

تم التفكير في هذا الدليل لشرح الطريقة التي سنصاحب بها الأبوبين المستقبليين أثناء الولادة الطبيعية بمستشفى لا أريثشاك، حيث سنجعلها بطلا ميلاد طفلها.

الولادة الطبيعية هي العملية التي تنهى بها النساء حملهن (بعد انتهاء 37 و42 أسبوعاً). بدايتها تلقائية وتنتهي بميلاد الطفل حديث الولادة الذي يتمتع بصحة جيدة وبلا انتكاسات ولا يحتاج المزيد من التدخل باستثناء مساندة متكاملة وتتسم بالاحترام. في مواقف أخرى يمكن أن تعرف مسبقاً أو قد تظهر أثناء بفائك معنا (كما هو الحال بالنسبة للعملية القيصرية، التوائم، إثارة الولادة، الخ.)، يمكن أن تختلف هذه الرعاية بقدر أكبر أو أقل، تبعاً لكل حالة. لهذا السبب فقد تحدثت فيها الأمور كما نسرده في هذا الدليل.

## كيف سيوفرون الرعاية لي؟

في الولادة الطبيعية تكون الأم ووليدها معنا حتى اليوم الثاني بعد الميلاد.

### 1. عند وصولك

أول شيء هو تقديم بياناتك في الاستقبال، حيث يجب أن تقدمي البطاقة الصحية ووثيقة تعريف شخصية. هناك سنفتح تاريخك الإكلينيكي وسنضع لك إسوار تعريف مهم لسلامتك. عليك أن تقومي بحفظه أثناء كل فترة بفائك في المستشفى. بعدها ستجري الممرضة مقابلة معك لمعرفة سبب مجيئك.

إذا كان الأمر متعلقاً ببداية ولادة، ستقوم مولدة بتقييم حالتك وحالة طفلك وسيؤكد الطبيب دخولك. إن ما كان الأمر كذلك بعد، سننصحك بالعودة إلى البيت وانتظار بداية الولادة بصورة تلقائية. إننا نقوم بذلك لأنه من المعروف أنه يفضل الانتظار على إرباك العملية الطبيعية.

في حالة دخولك المستشفى سنساعدك على تغيير ملابسك وسوف نحفظ متعلقاتك الشخصية وسنجعلك تدخلين منطقة الولادة.

### 2. في منطقة الولادة

إنها حجرة فردية حيث سيكون من الممكن أن يصاحبك الشخص الذي تختارينه أثناء العملية كلها. هنا ستكملين مرحلة توسع الرحم وستولدين وستستمتعين بالساعات الأولى لوليدك.

عند الوصول ستستقبلك المولدة ومساعدة التمريض. إنهما ستتوليان إرشادك ومصاحبتك ورعايتك طوال الوقت. كما ستقومان بفرض الرقابة على تطور الولادة مع الطبيب.

إذا أردت نوعاً ما من المسكنات (كما هو الحال بالنسبة لتسكين فوق الجافية) سوف نبلغ طبيب التخدير بذلك. سيقدم لك هذا الطبيب التسكين الذي طلبته إذا كنت توفين بالشروط لذلك. في حالة أنه ويعكس ذلك تريدين أن تعيشي الولادة بدون مسكنات، سوف تبلغ المولدة طبيب التخدير وستساعدك لاستعمال مناهج بديلة لتخفيف الألم.

حينما تصل ساعة الولادة ستساعدك وتصاحبك المولدة ومساعدة التمريض. هناك تواصل مباشر طوال الوقت مع طبيب الولادة ومع طبيب الأطفال لما لو ظهرت مواقف تتطلب حضورهما. بعد الولادة سوف نسهل التواصل بين جدك وولدك. إننا بهذه الطريقة نود أن نقوي هذه الصلة الخاصة التي تبدأ ساعة الولادة.

أثناء الولادة بإمكانك أن تطلي تصريح الأشخاص المهنيين الذين يرونك لاستعمال الهواتف المحمولة أو الكاميرات لالتقاط الصور. هم سيبلغونك متى يمكن ومتى لا يمكن القيام بذلك. لا يسمح بتسجيل الفيديو في أي لحظة من لحظات الولادة.

بعد الولادة ستبقين بضعة ساعات تحت الملاحظة للتأكد من أن كل شيء مستمر في سيره العادي. خلال هذا الوقت سنسهل أول عملية رضاعة من الأم، كما سنعلمك حول كيفية القيام بالإجراءات لتسجيل الوليد في سجل الحالة المدنية، وهو ما يمكنك القيام به في مستشفانا.

بعد مرور هذا الوقت سنصاحبك حتى الحجرة التي خصصت لك في الطابق. هناك ستستطيعين تقديم ابنك للأسرة.

### 3. في الطابق

عند الوصول ستستقبلكما الممرضة ومساعدة التمريض وستوفران لكما الرعاية اللازمة.

ستمضين يومين هنا تقريباً. خلال هذا الوقت سنكون متيقظين لتطور حالتكما. سوف نفتح دفتراً للطفل وسنجري الاختبارات للوليد لاستبعاد مختلف المشاكل، كما هو الحال بالنسبة لاكتشاف الصم أو اختبار كعب القدم.

يمكن أن تتوفر لك مصاحبة الشخص الذي تختارينه طوال اليوم. إلى جانب ما ذكر، ففي ساعات الزيارة (من الواحدة ظهراً إلى العاشرة مساءً) يكون من الممكن أو يوجد شخص آخر في حجرتك.

في حجرتك يوجد هاتف اتصال ورقمه مكتوب عليه. يمكن أن تعطيه للأقارب ليكونوا على اتصال معك. كما بإمكانك استعمال هذا الهاتف لأخذ موعد والقيام بإجراءات تسجيل ابنك في سجل الحالة المدنية دون الخروج من المستشفى.

أثناء بقاءك في المستشفى سوف نقدم لك النصيحة حول الرضاعة الطبيعية حيث أنه من المعروف أنه أفضل غذاء لطفلك. إن كان عندك أسئلة حول الرضاعة، سيجابوب العاملون في التمريض والمولدة المتخصصة في الرضاعة عليها. سيقوم طبيبا الأطفال والتوليد بمتابعة الأم والوليد حتى خروجهما من المستشفى.

في يوم الخروج من المستشفى سنسلمك تقرير العناية التي يجب أن تتبعتها أنت وطفلك. سنبلغك بالاختبارات التي يتحمل أنه لم تجر بعد ويجب القيام بها، كما سنساعدك على معرفة كيفية القيام بإجراءات أخذ إجازة الوضع المخصصة للأم و/أو الأب.

### الجزء النهائي أو الخلفي من النشرة

في مستشفى لا أريتشاكا يوجد في متناولك فريق من المهنيين الذين يبذلون الجهد لجعل ولادتك الطبيعية عملية طبيعية. أثناء الولادة نود أن نقدم لك ولأسرتك رعاية تتسم بالجودة لكي تعيشها في مجال يتسم بالاحترام والحمومية والسلامة.