NHS

કોરોનાવાયરસ: તમારી પ્રસૂતિનું આયોજન કરવું

તમારી અને તમારા શિશુની સુખાકારી અમારી પ્રાથમિકતા છે અને મેટરનિટી સેવાઓ વ્યક્તિગત અને સુરક્ષિત હોય તેની ખાતરી કરવા માટે અમારાથી બનતું તમામ અમે કરી રહ્યા છીએ.

જો તમને તમારા આરોગ્યની અથવા તમારા વણજાત શિશુનાં આરોગ્યની ચિંતા થતી હોય, તો કૃપા કરીને તમારા મિડવાઇફ અથવા મેટરનિટી ટીમનો સંપર્ક કરો.

કોરોનાવાયરસ મહામારી દરમિયાન, તમારી પ્રસૂતિનો અનુભવ હજું પણ મહત્વપૂર્ણ છે. સુરક્ષિત અને સકારાત્મક પ્રસૂતિની અનુભૂતિ કરવા માટે તમને સપોર્ટ કરવો જોઇએ, પછી તમને કોરોનાવાયરસ હોય કે ન હોય.

તમે આ અપેક્ષા રાખી શકો છો:

- ગૌરવ અને આદરપૂર્વકનાં વર્તનની
- તમારી પસંદગીનાં પ્રસૂતિ સાથીદાર રાખવાની
- દુઃખાવામાં રાહતનાં વિકલ્પોની સુલભતા હોવી
- તમારી પ્રસૂતિ અંગે સૂચિત નિર્ણયો લેવાની
- મેટરનિટી સ્ટાફ પાસેથી સ્પષ્ટ સંચાર મેળવવાની
- તમારા માટે યોગ્ય હોય તેવી ગોઠવણમાં જન્મ આપવાનું આયોજન કરવાની
- જ્યાં સંભવ હોય ત્યાં ફેરવી શકાય તેમ હોવાની અને તમારી પસંદગીની સ્થિતિમાં જન્મ આપવાની.

તમારી પ્રસૂતિનાં અનુભવનું આયોજન કરવાથી તમને તૈયાર હોવાની અનુભૂતિ મેળવવામાં મદદ મળશે. તમે જે પણ રીત પસંદ કરો તેમાં તમારી પ્રસૂતિ માટેનાં તમારા આયોજનો તમે દસ્તાવેજીત કરો તે માટે અમે તમને પ્રોત્સાહિત કરવા માંગીએ છીએ કારણ કે મેટરનિટી ટીમ તમારી વ્યક્તિગત જરૂરીયાતોને સંતોષે તેવી સંભા પ્રદાન કરે તેની ખાતરી કરવા માટે તે સાથે આગળ વધશે.

મેટરનિટી સેવાઓમાં હંગામી ફેરફારો

તમને અને તમારા શિશુને સુરક્ષિત રાખવા માટે આ સમયે મેટરનિટી સેવાઓમાં કેટલાક હંગામી ફેરફારો કરવા જરૂરી હોઇ શકે છે.

આનું કારણ એ છે કે અમારી પાસે ઓછો મેટરનિટી સ્ટાઉ ઉપલબ્ધ થઇ શકે છે. તમે તમારા મિડવાઇફ અથવા મેટરનિટી ટીમ પાસેથી તમારી સ્થાનિક મેટરનિટી સેવાઓમાં થતા કોઇપણ હંગામી ફેરફારો અંગે જાણકારી મેળવી શકવા જોઇએ. તમારી સ્થાનિક મેટરનિટી સેવા કદાચ વેબસાઇટ અથવા સોશિયલ મીડિયા પેજ પણ ધરાવતી હોઇ શકે ચે જેને નિયમિત અપડેટ કરવામાં આવતા હોય. સ્થાનિક મેટરનિટી સેવાઓ સ્ત્રીઓ અને તેઓનાં પરિવારો સાથે ભાગીદારીમાં કોઇપણ હંગામી ફેરફારો અંગેનાં નિર્ણયો લઇ શકવા જોઇએ. આ લોકલ મેટરનિટી વોઇસીઝ પાર્ટનરશિપ મારફત કરી શકાય છે.

જો તમને સંભવિત અથવા કન્ફર્મ કોરોનાવાયરસ હોય

હજું સુધી એવો કોઇ પુરાવો નથી કે તમને યોનીમાર્ગથી પ્રસૂતિ થશે કે સીઝેરિયનથી જન્મ થશે તેનાં પર કોરોનાવાયરસ અસર કરે છે. જો તમને સંભવિત કે કન્ફર્મ થયેલા કોરોનાવાયરસનાં લક્ષણો હોય, જેમાં તાપમાન અને નવા અથવા સતત કફનો સમાવેશ થાય છે, તો તમને ઓબ્સ્ટ્રેટિક યુનિટમાં પ્રસૂતિ કરવાની સલાહ આપવામાં આવશે. આ એટલા માટે કે તમારી સારસંભાળ રાખતી મેટરનિટી ટીમ તમારી અને તમારા શિશુની નજીકથી દેખરેખ રાખી શકે અને જો જરૂર પડે તો ઝડપથી પ્રતિભાવ આપી શકે છે.

તમને અને અમારી સેવાઓમાં કામ કરતી અથવા ઉપયોગ કરતી દરેક વ્યક્તિને બને તેટલા સુરક્ષિત રાખવા તમારી સંભાળ મેટરનિટી યુનિટમાં એક સમર્પિત એરીયામાં લેવામાં આવશે.

તમારા ધ્યાનમાં આવ્યું હશે કે મિડવાઇફો અને મેટરનિટી ટીમ રક્ષણાત્મક કપડાઓ પહેરે છે, જેમ કે એપ્રોન, માસ્ક કે આંખનું રક્ષણ. આ પગલાઓ તમારી, તમારા શિશુની, અને તમારી સંભાળ લઇ રહેલા સ્ટાફની સુરક્ષા કરે છે, અને ચેપ ફેલાવાનું જોખમ ઘટાડે છે.

Royal College of Obstetricians & Gynaecologists

THE ROYAL COLLEGE OF MIDWIVES

MATERNITY VOICES PARTNERSHIPS

કોરોનાવાયરસ:
તમારી પ્રસૂતિનું આયોજન કરવું

તમને બર્થિંગ પૂલમાં પ્રસૂતિ કરાવવાની કે જન્મ આપવાની ભલામણ કરવામાં આવતી નથી, કારણ કે પ્રસૂતિ દરમિયાન ક્યારેક પાણીમાં ઝાડો થઇ જતો હોય છે, જે તમારા શિશુમાં અથવા તમારી સંભાળ લેતા સ્ટાફમાં કોરોનાવાયરસ ફેલાવી શકે છે. પ્રસૂતિ બાદ, તમને સામાન્યની જેમ જ તમારા શિશુ સાથે ચામડી-થી-ચામડીનો સ્પર્શ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવામાં આશે, અન્યથા જો તમારું શિશુ અસ્વસ્થ હોય અથવા તેને નીયોનેટલ યુનિટમાં સંભાળની જરૂર હોય.

ચામડી-થી-ચામડીનો સ્પર્શ તમારા શિશુને હુંફ આપે છે, તેનાં શ્વસનનું નિયમન કરે છે, બંધન બનાવવામાં સહાય કરે છે અને શિશુને સ્તનપાન કરતા શિખવામાં મદદ કરે છે. એવો કોઇ પૂરાવો નથી કે ધાવણથી તમારા બાળકમાં કોરોનાવાયરસ ફેલાઇ શકે છે. સ્તનપાનનાં ફાયદાઓ અને તે તમારા શિશુને જે સુરક્ષા પ્રદાન કરે છે તે ધાવણથી પસાર થઇ શકતા કોરોનાવાયરસનાં કોઇપણ સંભવિત જોખમને ઓવરવેઇટ કરે છે.

જો તમને કોઇપણ સમયે પ્રશ્નો કે ચિંતાઓ હોય, તો કૃપા કરીને તમારા મિડવાઇફ અથવા મેટરનિટી ટીમનો સંપર્ક કરો.

ક્યાં જન્મ આપવો

જો તમે અને તમારું શિશુ સ્વસ્થ હોવ, તો સામાન્ય રીતે તમે ઘર પર અથવા ફ્રીસ્ટેન્ડિંગ અથવા દાયણ દ્વારા ચલાવવામાં આવતા યુનિટમાં અથવા જન્મ કેન્દ્રમાં જન્મ આપવાનું પસંદ કરી શકો છો. આ ઘણી સ્ત્રીઓ માટે સુરક્ષિત વિકલ્પ છે – નેશનલ ઇન્સ્ટિટ્યુટ ઑફ હેલ્થ એન્ડ કેર એક્સેલેન્સ માર્ગદર્શનમાં (www.nice.org.uk) સ્થાપિત કર્યા અનુસાર. જો તમારી ગર્ભાવસ્થા સાથે કોઇ જટિલતાઓ રહેલી હોય, તો તમને ઓબ્સેટ્રિક યુનિટમાં જન્મ આપવાની સલાહ આપવામાં આવી શકે છે. જ્યારે તમે જન્મ આપો ત્યારે હંમેશા તમારી સાથે મિડવાઇફ હોય તે મહત્વપૂર્ણ છે.

કોરોનાવાયરસ મહામારી દરમિયાન, કેટલીક મેટરનિટી સેવાઓ ઘર પર જન્મ આપવાની સેવા અથવા દાયણ દ્વારા સંચાલિત યુનિટમાં જન્મ આપવાની સેવાનો વિકલ્પ કદાચ ન આપી શકે. સ્થાનિક હંગામી ફેરફારો માત્ર વિગતવાર સુરક્ષાની આકારણી કર્યા બાદ અને જ્યારે તમામ વૈકલ્પિક પસંદગીઓની છણાવટ કર્યા બાદ જ કરવામાં આવશે. તમને અને તમારા શિશુને સુરક્ષિત રાખવા માટે મેટરનિટી સેવાઓ પૂરતા સ્ટાફ, અને આવસ્યકતા હોય તો એમ્બ્યુલન્સની ઉપલબ્ધતા પર આધાર રાખે છે. જો આની ગેરેંટી ન આપી શકાય અને તમારી સ્તાનિક મેટરનિટી સેવાઓમાં ફેરફારો કરવામાં આવ્યા હોય, તો તમારા મિડવાઇફ અને મેટરનિટી ટીમ તમારી સાથે તમારી પસંદગીઓ અંગે ચર્ચા કરશે.

તમે ક્યાં જન્મ આપવાનું આયોજન કરી શકો તે માટેનાં તમારા વિકલ્પો પર અપ-ટુ-ડેટ માહિતી માટે કૃપા કરીને તમારા મિડવાઇફ અથવા મેટરનિટી ટીમનો સંપર્ક કરો.

જન્મ આપતી વખતનાં સાથીદારો અને મુલાકાતીઓ

અમે જાણીએ છીએ કે પ્રસૂતિ દરમિયાન વિશ્વાસપાત્ર જ્નમ આપતા સમયનાં સાથીદાર પાસે હોવા પ્રસૂતિ અને જન્મ દરમિયાન સ્ત્રીની સુરક્ષા અને સુખાકારીમાં મોટો તફાવત લાવે છે.

તમને તમારી પ્રસૂતિ અને જન્મ આપવા દરમિયાન તમારી સાથે જન્મ આપતી વખતનાં સાથીદારનો સપોર્ટ આપવામાં આવશે, શરત એટલી છે કે તેઓને કોરોનાવાયરસનાં લક્ષણો ન હોવા જોઇએ. જો તમારી પહેલી પસંદગીને લક્ષણો આવે, તો આવું થાય તો અન્ય કોઇ વ્યક્તિને તમારા જન્મ આપવા સમયનાં સાથીદાર તરીકે બનવા માટે પૂછવા અંગેનો વિચાર કરો.

આ મિત્ર, પરિવારનાં સભ્ય કે દાયણ હોઇ શકે છે, પણ ફરીથી શરત એટલી છે કે તેઓને લક્ષણો ન હોવા જોઇએ. આ અન્ય સ્ત્રીઓ અને શિશુઓ અને તમારી સંભાળ રાખશે તે સ્ટાફની સુરક્ષાની ખાતરી કરવા માટે મહત્વપૂર્ણ છે.

જો તમારું આયોજીત અથવા ઇમર્જન્સી સીઝેરીયન હોય, તો ઓપરેશન થીયેટરમાં તમારા જન્મ આપતી વખતનાં સાથીદારને સાથે રહેવાની અનુમતિ આપવા માટે મેટરનિટી ટીમ તેનાંથી બનતું તમામ કરશે. આ જોખમની સ્થાનિક રીતે આકારણી કરવામાં આવે છે અને હંમેશા સંભવિત ન હોઇ શકે, ખાસ કરીને જ્યાં વિશેષ સુરક્ષાની ચિંતાઓ હોય, અથવા તમે તમારા સાથીદારને સંભવિત અથવા કન્ફર્મ કોરોનાવાયરસ હોય. તમારા મિડવાઇફ અથવા મેટરનિટી ટીમ તમારી સાથે આની ચર્ચા કરશે અને તમને માહિતગાર રાખશે.

સ્કેન સહિતની રૂટિન પ્રસૂતિ પૂર્વેની એપોઇન્ટમેન્ટ્સ પર મેટરનિટી યુનિટ્સ મુલાકાતીઓની સંખ્યા મર્યાદિત કરી શકે છે. તમને અને તમારા શિશુને, અન્ય સ્ત્રીઓ અને તેઓનાં પરિવારોને અને તમને સહાય કરતા મેટરનિટી સ્ટાફને બને તેટલા સુરક્ષિત રાખવા માટે સામાજીક અંતર જાળવી શકાય તેની ખાતરી કરવા માટે પ્રસૂતિ પૂર્વેનાં અને પ્રસૂતિ બાદનાં વિસ્તારોમાં મુલાકાતીઓને મર્યાદિત કરવામાં આવી શકે છે અથવા અનુમતિ આપવામાં ન આવી શકે. જો તમારી વધારાની સપોર્ટની જરૂરીયાતો હોય અથવા દુભાષિયા સેવાઓ સુલભ કરવાની આવસ્યકતા હોય, તો તમારા મિડવાઇફ અથવા મેટરનિટી ટીમ તમારી સાથે તેનું આયોજન કરશે.