

گرفتن تاریخچه صحی یک حاملگی

فهرست فصل ششم

- 14 سوال در تاریخچه صحی یک حاملگی:----- 75
1. آیا خانم علایم حاملگی را دارد؟----- 75
 2. خانم چند ماه حامله است؟ چه وقت طفل ولادت خواهد شد؟----- 78
 3. خانم چند ساله است؟----- 80
 4. خانم چند طفل دارد؟----- 81
 5. آیا قبلاً کدام ولادت قبل از وقت یا سقط داشته است؟----- 82
 6. آیا قبلاً خانم سزارین شده است؟ (ولادت طفل با عملیات)----- 83
 7. آیا در حاملگی ها و ولادت ها ی قبلی کدام مشکلی داشته است؟----- 85
 8. آیا خانم صحتمند است؟----- 86
 9. آیا خانم مرض شکر دارد؟----- 88
 10. آیا خانم واکسین ضد تیتانوس شده است؟ اگر بلی چه وقت آخرین واکسین را گرفته است؟----- 89
 11. آیا در مقابل کدام دوا حساسیت دارد؟----- 90
 12. آیا فعلاً کدام دوائی را میگیرد؟----- 90
 13. آیا خانم در مورد این ولادت کدام خواست خاص دارد؟----- 90
 14. آیا خانم کدام مشکل خاص یا ضرورت خاصی دارد؟----- 91

گرفتن تاریخچه صحنی یک حاملگی

اولین معاینه قبل از ولادت دو قسمت دارد:

1- گرفتن تاریخچه صحنی یک حاملگی :

2- معاینه منظم قبل از ولادت:

این فصل شامل قسمت اول بوده و شامل 14 سوالیست که تاریخچه صحنی یک حاملگی را میسازد، این سوالات تنها در اولین ملاقات قبل از ولادت پرسیده می شود. فصل بعدی قسمت دوم را دربرخواهد گرفت که معاینه منظم قبل از ولادت را که در هر معاینه، بشمول مراجعه اول انجام خواهد شد احتوا میکند.

گرفتن یک تاریخچه صحنی حاملگی به شما کمک خواهد کرد تا در مورد وضعیت صحنی عمومی خانم ها، سابقه صحنی آنها، حاملگی و ولادت های قبلی ایشان بیاموزید. این معلومات شما را در تهیه یک پلان و دادن مشوره برای اینکه حاملگی و ولادت موجود تا حد ممکن مطمئن و بدون خطر ساخته شود، کمک خواهد کرد.

اولین معاینه قبل از ولادت همچنان به خانم حامله وقت میدهد تا در صحبت نمودن با شما احساس راحتی نماید. اگر یک خانم در مورد صحبت کردن به ارتباط وجودش و مقاربت جنسی احساس شرم نماید، برایش مشکل خواهد بود تا چیزهایی را در مورد صحت خود برای شما بگوید. کوشش کنید تا با گوش دادن دقیق به حرف هایش جواب دادن به سوال هایش و توجه و احترام به وی خانم را کمک نمایند تا احساس راحت کند. کوشش کنید تا آرام و عملی باشید.

یک نظر خوب است اگر همه چیزی را که در مورد یک خانم حامله می آموزید تحریر نمایید، این معلومات ممکن است بعداً در جریان حاملگی و یا هنگام ولادت ضرورت باشد.

14 سوال در تاریخچه صحنی حاملگی

1. آیا خانم علایم حاملگی را دارد؟

دو نوع علایم حاملگی وجود دارد. علایم احتمالی (علایم ایکه نشان میدهد احتمال دارد خانم حامله باشد مگر میتواند حالات دیگری غیر از حاملگی نیز باشد) و علایم واقعی (علایمی اند که نشان میدهد خانم حتما حامله است).

علایم احتمالی حاملگی :

از آنجا ئیکه این علایم میتواند از سبب حالاتی غیر از حاملگی نیز بوجود آید ما دیگر علل ممکن را نیز بخاطر اینکه شما در مورد آن فکر کنید تذکر میدهیم .

1- توقف عادت ماهوار خانم :

این اغلبا اولین علامه حاملگی است دیگر علل این علامه شامل سوء تغذی، تشوشات روانی و یا تغییرات زندگی (مینوپوز) میباشد.

2- پیداشدن احساس دلبدی و استفراغ:



خانم در صبح دلبدی دارد (ناراحتی صبحانه) مگر خانم ها این حالت را در تمام طول روز دارند دلبدی در سه ماه اول حاملگی معمول است دیگر علائم ممکنه این علامه مریضی یا کرم امعاء میباشد. (صفحه 98 دیده شود)

3- خانم احساس خستگی و خواب آلودگی می نماید:

این حالت ممکن است بعد از 3-4 ماه حاملگی برطرف گردد. دیگر علل ممکنه برای این علامه عبارت از کمخونی (صفحه 110)، سوء تغذی، تشوشات روانی و یاکار بسیار زیاد میباشد.



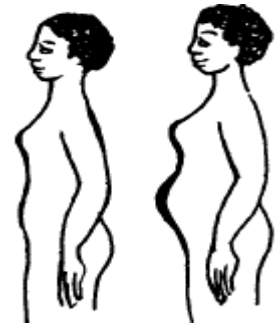
4- خانم ضرورت به ادرار کردن مکرر دارد:

این مشکل در سه ماه اول و سه ماه اخیر حاملگی بسیار معمول است. دیگر علل ممکنه این علامه عبارت از انتانات مثانه (صفحه 115 دیده شود)، فشار بلند خون و یا مرض شکر (دیابت) میباشد. (صفحه 88 دیده شود)



5- نشو و نماي شکم خانم :

طفل و رحم بخصوص بعد از سه ماه اول حاملگی شروع به بزرگ شدن مینمایند. دیگر علل ممکنه این علامه عبارت از چاق شدن خانم و یا بزرگ شدن شکم خانم می باشد.



6 - پستان های خانم بزرگتر شده میرود:



پستان های خانم حامله جهت آمادگی برای تولید شیر به طفل بزرگتر شده میرود. دیگر علل ممکنه عبارت است از موجودیت زمان عادت ماهوار و یا دیگر تغییرات در عادت ماهوار.

7- پیداشدن خطوط تاریک بالای شکم تاریک شدن نوک پستان ها ولکه های تاریک

جلدی در روی و جلد شکم خانم :

نوک پستان های بسیاری خانم ها زمانیکه حامله می شوند تاریکتر شده میرود خطوط تاریک ممکن است از ماه سوم ولکه های تاریک از ماه 5 به بعد ظاهر شوند و بعد از ولادت اکثرا از بین می روند.



8- خانم حرکات ضعیف طفل را احساس می نماید:

حرکات اولیه (در 4 ماه اول) بسیار ضعیف است. دیگر علل ممکنه این علامه موجودیت نفخ و باد است.

علائم واقعی حاملگی:



هریک از این علائم تنها توسط حاملگی بوجود آمده میتواند :

1- مادر حرکات قوی طفل را در داخل شکم احساس می نماید :

بسیاری خانم ها حرکات طفل را در ماه های 5 و 6 حاملگی احساس می نمایند. بعضی خانم ها زودتر آنرا حس میکنند .

2- امکان احساس موجودیت طفل از روی شکم :

در ماه های ششم و هفتم حاملگی یک فرد با تجربه میتواند اکثر آ سر، گردن، پشت ، دست ها و پاهای طفل را از روی شکم مادر جس نماید. در صورتیکه خانم بسیار چاق باشد طفل سخت تر جس میشود .



3- شنیده شدن آواز قلب طفل:



در ماه هفتم حاملگی یک شخص ماهر میتواند با گذاشتن گوش خود بالای شکم مادر ضربان قلب طفل را بشنود. در ماه های 5 و 6 بعضی اوقات با آله مخصوص مثل ستاتسکوب یا فیتوسکوب (صفحه 127 دیده شود) آوز قلب جنین شنیده شده میتواند. در صورتیکه خانم بسیار چاق باشد شنیدن آواز مشکل خواهد بود.

4- تست طبی حاملگی میتواند نشان دهد که یک خانم حامله است :

این تست در لابراتوار میتواند با مقدار کمی از ادرار یا خون خانم حامله صورت گیرد. این تست قیمت است و اکثر ضروری نمی باشد. مگر در بعضی حالات مثلاً قبل از گرفتن یک دوائیکه ممکن است برای طفلش زیان آور باشد و خانم ضرورت دارد که بداند حامله است یا خیر، مفید است.



2. حمل چند ماه است؟ زمان ولادت چه وقت خواهد بود؟

شما در اولین معاینه ضرورت خواهید داشت بدانید که حمل خانم چند ماه است و زمان متوقع ولادت اش چه وقت خواهد بود. این نارمل است که طفل تا سه هفته قبل و یا دو هفته بعد از تاریخ متوقع ولادت دنیا بیاید.

دوطریقه وجود دارد تا معلوم نمائیم که حمل چند ماه است و چه وقت احتمالاً ولادت خواهد کرد

1 - میتوانید از تاریخ آخرین عادت ماهوار خانم استفادہ نمائید.

2 - میتوانید رحم خانم را اندازه نمائید.

استفاده تاریخ آخرین عادت ماهوار:

اگر یک خانم بصورت منظم هر چهار هفته بعد خونریزی دارد، او ممکن است دو هفته بعد از آخرین عادت ماهوار حامله شود به این ترتیب به سادگی میتوان دریافت نمود که چه وقت خانم حامله شده است.

برای دریافت اینکه آیا شما میتوانید این روش را در مورد حاملگی موجود بکاربرید اول باید از مادر سه سوال بنمائید.

1- آیا اکثراً عادت ماهوار شما منظم بوده است، یکمرتبه هر 4 هفته (و یا هر ماه و یا یکمرتبه بین دو ماه- مهتاب کامل)؟

2 - آیا آخرین عادت ماهوار شما عادی بود (و یا به صورت غیر عادی کم و یا زیاد بود)؟

3- آیا شما اولین روز آخرین خونریزی ماهوار خود را بخاطر دارید؟

اگر مادر به یکی از سه سوال فوق جواب نداد شما نباید این روش را بصورت یگانه طریقه بکاربرید. شما نخواهید توانست با این روش یقینی سازید که به شما تاریخ درست ولادت را میدهد.

اگر خانم به جواب همه سوالات شما بلی گفت، شما میتوانید تاریخ متوقع ولادت و زمان موجود حاملگی را تعیین نمائید. بخاطر داشته باشید که یک حاملگی حدود 9 ماه شمسی و یا 10 ماه مهتابی را از زمان آخرین عادت ماهوار دربر خواهد گرفت.

استفاده جنتری:

1- برای تعیین زمان ولادت:

اولین روز آخرین عادت ماهوار را بگیریید و سه ماه به عقب حساب نمائید، بعداً هفت روز به آن بیافزائید، در شمارش دقیق ماه ها بسیار دقت و احتیاط نمائید. از انگشت های خود کار گرفته و یا آنرا بنویسید تا ساده تر شود.

آخرین خونریزی ماهوار وی در 6 سرطان شروع شده بود

بگذار ببینم سه ماه به عقب حساب مینمایم. 6 جوزا، 6 ثور، 6 حمل بعد هفت روز به آن اضافه میکنم که میشود 13 حمل روزیکه ممکن خانه ولادت کنند



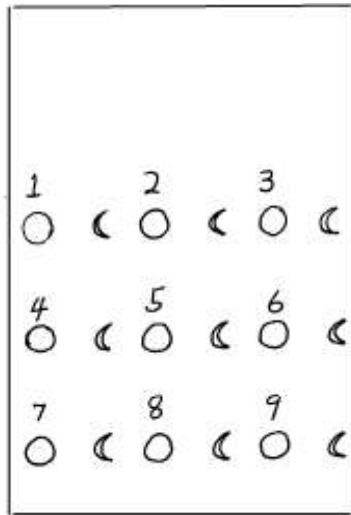
2- برای تعیین سن حاملگی :

اولین روز آخرین عادت ماهوار را گرفته و تعداد ماهای بین آن تاریخ و تاریخ اولین ملاقات خانم حامله را حساب نمائید و این سن حاملگی را نشان میدهد.



بدون استفاده از جنتری:

اگر شما از جنتری استفاده نمی نمائید، میتوانید تاریخ متوقع ولادت را از روی مهتاب دریافت کنید. اگر عادت ماهوار خانم هر ماه (چهار هفته) بعد صورت میگیرد، ولادت طفل دقیقاً ده ماه بعد از اولین روز عادت ماهوار خواهد بود. اگر آخرین عادت ماهوار در روز هفتم يك ماه شروع شده باشد، ولادت طفل ده ماه بعد در روز هفتم صورت خواهد گرفت. و اگر اولین روز آخرین عادت ماهوار در شروع ماه باشد و ولادت طفل ده ماه بعد در شروع ماه خواهد بود و به همین ترتیب.



در این واقعه ده ماه کامل (بدر) بعد از اولین روز آخرین خونریزی ماهوار گذشته .

طفل همیشه 10 ماه بعد از روز اول آخرین خونریزی ماهوار تولد خواهد شد..

ممکن است در اوایل ماه جدید حامله شده باشد..

اگر خونریزی خانم زمانیکه مهتاب کامل بوده است شروع شده باشد..

اندازه نمودن رحم خانم :



حس نمودن اندازه رحم یک خانم روش دیگریست که میتواند استفاده شود، اگر:

- مادر بخاطر ندارد که چه وقت آخرین عادت ماهوار آن شروع شده است.
- آخرین عادت ماهوار آن بصورت غیر معمول زیاد و یا کم بوده باشد.
- عادت ماهوار خانم منظم نباشد.
- خانم به طفل شیر میداده و زمانیکه حامله شده خونریزی منظم نداشته بوده باشد.

از آنجاییکه شما اندازه نمودن رحم خانم را بصورت یک جزئی از معاینه منظم قبل از ولادت انجام خواهید داد، این موضوع در بخش بعدی تشریح خواهد شد (صفحات 117 تا 119 دیده شود). شما میتوانید الی زمان معاینه خانم درمورد تعیین زمان متوقعه ولادت انتظار بکشید. همچنان دریافت نموده میتوانید که آیا اندازه رحم با تاریخ متوقع ولادت که شما از روی آخرین عادت ماهوار خانم تعیین نموده اید، مطابقت دارد یا خیر .

3. خانم چند ساله است؟

خانم های بین ۱۸ و ۳۵ ساله اکثر کمترین مشکلات را در هنگام ولادت دارند.



خانم بزرگتر از 35 ساله



خانم بین 18 و 35 ساله



خانم کمتر از 18 ساله

اگر یک خانم از 18 ساله کمتر است، ران ها و سرین آن بصورت کامل نشو و نما نکرده و میتواند سبب مشکلات در ولادت شود. اگر یک خانم بزرگتر از 35 ساله باشد وجودش خسته بوده و قابلیت ارتجاعی کمتری دارد. او ممکن است از کار بسیار زیاد، فشار ها و مریضی ها ضعیف شده باشد. اگر خانم بلند تر از 40 ساله باشد، شانس زیاد است که طفل اش از نظر عقلی عقب مانده بدنیا آید.

اگر یک خانم کمتر از 18 یا بزرگتر از 35 ساله باشد، بسیار خوب است که در نزدیکترین شفاخانه یا زایشگاه ولادت نماید، بخصوص اگر آن زن ضعیف بوده و مانند یک زن جوان قوی و صحتمند نباشد. اگر یک خانم مسن تر است برایش بسیار مهم است که به یک مرکز صحی نزدیک باشد. این خانم ها همچنان ضرورت به مشوره خاص برای مواظبت و تقویت در جریان حاملگی دارند.

4. خانم چند طفل داشته است؟

خانم هائیکه یک یا دو طفل داشته و آخرین طفل آنها اقلا دوسال قبل ولادت شده و همچنان اطفال شان زنده و صحتمند اند، اکثرا کمترین مشکلات را در جریان حاملگی دارند.

دیگر خانم ها ممکن است مشکلات بیشتر داشته باشند. اولین ولادت اغلبا نظر به ولادت های بعدی مشکل تر است. برای خانم اولباری مطمئن تر خواهد بود اگر درکلینیک یا شفاخانه ولادت نماید. در صورتیکه ولادت در شفاخانه نباشد با دقت از بروز علایم خطر مراقبت شود و امکانات ترانسپورتهی برای حالات عاجل آماده شود.

یک خانمی که 5 ولادت یا بیشتر از آن قبلا داشته است، بسیار امکان دارد که بعضی از مشکلات ذیل را داشته باشد:

- گم شدن درد های ولادی قبل از ولادت،
- طولانی شدن ولادت،
- پاره شدن رحم (بعد از ولادت مشکل و طولانی)،
- سقوط رحم (پرولپس رحم)،
- وضعیت مشکل طفل برای ولادت،
- خونریزی زیاد بعد از ولادت.

به این دلایل برای زنانیکه قبلا 5 یا بیشتر ولادت داشته باشند مطمئن تر است که در نزدیکترین شفاخانه یا زیاشگاه ولادت نمایند. اگر یک خانم طفل زیاد دارد برایش زیاد مهم است که کمک طبی بگیرد.

خطر کمتر



من يك طفل دارم

خطر بیشتر



این اولین طفل من میباشد



من 5 طفل دارم

5. آیا قبلاً خانم سقط یا ولادت جنینی داشته است؟

ولادت جنینی (Miscarriage)

ولادت جنینی (همچنان بنام سقط خود بخودی یاد میشود): زمانی گفته میشود که یک طفل قبل از 6 ماهگی تولد شود، زمانی که طفل بسیار خورد است و درخارج از شکم مادر زنده بوده نمی تواند. در صورتیکه ولادت جنینی بسیار در اوایل حاملگی صورت گیرد، مادر ممکن است تنها یک درد شدید و خونریزی کمی بیشتر از زمان معمول عادت ماهورا داشته باشد. جنین ایکه خارج میشود ممکن است آنقدر خورد باشد که به چشم دیده نشود. بعد از سه ماه حاملگی مادر ممکن است در هنگام خروج قبل از وقت طفل عینا مانند دردهای ولادت عادی داشته باشد. طفل ممکن است زنده تولد شود مگر بعد از چند ساعت محدود از بین میرود.

بسیاری خانم ها یک یا دو ولادت جنینی را در طول زندگی خود داشته اند. مگر در صورتیکه یک خانم 3 یا بیشتر ولادت جنینی را پی در پی داشته باشد، خطر داشتن ولادت های جنینی بیشتر خواهد بود درین صورت کوشش نماید تا مشوره طبی بگیرد.

اگر یک خانم بعد از آخرین ولادت جنینی بسیار خونریزی داشته و یا مصاب انتانات رحم شده باشد، باید مشوره طبی بگیرد. او ممکن است بعد از این ولادت نیز مشکلات مشابه داشته باشد بسیار خوب خواهد بود اگر ولادت اش در یک شفاخانه و یا مرکز صحتی صورت گیرد.

سقط:

زمانیکه یک خانم به حاملگی اش قبل از آنکه طفل آنقدر بزرگ شود که بتواند خارج از شکم مادر زنده بماند خاتمه میدهد به آن سقط تحریک شده میگویند. درین کتاب به آن بصورت ساده سقط میگوئیم.

چندین نوع سقط طبی وجود دارد نوع بسیار معمول آن پاک کردن داخل رحم میباشد این نوع D&C (توسع و کورتاژ) یاد میگردد. اگر یک خانم یک یا 2 سقط ازین نوع داشته و آنهم در کلینیک یا شفاخانه توسط افراد مسلکی صورت گرفته باشد، مشکلی نخواهد بود. اما اگر یک خانم 3 یا بیشتر سقط داشته و حتی یک سقط آن توسط افراد غیر مسلکی و غیر ماهر صورت گرفته باشد در آنصورت برایش مطمئن تر خواهد بود تا طفلش را در یک شفاخانه و یا در مرکز صحتی ولادت نماید. این بخاطریست که یک سقط ممکن است بعضی ندبات کوچک در رحم بجا بگذارد و در واقعات بسیار نادر ممکن است موجودیت این ندبات سبب شود تا پلاسنتا شدیداً به جدار رحم چسبیده و بعد از ولادت خارج نشود.

اگر یک خانم بعد از سقط سابقه خونریزی شدید داشته و یا انتانات داشته بود باید مشوره طبی بگیرد. او ممکن است عین مشکل را بعد از این ولادت نیز داشته و ممکن بسیار خوب باشد اگر در شفاخانه یا کلینیک ولادت نماید.

احتیاط! سقط دادن در خانه و توسط افراد غیر مسلکی بسیار خطرناک است اینکار اغلباً ندبات زیاد خونریزی شدید و انتانات رحم را بوجود میآورد.

همچنان بخاطر داشته باشید که اگر یک خانم قبلاً ولادت قبل از وقت و یا سقط داشته است زمانیکه حامله می شود به تقویت روانی بیشتری نیاز دارد.

6. آیا خانم در حاملگی ها یا ولادت های

سابقه اش مشکلات داشته است؟

اگر خانم در حاملگی ها یا ولادت های قبلی اش مشکلاتی داشته، ممکن است درین ولادت نیز مشکل داشته باشد. این خطر در صورتی بیشتر است که خانم در آخرین ولادت و یا حاملگی قبلی اش مشکل داشته بوده باشد. از مادر سوال نمایید که در مورد حاملگی ها و ولادت های قبلی اش حکایت نماید. بگذارید که همه چیز را برای شما بگوید، چیز های خوب و چیز های خراب را.

بعداً سوالات ذیل را از او بنمائید تا در مورد مشکلات حاملگی ها و ولادت های قبلی بیشتر بدانید و همچنان دریابید که چطور میتواند او را در جریان حاملگی کمک نمائید (بسیار از این سوالات در قسمت های دیگر این کتاب مکمل تشریح شده است به صفحات ایکه شماره آن تذکر داده شده برای آموختن بیشتر در مورد مشکلات مراجعه نمائید) چیزی را که آموختید بنویسید.

سوالات برای پرسیدن در مورد حاملگی های سابقه :

آیا خانم کمخون بوده است (صفحه 110 دیده شود)

اگر خانم در حاملگی قبلی کمخون بوده است، پیدا کنید که آیا هنوز هم کمخون است یا خیر؟ و آیا خوب غذا می خورد (بخش 4 دیده شود). اگر خانم فعلاً کمخون است و خوب غذا نمیخورد، بسیار امکان دارد که وی مشکلات زیادی در جریان حاملگی و ولادت داشته باشد.

آیا خانم فشار خون بلند داشته است (صفحه 102 و 109 دیده شود)؟

اگر خانم در حاملگی قبلی اش فشار خون بلند داشته، بسیار امکان دارد که دوباره آنرا پیدا کند. کوشش کنید مطمئن شوید که در جریان این حاملگی فشار خون خانم منظماً معاینه میشود حتی اگر خانم مجبور باشد که صرف به همین منظور به کلینیک مراجعه نماید. صفحه 108 در مورد اینکه چطور فشار خون معاینه شود شما را می آموزاند .

آیا خانم ورم یا پرپ اکلامپسی داشته است (صفحه 112 دیده شود)؟

اگر یک خانم در حاملگی قبلی اش پری اکلامپسی داشته بوده باشد در جریان این حاملگی بصورت منظم فشار خون و دیگر علائم پری اکلامپسی را معاینه نمائید .

آیا خانم انتانات مثانه یا گرده داشته است (صفحه 115 دیده شود)؟

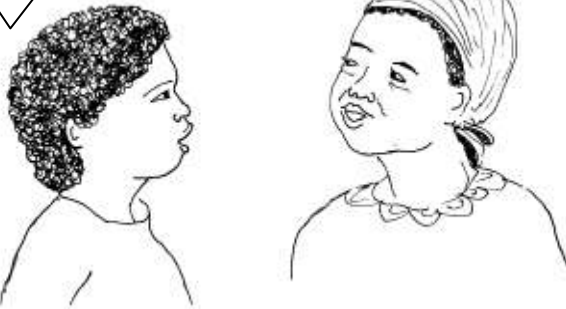
اگر خانم یکی ازین انتانات را در حمل سابقه اش داشته بوده باشد بسیار امکان دارد که دوباره بوجود آید. به مادر علائم ابتدائی انتانات مثانه و گرده را تدریس نمائید. او را تشویق کنید که در صورت پیداشدن علائم بزودی کمک درخواست نماید. او باید همچنان مقدار زیاد مایعات نوشیده و ناحیه تناسلی خود را بسیار پاک نگهدارد در صورت امکان مشوره طبی بگیرد.

آیا خانم مرض شکر (دیابت) داشته است (صفحه 88 دیده شود)؟

اگر خانم در حاملگی قبلی اش مرض شکر داشته بسیار امکان دارد که دوباره آنرا پیدا کند. مشوره طبی بگیرید. در صورت امکان باید توسط داکتر یا کارمند صحت معاینه شوید.

اگر شما در ولادت های قبلی خونریزی داشته اید، بسیار امکان دارد که در این ولادت نیز خونریزی داشته باشید. مصون تر خواهد بود اگر این ولادت شما در شفاخانه صورت گیرد.

من در هر دو ولادت خود مقدار زیاد خون ضایع نمودم. من بعد از ولادت هایم چندین روز بسیار ضعیف بودم.



آیا خانم یک ولادت طولانی داشته است (طولانی تر از 24 ساعت برای طفل اول و طولانی تر از 12 ساعت برای اطفال بعدی)؟ آیا خانم صفحه دوم ولادت طولانی داشته است (بیشتر از 2 ساعت)؟

از خانم بپرسید که آیا آن ولادت طولانی برای خودش یا طفل اش کدام مشکلی بوجود آورده بود؟ اگر آن ولادت عادی بوده و طفل سالم بوده باشد، در آنصورت درین ولادت مشکلی نخواهد بود. اگر آن ولادت نارمل نبوده است، از او سوال نمائید که چرا ولادت طولانی بوده است؟ آیا خانم کمخونی داشته است؟ کدام مریضی؟ خوردن بودن استخوان ها؟ کلان بودن طفل؟ آیا طفل در یک وضعیت مشکل قرار داشته است؟ آیا خانم بسیار ترسیده بود؟

با در نظر داشت آنکه چه چیزهایی دریافت نمودید، خواهید توانست برایش توصیه های طبی بکنید.

آیا خانم یک ولادت بسیار کوتاه داشته است (کمتر از 2 ساعت)؟

اگر مادر در سابق یک ولادت بسیار کوتاه داشته است، خود را مطمئن سازید که خانم و خانواده اش میدانند در صورتیکه شما نتوانستید به موقع به او برسید چه کاری را انجام دهند. ممکن است نیاز باشد تا شما یکمقدار وقت خود را به تدریس خانواده شان در مورد اینکه چطور طفل را ولادت دهند و چگونه در صورت بروز حالات عاجل مثل خونریزی زیاد با آن برخورد نمایند تدریس نمایند. فصول 2 و 13 دیده شود.

آیا خانم ولادت مقدم داشته است (صفحه 233 دیده شود)؟

اگر یک خانم بیشتر از 5 هفته قبل از موعد معین کدام ولادت داشته بوده باشد، از او سوال شود که آیا علایم انتانات مهیلی را دارد (صفحات 362 - 365 دیده شود). در صورت ممکن در ماه های 6 و 7 حاملگی توسط یک داکتر عنق رحم خانم معاینه شود که آیا امکان دارد قبل از وقت باز شود. در صورتیکه این طفل نیز قبل از موعد معینه تولد شود آماده گی داشته باشید.

آیا خانم در سابق نوزادی داشته که کمتر از 2.5 کیلوگرام یا 5 پوند وزن داشته بوده باشد؟

دریافت نمائید آیا طفل بیشتر از سه هفته قبل از تاریخ متوقعه ولادت تولد شده باشد. اگر مادر به موعد معینه ولادت کرده باشد در آنصورت موجودیت فشار بلند خون، کمخونی یا پری اکلامپسی را دریافت نمائید. همچنان سوال نمائید که آیا خانم به اندازه کافی غذا خورده است و یا اینکه آیا سگرت یا ادویه مخدر را استفاده می نموده است؟

بدقت بررسی نمائید که آیا این طفل بصورت عادی نشو و نما می نماید؟ برای مواظبت طبی در صورتیکه این طفل همچنان بسیار کوچک باشد آماده گی داشته باشید.

آیا خانم در سابق نوزادی داشته که بیشتر از 4 کیلوگرام یا 9 پوند وزن داشته بوده باشد؟

دریافت نمائید که آیا ولادت آن مشکل بوده است علایم مرض شکر را جستجو نمائید (صفحه 88 دیده شود). دقیقانه بررسی نمائید که آیا این طفل همچنان کلان معلوم میشود؟ در صورت امکان مشوره طبی بگیریید و مادر را از نظر مرض شکر معاینه نمائید.

آیا خانم تشنجات (اختلاجات) داشته است؟

در صورتیکه خانم در یکی از حاملگی ها یا ولادت های قبلی اش اختلاجات داشته بوده باشد، حالا کمک طبی بگیریید. خانم باید در تمام جریان حاملگی زیر مواظبت طبی بوده و ولادت آن همیشه در یک شفاخانه صورت گیرد

آیا خانم در ولادت های گذشته، قبل یا بعد از ولادت خونریزی زیاد داشته است (صفحات 100 و 101) ؟

در صورتیکه خانم در ولادت های قبلی خونریزی زیاد داشته بوده باشد ممکن است دوباره آن حالت پیداشود از نظر علایم کمخونی خانم را بررسی نمائید در صورت امکان باید در شفاخانه بوده و در آنجا ولادت نماید.

آیا خانم کدام مشکلی با پلاستنا (همراه) داشته است؟

اگر در ولادت های قبلی پلاستنا به آسانی خارج نشده باشد بسیار امکان دارد که دوباره همان حالت بوجود آید، مشوره طبی بگیرید.

آیا در جریان ولادت قبلی خانم تب و یا انتانات رحم داشته است (صفحه 298) ؟

دریافت نمائید که آیا آبله (خریطه آب) قبل او وقت و در مراحل مقدم ولادت پاره شده بود و یا اینکه آیا خانم چندین مرتبه معاینه مهبلی شده بود؟ این ولادت ممکن است خوب باشد مگر خطر میکروبی شدن آن نظر به دیگر خانم ها بیشتر است. خود را مطمئن سازید که خانم از نظر علایم التهاب مهبلی (صفحات 362 - 365) بررسی شده باشد و مشوره طبی دریافت کنید.

آیا خانم بعد از ولادت بسیار دلگیر (افسرده) بوده است؟

اگر خانم بعد از ولادت قبلی اش افسرده گی داشته، شانس اینکه دوباره واقع شود موجود است. در صورت بوجود آمدن آن برای کمک آماده گی داشته باشید (صفحه 301 دیده شود).

آیا طفل قبلی اش سوء تشکلات ولادی داشته است (صفحات 294 - 295 دیده شود)؟

بعضی سوء تشکلات ولادی فامیلی میباشند. در مورد نوع سوء شکل و اینکه آیا شخص دیگری در فامیل خانم یا فامیل شوهرش به آن مصاب بوده است، سوال کنید در صورت موجودیت مشوره طبی بگیرید.

آیا طفل قبل ، در جریان یا بعد از ولادت مریض بوده با فوت کرده است؟

دریابید که آیا طفل نارمل بوده یا سوء تشکلات داشته است؟ اگر طفل صحتمند بوده و بعداً فوت شده خانم ضرورت به معاینه مخصوص خون خواهد داشت .

مطمئن باشید که خانم از نظر فشار بلند خون (صفحات 107 تا 109 دیده شود)، مرض شکر (صفحه 88)، کمخونی (صفحات 110 و 111)، سوء تغذی (فصل 4) و مریضی ها معاینه شده است. مشوره طبی بگیرید.

7. آیا خانم در سابق سزارین شده است (تولد طفل با عملیات)؟

در عملیات سزارین داکتر شکم و رحم مادر را باز مینماید تا طفل را خارج کند. بعد از خارج ساختن طفل داکتر رحم و شکم را دوباره میدوزد و بسته میکند. این عمل سبب میشود که یک ندبه در رحم و ندبه دیگر در شکم بوجود آید. بعضی اوقات عملیات سزارین بخاطری انجام می شود که طفل نظر به لگن خاصره مادر بسیار کلانتر بوده و امکان اینکه داخل لگن خاصره شود موجود نیست.

بعضی اوقات بخاطری این عمل صورت میگیرد تا طفل بزودی از شکم مادر خارج ساخته شود. زمانیکه خانم دوباره حامله میشود یک شانس کمی وجود دارد که در جریان ولادت رحم خانم از ناحیه همان ندبه پاره شود. و اگر این حالت بوجود آید مادر خونریزی داخلی خواهد داد و خواهد مرد. برای یک خانم حامله ایکه قبلاً عملیات سزارین شده باشد مطمئن تر است اگر در شفاخانه ولادت نماید. ممکن است خانم ضرورت نداشته باشد که این مرتبه باز عملیات شود مگر ولادت خانم باید در شفاخانه باشد که اگر کدام مشکلی بوجود آمد برایش رسیدگی صورت گیرد. اگر خانم خطرات رامیدانست و باز هم نمی خواست که در شفاخانه ولادت نماید پس باید در یک جایی نزدیک شفاخانه ولادت داده شود. قبل از ولادت، آمادگی دسترسی به مواظبت های شفاخانه را داشته باشید تا در صورتیکه کدام مشکل در جریان ولادت پیدا شود، از آن استفاده نمائید.



این ندبه کمتر امکان دارد که در هنگام ولادت باز گردد.



این ندبه بسیار امکان دارد که در هنگام ولادت باز گردد.

اگر یکی از موضوعات ذیل واقعیت داشته باشد، آن خانم باید حتماً برای ولادت به شفاخانه برود:

- در صورتیکه خانم بخاطر عدم تطابق طفل با لگن خاصره عملیات سزارین شده باشد.
- عملیات سزارین کمتر از دو سال قبل صورت گرفته باشد.
- طفل بسیار کلان بوده و یا در یک وضعیت مشکل برای ولادت قرار داشته باشد.
- در صورتیکه دیگر علایم خطر حاملگی نزد خانم موجود باشد.

8. آیا خانم صحتمند است؟

حاملگی و ولادت میتوانند بیشتر خطرناک باشد، اگر خانم مریض باشد. اگر خانم یکی از مشکلات ذیل را فعلاً داشته باشد بخاطر پلان کردن نیاز مندی های دوران حاملگی و تصمیم درمورد اینکه آیا لازم است تا در شفاخانه ولادت نماید. کمک طبی بگیرد:

- مرض شکر (دیابت)
- مرض ایدز
- انتانات کرده و مئانه
- تب بیشتر از 40 درجه سانتی گراد یا 104 درجه فارنهایت برای بیشتر از دو روز
- امراض جگر (هیپاتیت بخصوص هیپاتیت ب)
- اختلاجات
- فشار خون بلند
- مشکلات قلبی
- توبرکلوز تداوی نشده
- سوء اشکال مفاصل بالای ران و یا قسمت پائینی کمر.

اگر یک خانم حتی یکی از مشکلات ذیل را در سابق داشته بوده باشد، یک داکتر یا کارکن صحتی با تجربه را در جریان حاملگی برای دریافت اینکه آیا هنوز مشکل دارد یا خیر؟ ملاقات نماید.

- هیپاتیت
- انتانات کرده و مئانه
- تب متکرر
- توبرکلوز (سل)

ملاریا:

ملاریا یک مرض میکروبی خون بوده که سبب تب بلند و لرزه میشود. ملاریا توسط پشه انتقال می یابد. درجریان حاملگی بسیار امکان دارد که خانم ها مصاب ملاریا شوند. ملاریا میتواند سبب ولادت جنینی، ولادت مقدم، طفل بسیار خورد و یا حمل مرده (طفل مرده تولد میشود) گردد.

در صورتیکه شما در مناطقی زندگی مینمائید که واقعات ملاریا بسیار زیاد است برای تمام خانم های حامله خوب خواهد بود تا برای وقایه از ملاریا دوا بگیرند. سازمان صحتی جهان گرفتن 2 تابلیت کلوروکین 250ملی گرام را در هر هفته درجریان حاملگی توصیه می نماید. با مراکز صحت عامه منطقه خود بتماس شوید که آیا آنها نیز عین پروگرام را توصیه می نمایند یا خیر.

شما همچنان میتوانید ملاریا را با تشویق خانم ها به کارهای ذیل وقایه نمائید:

- استفاده از پشه خانه های آلوده با حشره کش ها
- از بین بردن تمام آب های ایستاده ایکه در آن امکان تکثر پشه ملاریا موجود است
- از بین بردن پشه ولاروای آنها به هر طریقه ممکنه

اگر خانم قبلا ملاریا داشته باشد باید تابلیت های 250 ملی گرام کلوروکین را مطابق تقسیم اوقات ذیل بگیرد:

- روز اول 4 تابلیت در شروع و 2 تابلیت 6 ساعت بعد
- روز دوم 2 تابلیت
- روز سوم 2 تابلیت

در صورتیکه ادویه فوق موثر واقع نشد، خانم باید مشوره طبی بگیرد.

9. آیا خانم علایم مرض شکر (دیابت) را دارد؟

زمانیکه یک خانم مصاب مرض شکر باشد طفل وی نمی تواند از شکر موجوده درخون مادر استفاده نماید. مرض شکر از یک شخص به شخص دیگر سرایت نمی نماید. مگر بعضا این مرض بصورت فامیلی میباشد. گاهی خانم ها تنها زمانی مرض شکر پیدا می کنند که حامله شوند، آنها قبلا مرض را نداشته و بعد از ولادت مرض برطرف خواهد شد.

مرض شکر خانم را بسیار مریض ساخته وولادت طفل را بیشتر خطرناک می نماید. طفل وی ممکن است سوء اشکال ولادی پیدا نموده، بسیار بزرگ ویا بسیار علیل بوده وبعد از تولد بمیرد.

علایم خطر:

اگر یک خانم بعضی از این علایم خطر را داشته باشد شانس اینکه مصاب مرض شکر باشد موجود است. ضرورت نیست که تمام این علایم را برای مرض شکر داشته باشد. اما هر قدر علایم بیشتری داشته باشد به همان اندازه امکان اینکه مرض شکر داشته باشد بیشتر است.

- چاقی
- مرض شکر در حاملگی های قبلی
- تولد یک یا بیشتر اطفال قبلی با وزن زیاد (بیشتر از 4 کیلوگرام یا 9 پوند) یا مرگ طفل بعد از ولادت بدون علل واضح
- رحم بزرگتر از انتظار نظر به ماه های حاملگی
- تشنگی دوامدار
- سن بیشتر از 35 سالگی
- التیام بسیار بطی زخم ها
- ادرار نمودن بیشتر از دیگر زنان حامله

همچنان میتوانید از بخش های صحی منطقوی خود بپرسید که آنها برای شناخت مرض شکر چه توصیه هایی دارند .

چه کاری انجام داده شود:

بعضی اوقات مرض شکر میتواند با یک رژیم غذایی خوب، استراحت و تمرینات کنترل شود. گاهی برای جلوگیری از مشکلات وخیم به دوا ضرورت می باشد. اگر یک خانم در سابقه مرض شکر داشته بوده باشد، حالا برایش توصیه دوائی بنمایید. تداوی دوائی مناسب در جریان حاملگی میتواند از بسیاری مشکلات جلوگیری نماید.

اگر شما مشکوک میباشید که ممکن است خانم درحاملگی های سابقه مصاب مرض شکر بوده باشد، باید آزمایش طبی شود. بهترین زمان این آزمایش ماه ششم یا هفته 24 حاملگی است.

اگر خانم مصاب مرض شکر باشد، باید کمک طبی بگیرد. او باید پلان نماید که در شفاخانه ولادت نماید . اگر کمک طبی موجود نباشد ، باید یک رژیم خوب غذایی را تعقیب نماید (فصل4 دیده شود) از خوردن شیرینی ها اجتناب نماید و به مقادیر کم و دفعات بیشتر غذا بخورد. شما باید مشوره طبی بگیرید که چگونه برای مادر کمک نمائید تا یک طفل صحتمند داشته باشد.

10. آیا خانم واکسین تیتانوس شده است؟ اگر بلی، چه وقت آخرین واکسین را گرفته است؟

تیتانوس در نتیجه داخل شدن میکروب ایکه در مواد فاضله حیوانی و انسانی زندگی مینماید، از طریق یک زخم به بدن بوجود میاید. زمانیکه یک چیز ناپاک و تعقیم نشده، داخل رحم و مهبل یک خانم در جریان یا بعد از ولادت (زمانیکه خانم هنوز خونریزی دارد) گذاشته شود، سبب بوجود آمدن مرض تیتانوس می گردد.

در صورتیکه ناف طفل توسط چیزهای ناپاک و غیر معقم قطع گردد سبب بوجود آمدن تیتانوس نزد طفل می شود. تمام اطفال و خانم ها در سنین باروری باید واکسین تیتانوس را بگیرند تا از مرض تیتانوس وقایه شوند. سازمان صحی جهان تقیسم اوقات ذیل را برای واکسین ضد مرض تیتانوس توصیه مینماید:

- زرق اول: در اولین مراجعه خانم بین 14 تا 45 سالگی به کلینیک یا مرکز واکسین.
- زرق دوم: یک ماه بعد از زرق اول.
- زرق سوم: 6 ماه بعد از زرق دوم.
- زرق چارم: یک سال بعد از زرق سوم.
- زرق پنجم: یک سال بعد از زرق چهارم.



بر علاوه هر خانم حامله باید در اولین معاینه دوران حاملگی در هر حاملگی واکسین شود (چون ممکن است بعداً مراجعه ننماید). از مرکز صحی مربوطه خود بپرسید که خانم به کجا باید برای واکسین شدن برود و یا اگر خود شما میتوانید، اینکار را انجام دهید.

اگر یک خانم حامله مکمل واکسین نشده باشد (تعقیب تقسیم اوقات فوق) و یا بیشتر از 10 سال از آخرین زرق واکسین وی گذشته باشد نیز باید در اولین ملاقات حاملگی یک زرق واکسین بگیرد. بر علاوه یک تا دو ماه بعد زرق دوم نیز برایش داده شود.

اگر خانم هیچگاه واکسین نشده باشد در اولین ملاقات حاملگی یک زرق واکسین برایش بدهید و بعد 1 تا 2 ماه بعد تر زرق دوم و در صورت امکان 6 ماه بعد زرق سوم واکسین تیتانوس بایش تطبیق شود.

واکسین نمودن در جریان حاملگی همچنان از مصاب شدن طفل به مرض تیتانوس در جریان چند هفته اول بعد از ولادت جلوگیری مینماید طفل باید بعد از ولادت واکسین شود تا معافیت وی دوام نماید (صفحه 229 دیده شود)

11. آیا در مقابل کدام دوام حساسیت دارد؟



اگر یک دوا برای خانم کدام مشکلی پیدا کرده باشد (مانند اندفاعات، ورم و یا مشکلات تنفسی) برایش آن دوا را ندهید. ممکن است خانم به آن دوا حساسیت داشته باشد. اگر خانم آن دوا را دوباره در مابقی دوران زندگی بگیرد ممکن است سبب مشکلات جدی برای خانم و حتی مرگ شود.

بسیار خوب است که اسم دوا را یاد داشت نمائید و درمورد آن با یک داکتر یا کارکن صحتی ماهر صحبت نمائید. اطمینان حاصل نمائید که هر کس دیگر که می خواهد به خانم حامله دوا تجویز نماید در مورد آن میفهمد. برای خانم تشریح نمائید که او هیچگاه دوباره همان دوا را استفاده ننماید و باید همیشه خانم در صورت مراجعه به داکتر یا کارکن صحتی این مشکل را یاد آوری نماید.

یادداشت: بعضی انواع ادویه شامل فامیل دوائی خاص می شوند، طور مثال پنیسیلین و امپی سیلین یک فامیل اند به این دلیل است که اسم های مشابه دارند. اگر یک خانم بمقابل یکی از دواهای یک فامیل دوائی حساسیت دارد ممکن است درمقابل دیگر ادویه همان فامیل نیز حساس باشد.

مگر یک خانم ای که در مقابل یک دوا یا یک فامیل دوائی حساسیت دارد نباید از تمام ادویه ترس داشته باشد ادویه دیگر به اندازه افراد دیگر برایش مطمئن است.

12. آیا خانم فعلاً کدام دوائی می گیرد؟



بسیار خوب است که یک خانم در جریان حاملگی از تمام انواع ادویه مدرن و گیاهی پرهیز نماید. بسیار دواهایی وجود دارند که میتوانند باعث زیان های به طفل شوند.

اگر یک خانم ضرورت دارد که یک دوا را بگیرد، در صفحات سبز این کتاب ببینید که آیا آن دوا برای حاملگی مصون است. اگر آن دوا در جمله ادویه مطمئن لست نشده باشد خانم حامله باید مشوره طبی بگیرد.



13. آیا خانم نگرانی خاص در رابطه به این ولادت دارد؟

زمانیکه شما این سوال را مطرح می نمائید برای خانم وقت بدهید تا فکر نماید. ممکن این هم یک نظر خوب باشد که این سوال را در هر معاینه قبل از ولادت مجدداً پرسان نمائید. در صورتیکه بدقت بشنوید ممکن است زمانیکه درمورد دیگر موضوعات نیز صحبت می نمائید به این سوال خود جواب بیابید.

14. آیا خانم کدام مشکل یا ضرورت خاص دارد؟

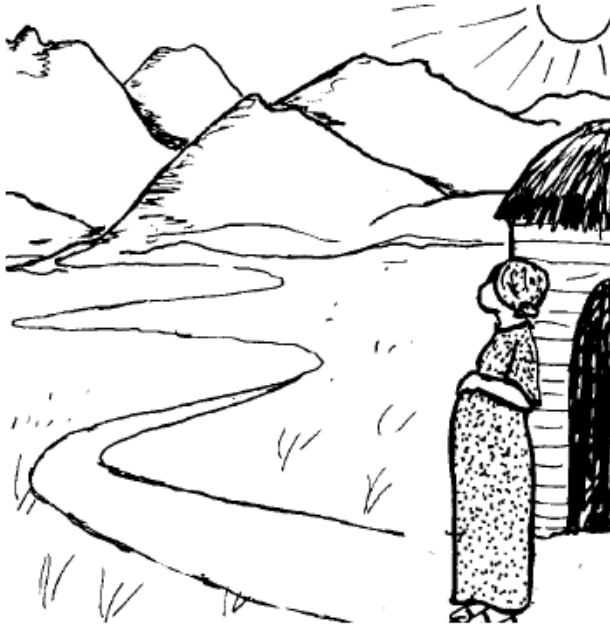
درین جا بعضی موضوعاتیست که ممکن شما می‌خواهید در مورد آن بدانید.

ضرورت های فیزیکی:

پول

آیا خانم (یا دوستان یا اعضای خانواده) پول کافی برای پرداخت به موارد ذیل دارند.

- غذای صحی
- اکمالات
- ادویه و زرقیات
- فیس داکتر یا شفاخانه
- انتقالات



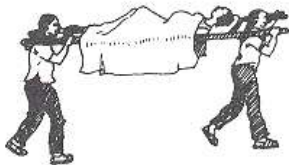
فاصله از مرکز مواظبت خانم های حامله:

- آیا خانم میتواند بخاطر معاینات قبل از ولادت به شما مراجعه نماید؟ شما خواهید توانست نزدش بروید؟
- در صورتیکه خانم بسیار دورزندگی میکند آیا شما میتوانید او را بیاموزانید که خودش بعضی معاینات قبل از ولادت را انجام دهد؟
- کلینیک شفاخانه یا زایشگاه چقدر دور است؟ آیا خانم ضرورت خواهد داشت تا درجائی زندگی نماید که به مراقبت طبی نزدیک تر باشد؟
- آیا کدام تلفون یا مخابره ایکه در صورت بروز یک واقعه عاجل بتواند از آن استفاده نماید وجود دارد؟



انتقالات:

- آیا خانم ضرورت خواهد داشت که برای معاینات قبل از ولادت کمک بگیرد ویا دریک واقعه عاجل به شفاخانه برود؟
- آیا کدام موتر (خورد یا کلان)، اسب، ریکشا و یا کراچی موجود است که خانم بتواند از آن استفاده نماید؟ اگر هیچ یک ازین چیزها موجود نباشد 2 پایه چوبی را داخل یک کمپل پیچانیده و دریک واقعه عاجل خانم میتواند توسط دونفر انتقال گردد.



کار خانم:

- خانم درخانه ودر خارج خانه چقدر کار میکند؟
- آیا خانم میتواند به اندازه کافی در جریان حاملگی استراحت نماید؟
- آیا کار خانم او را مواجهه به خطراتی مانند زهریات و مواد کیمیای می سازد (صفحه 61)؟ آیا خانم میتواند از خطرات کار محافظت شود؟

حالت زندگی :



- آیا خانه خانم بسیار مزدحم است؟ آیا ساحة اطراف خانه مزدحم و کثیف است؟
- آیا آب پاک قابل دسترس است؟
- آیا کدام یکی از اعضای فامیل خانم مریضی جدی دارد که میتواند خانم نیز به آن مصاب گردد (امراض ساری)؟

خانواده و جامعه:



- آیا خانواده خانم ضرورت های او را می فهمند؟
- آیا کسی در خانواده و یا جامعه وجود دارد که اورادر رابطه به این حاملگی و اطمینان از اینکه خوبت غذا میخورد و استراحت می نماید کمک کند و کسی هست که با او صحبت نماید؟
- چه کس دیگر کمک کرده میتواند (کلینیک ، ادارات محلی ، ارباب، یک پروگرام دولتی)؟
- آیا خانم میتواند چیز هائیرا که برای ولادت نیاز دارد قرض بگیرد (تکه پاک و دوی ضد میکروبی)؟

قابل تشکر نیست.



بسیار تشکر.

- آیا کسی هست که در صورت بروز یک حالت عاجل پیام ها را انتقال دهد؟

عقاید و عادات:



- آیا خانم عقاید یا عادات سنتی دارد که مفید یا مضر باشد؟ (صفحات 23 - 28 دیده شود).
- اگر خانم عقاید مضر داشته باشد، آیا راه های وجود دارد که با وجود اینکه احترام شما بجای باشد برای خانم کمک نمائید؟

گروپ های خاص:

مادر مجرد:

در بعضی جوامع مردم با یک مادر مجرد که شوهر یا شریک زندگی دیگری ندارد تا او را کمک نماید نا مهربان میباشند. مگر ما عقیده داریم که مادران مجرد و اطفال شان به همان اندازه محبت و مواظبت نیاز دارند که دیگران دارند، و حتی اغلباً بیشتر از آن. آنها را مردود نشمارید کمکی را که میتوانید برای این خانم ها انجام دهید.

مادران بسیار جوان و مادران معیوب :

مادران بسیار جوان، معیوب یا مادرانیکه تأخر عقلی دارند ممکن است که کمک و تقویت بیشتری نظر به دیگر خانم ها در جریان حاملگی و بعد از ولادت ضرورت داشته باشند. اگر خانواده خانم نمی توانند برایش کمک نمایند ممکن بعضی دوستان و زنان با تجربه جامعه بتوانند برایش کمک نمایند. کوشش کنید تا به این خانم ها بیاموزانید که از خود و اطفال خود چگونه مواظبت نمایند. اگر شما همه کارها را برایشان انجام دهید آنها نخواهند آموخت. تنها زمانی آنها را کمک نمائید که به کمک نیاز دارند.

خانم هائیکه بر آنها تجاوز شده است (مقاربت جنسی با جبر):

بعضی خانم ها یا دختران از سبب تجاوز جنسی حامله می شوند. بسیار مهم است بخاطر داشته باشید که تجاوز جنسی اشتباه یک خانم نمی باشد. خانم کثیف و آلوده نیست هیچکسی نباید به او احساس گناه و شر مساری بدهد. در عوض وی به مواظبت خاص، لطف و کمک برای التیام ضرورت دارد. خانم لازم خواهد داشت تا از نظر ایدز و دیگر امراضیکه میتواند از طریق مقاربت جنسی انتقال یابد معاینه گردد.



اگر خانم درمورد اینکه چگونه بوسیله یک سقط به حمل اش خاتمه دهد فکر میکند کوشش نمائید تا برایش کمک کنید که واضحاً درمورد اینکه چه فکر میکند و چه کاری را واقعاً میخواهد انجام دهد فکر نماید. اطمینان حاصل نمائید که از خانم خوب مواظبت طبی بعمل آمده است.

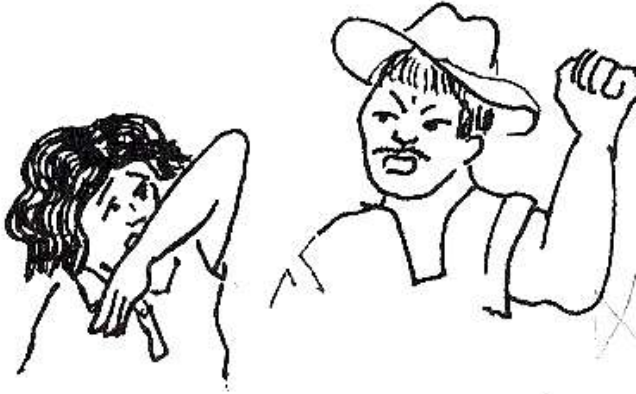
بعضی اوقات خانمیکه مورد تجاوز قرار گرفته از اینکه به بدنش تماس صورت گیرد می ترسد. او ممکن نخواهد که هیچکس در هنگام معاینه قبل از ولادت بدنش را تماس کند. کوشش نمائید تا خانم احساس اطمینان و راحت نماید. قبل از آن که برای معاینه به او تماس می نمائید باید انتظار بکشید که او از نظر روحی آماده شود.

زمانیکه او را معاینه می کنید به آهستگی پیش بروید تشریح نمائید که چه میخواهید انجام دهید.

بعضی اوقات خانمیکه در اثر تجاوز جنسی حامله شده است از حمل طفل مشکل و نارحتی احساس می کند. درین صورت کوشش نمائید تا برایش بفهمانید که طفل به تجاوز هیچ سهمی نداشته است. این میتواند برای خانم کمک کند تا با کسی درمورد احساس خود صحبت نماید.

خانم هانی که مورد لت و کوب قرار گرفته اند:

در بعضی نقاط جهان مردم فکر میکنند که یک مرد میتواند خانم خود را لت و کوب نماید. لت و کوب خانم اغلباً زمانی شروع شده و یا ازدیاد می یابد که خانم حامله شود. یکتعداد دیگر مردها ممکن است خانم های خود را لت کوب ننمایند مگر ممکن است با دادن فحش و ناسزا آنها را از نظر روانی زجر بدهند.



یک خانم ممکن اعتراف ننماید که شوهرش او را لت و کوب نموده است. او ممکن است شرم نموده و یا میترسد که درین مورد صحبت نماید. اگر شما علایم کبودی سوختگی و یا شکستگی استخوان ها را به تکرار در بدن یک خانم مشاهده مینمائید ممکن است علایم لت و کوب خانم باشد.

ممكن است علایم لت و کوب خانم باشد.

یادداشت : هیچگاه قابل قبول نیست که یک خانم لت و کوب شود. لت و کوب میتواند سبب جروحات و بعضاً مرگ شود. ماتمام کارمندان صحتی و فعالان جامعه را تشویق می نمائیم تا در جهت توقف لت و کوب زنان یکجا باهم کار نمایند.

فاحشه ها:

فاحشه ها مانند تمام زنان سزاوار مواظبت صحتی در جریان حاملگی اند. از آنها هما نظور مواظبت نمائید که از هر خانم دیگر در زمان حاملگی مواظبت میکنید.

خانمیکه منحصت یک فاحشه کار مینماید ممکن مواجه به امراض مختلف گردد. نظر خوب است که اگر بخاطر یک معاینه مکمل و بخاطر اینکه از نظر ایدز یا دیگر امراض زهروی (فصل 25) معاینه گردد بیک مرکز صحتی برود.

زمانیکه شکم خانم بزرگ شده میرود ممکن دیگر قادر به ادامه کار نباشد. ممکن است او خانه اش را ترک بگوید. او ممکن است پول کافی برای غذا و یا مواظبت صحتی نداشته باشد. مردم با او نا مهربان خواهند بود. کوشش نمائید برایش کمک کنید تا چیزی را که ضرورت دارد بدست بیاورد. در مورد او شما قضاوت نکنید "قضاوت را به مراجع عدلی بگذارید".



بعد از پرسیدن سولات این فصل زمان آن میرسد تا اولین معاینه منظم قبل از ولادت خانم را آغاز نمائید. بسیار خوب خواهد بود که این معاینه را درعین روز انجام دهید. (زمانیکه شما مصروف صحبت با مادر هستید میتوانید صفحات 97 تا 102 را نادیده گرفته و صفحه 103 را درمورد معاینه بدن مادر باز کنید تا به معاینه منظم مادر شروع نمائید).