

# فايروس كورونا: التخطيط لولادتك

إن سلامتك وسلامة طفلك هي أولويتنا ونحن نبذل قصارى جهدنا لضمان أن تقدم خدمات الأمومة لك بصورة شخصية وآمنة.

إذا كنت قلقة بشأن صحتك أو صحة طفلك الذي لم يولد بعد، يرجى الاتصال بالقابلة أو بفريق التوليد.

خلال جائحة فايروس كورونا، فإن مراحل ولادتك تهمنا جدا. يجب أن تحصلي على الدعم الطبي اللازم لضمان تحقيق ولادة آمنة وإيجابية ، سواء كنت مصابة فايروس كورونا أم لا.

### سوف نحرص على توفير التالي:

- أن تعاملى بكرامة واحترام
- أن يكون لديك شريك ولادة من اختيارك
  - الحصول على خيارات لتخفيف الآلام
  - اتخاذ قرارات مستنيرة بشأن ولادتك
- وجود تواصل واضح من موظفى قسم الأمومة
  - أن تخططي للولادة في مكان مناسب لك
- أن تكوني قادرة على الحركة قدر الإمكان، وأن تلدي في الوضع الذي تختاريه.

سيساعدك التخطيط لمراحل الولادة على الشعور بالاستعداد. نشجعك على توثيق خططك للولادة بأي طريقة تختاريها حيث أن مخططك هذا سيقود فريق الأمومة لضمان أن الرعاية التي يقدمونها تلبي احتياجاتك الفردية.

# تغييرات مؤقتة في خدمات الأمومة

قد تكون بعض التغييرات المؤقتة في خدمات الأمومة ضرورية في هذا الوقت للحفاظ على سلامتك وسلامة طفلك.

ذلك لأنه قد يكون لدينا عدد أقل متاح من موظفى الأمومة. ستكوني قادرة على معرفة أية تغييرات مؤقتة في خدمات الأمومة المحلية من خلال القابلة أو فريق الأمومة. قد تحتوى خدمة الأمومة المحلية أيضاً على موقع على شبكة النت أو صفحة وسائط اجتماعية يتم تحديثها بانتظام. سوف تتخذ خدمات الأمومة المحلية قرارات بشأن أي تغييرات مؤقتة بالشراكة مع النساء وأسرهن. يمكن القيام بذلك من خلال منظمة (شراكة أصوات الأمومة) المحلية.

# إذا كان لديك فيروس كورونا بشكل محتمل أو مؤكد

حتى الآن لا يوجد دليل على أن الإصابة بفايروس كورونا سوف يؤثر على ما إذا كانت الولادة ستكون مهبلية (طبيعية) أو ولادة قيصرية. إذا كانت لديك أعراض محتملة أو مؤكدة لفايروس كورونا، والتي تشمل إرتفاع درجة الحرارة وسعال جديد أو متواصل، سوف تقدم لك النصيحة أن تتم الولادة في وحدة التوليد، وذلك لكي يتمكن فريق الأمومة من رعايتك أنت وطفلك عن كثب والاستجابة بسرعة إذا لزم

سيتم تقديم الرعاية لك في منطقة مخصصة في وحدة الأمومة لإبقائك أنت وكل شخص يستخدم أو يعمل في خدماتنا بأمان قدر الإمكان.

قد تلاحظين أن القابلات وفريق الأمومة يرتدون ملابس واقية ، مثل مآزر أو أقنعة أو حماية للعين. هذه التدابير تحميك أنت وطفلك والعاملين الذين يقومون برعايتك، وتقلل من خطر انتشار العدوى.







# فايروس كورونا: التخطيط لولادتك



لا ينصح بالمخاض أو الولادة في حوض الولادة، لأن التغوط في الهاء، والذي يحدث أحياناً أثناء الولادة، يمكن أن ينقل الاصابة بفايروس كورونا إلى طفلك أو الموظفين الذين يقومون برعايتك. بعد الولادة سيتم تشجيعك على الملامسة الجسدية مع طفلك كالمعتاد، ما لم يكن طفلك مريضا ويحتاج إلى رعاية في وحدة حديثي الولادة.

يحافظ التلامس الجسدي مع طفلك على الدفء وينظم تنفسه ويدعم الترابط ويساعد الأطفال على تعلم الرضاعة. لا يوجد دليل على أن فايروس كورونا يمكن أن ينتقل إلى طفلك في حليب الأم. إن فوائد الرضاعة الطبيعية والحماية التي توفرها للأطفال تفوق أي مخاطر محتملة لانتقال فايروس كورونا من خلال لبن الأم.

إذا كانت لديك أسئلة أو استفسارات في أي وقت ، فيرجى الاتصال بالقابلة أو بفريق التوليد.

#### مكان الولادة

إذا كنتِ أنتِ وطفلك بصحة جيدة ، يمكنك عادةً اختيار الولادة في المنزل أو في وحدة قائمة بذاتها أو إلى جانب وحدة بقيادة القبالة أو مركز الولادة. هذا خيار آمن للعديد من النساء - كما هو موضح في إرشادات المعهد الوطني للصحة والرعاية المتميزة (www.nice.org.uk). إذا كانت هناك مضاعفات للحمل، فقد يُنصح بالولادة في وحدة التوليد. من المهم دائماً أن يكون معك قابلة عند الولادة.

خلال جائحة فايروس كورونا قد لا تتمكن بعض خدمات الأمومة من توفير خدمة الولادة المنزلية أو خيار الولادة في وحدة بقيادة القبالة. لا يتم إجراء التغييرات المؤقتة المحلية إلا بعد إجراء تقييم مفصل للسلامة وعندما يتم استكشاف جميع الخيارات البديلة. تعتمد خدمات الأمومة على وجود عدد كافٍ من الموظفين ، وتوفر سيارة إسعاف إذا لزم الأمر ، للحفاظ على سلامتك أنت وطفلك. إذا لم يكن بالإمكان ضمان هذه التغييرات وتم إجراء تغييرات مؤقتة على خدمات الأمومة المحلية ، فسوف تناقش القابلة أو فريق الأمومة اختياراتك معك.

يرجى الاتصال بالقابلة أو فريق التوليد الخاص بك للحصول على معلومات محدثة حول خياراتك حيث مكنك التخطيط لإجراءات الولادة.

## شركاء الولادة وزوارها

نحن نعلم أن وجود شريك موثوق للولادة أثناء المخاض يحدث فرقاً كبيراً في سلامة وعافية النساء أثناء المخاض والولادة.

سيتم مساندتك لوجود شريك ولادة معك أثناء المخاض والولادة ، بشرط ألا يكون لديهم أعراض فايروس كورونا. في حالة ظهور أعراض المرض على اختيارك الأول، فكري في سؤال شخص آخر بأن يكون شريكك في الولادة إذا حدث ذلك.

يمكن أن يكون هذا الشخص صديقاً أو فرداً من العائلة أو من متطوعي شبكة (الدولا) المساندة للحوامل، شريطة ألا تظهر عليهم أي أعراض مرضية. هذا مهم لضمان سلامة النساء والأطفال الآخرين والموظفين الذين سيعتنون بك.

إذا كان لديك عملية قيصرية مخطط لها أو طارئة ، فسوف يبذل فريق الولادة كل ما في وسعه للسماح بحضور شريكك في غرفة العمليات. يتم تقييم هذا الخطر محلياً وقد لا يكون ممكناً في كل الأحوال ، خاصةً إذا كانت هناك مخاوف معينة تتعلق بالسلامة ، أو إذا كان لديك أنت أو شريكك فايروس كورونا محتملاً أو مؤكداً. ستناقش ممرضة التوليد أو فريق التوليد معك هذا وتبقيك على اطلاع.

قد تحد وحدات الأمومة من أعداد الحوامل في المواعيد الروتينية السابقة للولادة، بما في ذلك عند إجراء عمليات المسح. قد يكون زوار أقسام ما قبل الولادة أو ما بعد الولادة محدوداً أو غير مسموح به ، وذلك لضمان الحفاظ على التباعد الاجتماعي للحفاظ عليك وعلى طفلك والنساء الأخريات وأسرهم وموظفي الولادة الذين يدعمونك بأمان قدر الإمكان. إذا كانت لديك احتياجات دعم إضافية أو كنت تحتاجي الوصول إلى خدمات الترجمة الفورية، فسوف تخطط القابلة أو فريق التوليد هذا الأمر معك.