‌ادریشن کننده

### با شکر و نمک

(عسل یا شهد نیز می‌تواند به عوض شکر استفاده شود)

در ۱ لیتر آب پاک، مقادیر ذیل را مخلوط کنید:

- نیم قاشق چایخوری سرهموار نمک ..... با ۸ قاشق چایخوری سرهموار شکر



(قبل از مخلوط نمودن شکر، مخلوط را بچشید تا اطمینان پیدا کنید که از اشک شورتر نباشد.)

### با آرد حبوبات و نمک

(آرد برنج بهتر است. یا هم می‌توانید از آرد گندم یا آرد جواری استفاده کنید)

در ۱ لیتر آب پاک، مقادیر ذیل را مخلوط کنید:

- نیم قاشق چایخوری سرهموار نمک .... با ۸ قاشق چایخوری پُر (یا دو مشت) آرد حبوبات



(قبل از مخلوط نمودن شکر، مخلوط را بچشید تا اطمینان پیدا کنید که از اشک شورتر نباشد.)

این مخلوط را برای مدت ۵ تا ۷ دقیقه بجوشانید تا آردابه ساخته شود. نوشیدنی را بزودی سرد سازید تا به مادر داده شود.

مزه نوشیدنی را قبل از هر مرتبه دادن به مادر، امتحان نمایید، تا مطمئن گردید که خراب نشده باشد. آردابه در هوای گرم می‌تواند بعد از چند ساعت فاسد شود.

- در صورت امکان، نیم گلیاس جوس میوه، آب ناربال و یا آب کیله به هریک از نوشیدنی‌های فوق علاوه نمایند. اینها پوتاشیم را فراهم می‌سازند که به مادر کمک می‌کند تا بیشتر بنوشد. در صورت ضرورت، می‌توانید همان نوشیدنی را استفاده کنید که در منطقه شما موجود است. در صورتی که امکان اندازه نمودن لیتر نباشد، می‌توانید مقیاسات موجود محل اندازه را تعیین کنید. اگر گلیاس یا قاشق درجه دار نداشته باشید، از گرفتن نمک با سه انگشت نمک را گرفته و با یک مشت کوچک شکر را بگیرید. اگر آردابه می‌سازید دو مشت آرد را گرفته و با یک سرانگشت نمک مخلوط نمایید.

باید داشت: اگر مادر در جریان ولادت احساس گرسنگی می‌نماید، خوب خواهد بود تا غذا بخورد. غذاهائی را انتخاب نمایید که هضم آن آسان باشد - مثل نان، برنج یا ماست.

### آیا مادر اقلأ هر ۲ ساعت ادرار می‌نماید.

اگر مثانه مادر بسیار پر باشد، تقلصات رحم وی ممکن ضعیف‌تر شود که این سبب بطی شدن ولادتش می‌گردد. يك مثانه پُر همچنان سبب درد، مشکلات در خارج شدن پلاسنتا و خونریزی بعد از ولادت شده می‌تواند. به مادر خاطر نشان سازید که ادرار نماید - ممکن خودش فراموش کند.

### بخاطر معاینه پُر بودن مثانه،

قسمت پائین شکم مادر را لمس کنید. يك مثانه پُر مانند يك خریطه پلاستیکی پُر از آب احساس می‌شود. زمانی که مثانه بسیار پُر باشد، می‌توانید شکل آن را زیر جلد مادر ببینید. انتظار نکشید تا مثانه به این اندازه بزرگ گردد.

مثانه بسیار پُر است



آه، آه، آه آه، آه، آه  
این تقلص برطرف شد....

دوساعت می‌شود که ادرار نکرده اید..... خوب است حالا ادرار نمایید..

اگر مثانه مادر پُر باشد، خانم باید ادرار نماید. اگر نتواند راه برود، کوشش نمایید يك تشمت و یا تکه‌های اضافی پاك را زیر پای مادر بگذارید و از او بخواهید درجائی که هست، ادرار نماید. در صورتی که يك دست خود را داخل آب گرم سازد، ممکن برایش در ادرار نمودن كمك کند.

اگر مادر بهیچ صورت نتواند ادرار نماید، ضرورت به تطبیق کتیتِر (يك تیوب معقم) خواهد بود تا داخل مثانه خانم شده و ادرار را تخلیه نماید. صفحه ۳۵۲ برای معلومات بیشتر در مورد تطبیق کتیتِر دیده شود. در صورتی که برای تطبیق کتیتِر آموزش ندیده اید، كمك طبی بگیرید.

### استراحت در فاصله بین تقلصات.

برای حفظ قوا مادر حتی از ابتدای شروع ولادت باید در فاصله بین تقلصات استراحت نماید. این یعنی زمانی که تقلصات موجود نیست خانم باید به بدن خود اجازه راحت بودن را داده، تنفس عمیق بگیرد و بعضی اوقات بنشیند یا دراز بکشد. در اوایل ولادت خانم خواهد توانست که خواب شود. اکثر خانم‌ها زمانی که تقلصات قوی باشد بسیار احساس خستگی می‌نمایند. آنها ممکن بترسند از این که قوت خارج ساختن طفل را نخواهند داشت. مگر احساس خستگی يك طریقه‌ای است که بدن، مادر را مجبور می‌سازد تا استراحت نماید. اگر همه چیز خوب باشد، خانم ممکن است قوت داشته باشد تا زمانی که وقت آن می‌رسد، طفل را ولادت نماید. برای طریقه‌های كمك به استراحت مادر صفحه ۱۶۹ دیده شود.



من برای تحمل تقلصات باید بنشینم - در غیر صورت مرا خیلی بعذاب خواهد کرد.

من خیلی خسته هستم! مگر هر وقت که خواب بر من سنگینی می‌کند سرم پائین می‌افتد و دوباره بیدار میشوم!

من سر شما را محکم خواهم گرفت تا در فاصله بین تقلصات خواب شده بتوانید.

تشکر از شما!



### تغییر وضعیت در هر ساعت

به خانم کمک کنید تا در جریان ولادت حرکت نماید. خانم می‌تواند روی دوپا بنشیند، روی زمین بنشیند، روی زانوها بیافتد و یا به وضعیت‌های دیگر قرار گیرد. تمام این وضعیت‌های خوب هستند. تغییر وضعیت به عنق رحم کمک می‌نماید تا بیشتر بصورت متعادل باز گردد. ایستادن و قدم زدن ولادت را سرعت می‌بخشد. جنبیدن و حتی رقصیدن به بدن مادر کمک می‌نماید تا راحت گردد.



**هرگز مادر تخته به پشت هموار نخوابد.** این کار رگ‌های که خون را به رحم و طفل می‌رسانند، تحت فشار قرار می‌دهد. اگر به پهلوئی طوری که بالشت دربین پاهاى وی باشد (تصاویر فوق دیده شود)، یا کمر وی به کدام چیزی دیگری بلندتر از زمین تکیه داده شده است، بخوابد مشکلی وجود ندارد.





### تبدیل نمودن روجائی زیرپای مادر زمانی که تر شده یا کثیف گردد.

بیشتر خانمها در تمام جریان ولادت يك مقدار زیاد مایع از طریق مهبل خارج می‌سازند. این مایعات ممکن است نشانه باشد (صفحه ۱۵۰ دیده شود)، و یا ممکن است خریطه آب ترکیده باشد.

زمانی که مادر می‌خوابد یا می‌نشیند، تکه‌ها و شیت‌های پاک در زیرپایش هموار نمایند تا مایع را جذب نماید.

زمانی که تکه‌ها بسیار تر شدند آنها را تبدیل کنید. مایعات خارج شده را از نظر موجودیت مقدار زیاد خون تازه یا لخته‌های خون (صفحه ۱۸۳ دیده شود)، و یا اگر آب به رنگ نصولاری، زرد یا سبز باشد (صفحه ۱۷۴ دیده شود)، معاینه نمایند.

### اگر مادر مصاب HIV باشد

توصیه دواهای ART به مادر در جریان و بعد از ولادت می‌تواند که از منتن شدن طفل به ویروس HIV وقایه کند (صفحه ۴۹۹ را ببینید). با اجتناب از قطع نمودن درجه مهبل و یا استفاده از وسایل از خونریزی جلوگیری نماید.

### برای حالات عاجل آماده‌گی داشته باشید

اکثر حامگی‌ها و ولادت‌ها صحتمند هستند. با استفاده از معلومات ارائه شده در فصل‌های بعدی، می‌توانید از مشکلات زیادی جلوگیری کنید. اما هر مادر حامله، بدون در نظر داشت این که چقدر سالم باشد، می‌تواند مشکلات جدی را در پیشرو داشته باشد.

قابله‌ها کمک می‌نمایند تا مشکلات صحی به سه طریق زیر وقایه گردند:

۱. قابله‌ها متوجه علایم خطر می‌باشند - علایمی که نشان می‌دهند ممکن است يك مشکل در حال انکشاف باشد.
۲. قابله‌ها زمانی که می‌توانند حالات عاجل را تداوی می‌نمایند.
۳. قابله‌ها خانم‌های را که علایم جدی خطر یا مشکلات صحی دارند به مرکز صحی یا داکتر انتقال می‌دهند.



فکر می‌کردم چیزی در مورد این خانم صحیح نیست. وی را به شفاخانه آوردم.

کار خوبی کردی. او مصاب انتان است

### متوجه بودن به علایم خطر

در فصل‌های بعدی به ارتباط مراحل مختلف ولادت بسیار لست بسیاری علایم خطر موجود است. بیشتر علایم خطر به شما می‌فهماند که با دقت بیشتری متوجه بوده و انتظار بکشید تا دیده شود که چه واقع خواهد شد. بعضی علایم خطر ممکن است برطرف گردند. بعضی علایم دیگر بسیار جدی اند. اگر خانم يك علامه خطر بسیار جدی را داشته باشد، و یا اگر علامه خطر از بین نرود، خانم باید دفتراً کمک بگیرد.

ممکن است شما علایم خطری را بشناسید که در این کتاب گفته نشده است. در مورد مشکلات صحی‌ای که در منطقه و مملکت شما خانم‌های حامله را متأثر می‌سازد، فکر نمایید. آیا خانم‌ها قبل از مصاب شدن به این مشکلات علایمی نشان می‌دهند؟

بعضی اوقات قابله هیچ علامه نمی‌بیند که بیانگر مشکلی باشد، مگر صرف احساس می‌نماید که کدام مشکلی خواهد بود. اگر شما این احساس را داشته باشید از دیگر قابله‌ها، کارکنان صحی و یا داکتران کمک بگیرید. آنها ممکن است بتوانند مشکلی را ببینند که شما دیده نمی‌توانید.

## تداوی حالات عاجل

این کتاب بعضی طریقه‌های تداوی عاجل خونریزی‌ها، شاک و دیگر حالات عاجل را تشریح می‌نماید. مطمئن گردید که بقدر کافی معلومات و مهارت کسب نموده و می‌توانید به یکتعداد زیاد این حالات عاجل رسیدگی نمایید.



## انتقال زنان به مرکز صحتی

یکتعداد مشکلات صحتی زمان ولادت را قابل‌ها نمی‌توانند در خانه ویا در کلینیک‌های کوچک کمک نمایند. اگر مادر خونریزی شدید داشته، پری اکلامپسیا، ولادت بسیار طولانی، تب بلند یا دیگر مشکلات وخیم را داشته باشد، یک قابل‌ه نخواهد توانست حیات وی را محافظه نماید. درین حالت مادر در خطر بسیار جدی قرار گرفته، و قابل‌ه باید او را کمک نماید تا هرچه زودتر به یک مرکز صحتی انتقال گردد.

مادر یا طفل خیلی مریض به یک مرکز صحتی مجهز ضرورت دارند که دارای وسایل کافی، ادویه و اشخاص مجرب باشند. حتی اگر خانم با بیماری شدید را درخانه تداوی می‌کنید، باز هم خوب است که کمک‌های طبی را خواستار شوید، تا از صحت مادر و طفل هرچه بیشتر اطمینان حاصل نمایید.

قبلا از شروع ولادت، به خانم وفامیلش کمک نمائید تا یک پلان ترتیب دهند که در مواقع نیاز چگونه بتوانند به مرکز صحتی برسند. برای معلومات بیشتر درین مورد به صفحه ۱۰۶ ببینید. موقعیت نزدیکترین تسهیل صحتی مجهز، مشخص شود. مطمئن شوید که وسیله نقلیه (مانند یک موتر باری یا موتر شخصی همراه یک دریور)، و پول کافی برای پرداخت مصارف تیل و خدمات شفاخانه، وجود دارد (حتی اگر خانواده خانم پول نداشته باشند، باز هم باید کمک طبی را در حالات عاجل دریافت نمایند). برای معلومات بیشتر در چگونگی همکاری با شفاخانه و دیگر کارکنان صحتی، به فصل ۲۴ مراجعه کنید.

## ثبث واقعات جریان ولادت

اگر می‌توانید، تمام وقایعی را که در زمان ولادت اتفاق می‌افتد یاد داشت کنید. بنویسید که مادر چند مرتبه غذا خورده، مایعات نوشیده و یا ادرار نموده است. هر وقت که نبض، درجه حرارت و فشار خون معاینه می‌شود، اندازه های آن را نوشته کنید. به این ترتیب شما تعقیب می‌نمائید که آیا ولادت به شکل نورمال به پیش می‌رود یاخیر. اگر مجبور شدید که خانم را برای مراقبت‌های مزید به مرکز صحتی انتقال دهید، معلومات مذکور به داکتر اجازه می‌دهد که بفهمد چی اتفاق افتاده است و چرا. اگر شما یک چارت یا دوسیه از زنان متعددی داشته باشید، با نگاه کردن به آن می‌توانید بفهمید که چی عواملی باعث شده که ولادت عده از خانم‌ها آسانتر یا سخت‌تر شود، و این که آیا کدام علامه هشدار دهنده مشکل موجود بوده است.



## چارت ولادت

اسم مادر: \_\_\_\_\_

تاریخ متوقعة ولادت: \_\_\_\_\_ اندازه رحم: \_\_\_\_\_ پوزیشن جنین: \_\_\_\_\_

تاریخ/وقت شروع ولادت: \_\_\_\_\_ تاریخ/وقت پاره شدن جیب: \_\_\_\_\_

تاریخ	وقت	ضربان قلب طفل هر ساعت	نبض مادر هر ۴ ساعت	درجه حرارت مادر هر ۴ ساعت	توسع عنق رحم هر ۴ ساعت	فشار خون مادر هر ساعت	زمان بین تقلصات	دوام تقلصات