

# یک برنامه تولد بسازید

اگرچه شیوع بیماری Covid-19 دائماً در حال تغییر است، اما March of Dimes می‌داند که هنوز هم هر روز نوزادان متولد می‌شوند. این سند برای شما طراحی شده تا بتوانید ترجیحاتی که بر اساس خط‌مشی‌های محل تولد مورد نظر خود مشخص کردید مورد ارزیابی قرار بگیرند. در پایان یک مجموعه پرسش مشاهده خواهید کرد که باید در زمان آماده‌سازی برای تولد نوزاد، از ارائه‌دهنده خود بپرسید.

**3** آیا در طول دوران بارداری و تولد گزینه‌ای برای دریافت حمایت غیرحضوری وجود دارد؟

گزینه‌های غیرحضوری:

Skype  به صورت تلفنی

Facebook  FaceTime

WhatsApp  Zoom

**4** آیا می‌توانید دستگاهتان را به همراه بیاورید (تلفن/iPad)؟  
بله  خیر

آیا در بیمارستان دسترسی به WiFi وجود دارد؟  
بله  خیر

آیا بیمارستان برای دریافت خدمات غیرحضوری دستگاهی ارائه می‌کند؟  
بله  خیر

**5** در هنگام زایمان می‌خواهید چه حمایت‌هایی دریافت کنید؟  
کمک به تنفس

کمک برای تحمل انقباضات

ماساژ

کمک برای جابجایی

استفاده از ابزار زایمان (توپ تولد، توپ بادام زمینی شکل)

حسی (نورپردازی، موسیقی)

سایر

**1** در نظر دارید فرزندتان را کجا به دنیا بیاورید؟

**2** آیا یک شخص حامی می‌تواند در طول زایمان حضور داشته باشد؟ اگر پاسخ مثبت است، حامی اصلی شما چه کسی است؟

نام \_\_\_\_\_

تلفن \_\_\_\_\_

این شخص:

همسر شما است  پدر نوزاد شما است

یکی از اعضای خانواده است  دوست شما است

روحانی است  همراه زائوی شما است

نام شما

\_\_\_\_\_

نام و اطلاعات تماس ارائه‌دهنده شما

\_\_\_\_\_

تاریخ تولد نوزاد

\_\_\_\_\_

نام و اطلاعات تماس ارائه‌دهنده نوزاد شما

\_\_\_\_\_

**6** آیا می‌خواهید در طول زایمان جابجا می‌شوید؟

بله  خیر

در طول زایمان مایل هستید در چه وضعیتی باشید؟

دراز کشیده

نشسته

ایستاده

سایر \_\_\_\_\_

**7** برای کمک به انجام بهتر زایمان، چه دارویی می‌خواهید؟

\_\_\_\_\_

**8** آیا می‌خواهید در طول اولین ساعت پس از زایمان، با نوزاد خود

تماس پوست به پوست داشته باشید؟

بله  خیر

**9** آیا می‌خواهید بند ناف با تأخیر جدا شود؟

بله  خیر

**10** می‌خواهید چه کسی بند ناف را قطع کند؟

\_\_\_\_\_

**11** آیا مایل هستید بند ناف نوزاد خود را نگهداری/اهدا کنید؟

بله  خیر

**12** آیا می‌خواهید نوزاد شما پس از زایمان همیشه همراه شما باشد؟

یا اشکالی ندارد اگر مدتی را در شیرخوارگاه بگذرانند؟

همیشه همراه شما باشد

اشکالی ندارد در شیرخوارگاه باشد

**13** آیا در نظر دارید به نوزادتان شیر مادر بدهید؟

بله  خیر

**14** آیا مایل هستید در زمان حضور در بیمارستان با یک مشاور

شیردهی ملاقاتی داشته باشید؟

بله  خیر

**15** آیا می‌خواهید پیش از دادن پستانک یا شیرخشک به نوزاد

به شما اطلاع داده شود؟

بله  خیر

**16** اگر نوزاد شما پسر است، آیا می‌خواهید ختنه شود؟

بله  خیر

**17** آیا مراسم خاصی وجود دارد که مایل هستید پس از تولد

نوزاد انجام شود؟

بله  خیر

شرح دهید \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**18** تلفن تماس اضطراری شما متعلق به چه کسی است؟

نام \_\_\_\_\_

نسبت با شما \_\_\_\_\_

تلفن \_\_\_\_\_

**19** آیا مسئله دیگری وجود دارد که کارکنان بیمارستان یا زایشگاه

باید درباره شما یا تولد نوزادتان از آن مطلع باشند؟

بله  خیر

شرح دهید \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**20** آیا کلمات یا اصطلاحاتی وجود دارد که مایل «نیستید» تیم

مراقبت بهداشتی از آن استفاده کنند؟

بله  خیر

شرح دهید \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**21** آیا ترجیح می‌دهید تعداد کارکنان مراقبت بهداشتی که وارد

اتاق شما می‌شوند محدود باشد؟

بله  خیر

## زمانی که برای زایمان آماده می‌شوید، با مرکز بهداشتی تماس بگیرید و این سؤالات را بپرسید:

- 1** آیا می‌توانم همسر یا همراه داشته باشم؟  
\_\_\_\_\_
- 2** اگر اجازه ندارم یک همراه داشته باشم، بیمارستان برای ارائه حمایت غیرحضوری چه خط‌مشی و رویه‌ای دارد؟  
\_\_\_\_\_
- 3** اگر اجازه ندارم همراه داشته باشم، کارکنان شما چطور از من حمایت نموده و به من در مدیریت نیازهای عاطفی و فیزیکی در طول زایمان و زمان تولد کمک می‌کنند؟  
\_\_\_\_\_
- 4** چگونه در طول زمان زایمان و تولد از من و نوزادم در مقابل بیماری COVID-19 حفاظت می‌شود و چه قوانینی در رابطه با پوشیدن ماسک برای زنان زایمان و تازه زایمان کرده وجود دارد؟  
\_\_\_\_\_
- 5** آیا برای آماده کردن مادر جهت زایمان و تولد نوزاد، تور مجازی بیمارستان وجود دارد؟  
\_\_\_\_\_
- 8** اگر نتیجه آزمایش COVID-19 مثبت بود، چه اتفاقی می‌افتد؟  
\_\_\_\_\_
- 9** اگر آزمایش COVID-19 نوزادم مثبت بود، چه اتفاقی می‌افتد؟  
\_\_\_\_\_
- 10** میانگین فاصله زمانی برای ترخیص مادر و نوزاد پس از انجام زایمان چقدر است؟  
\_\_\_\_\_
- 11** پس از تولد نوزاد، خط‌مشی بیمارستان شما برای ملاقات کنندگان چیست؟  
\_\_\_\_\_
- 12** آیا بیمارستان خط‌مشی زایمان و تولد ویژه دیگری دارد که باید از آن اطلاع داشته باشم؟  
\_\_\_\_\_

### وقتی به بیمارستان رسیدید، بپرسید:

- 1** آیا خط‌مشی‌های بیمارستان برای زایمان و تولد نوزاد تغییر کرده است؟  
\_\_\_\_\_
- 2** آیا زمانی که زایمان شروع می‌شود اجازه دارم به اطراف جابجا شوم؟  
\_\_\_\_\_
- 3** برای خوردن و نوشیدن در هنگام زایمان قوانینی وجود دارد؟  
\_\_\_\_\_
- 6** اجازه دارم چه چیزهایی را همراه خود به بیمارستان بیاورم؟  
\_\_\_\_\_
- 7** آیا از من آزمایش COVID-19 گرفته می‌شود؟  
\_\_\_\_\_