ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ: ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਲਈ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ

ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਲਾਈ ਸਾਡੀ ਪ੍ਰਾਥਮਿਕਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਿੱਜੀ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ, ਅਸੀਂ ਜੋ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਉਹ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਅਣਜੰਮੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਦਾਈ ਜਾਂ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਹਾਡਾ ਜਣੇਪੇ ਦਾ ਤਜ਼ਰਬਾ ਮਾਅਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਜਣੇਪੇ ਦੇ ਇਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਤਜ਼ਰਬੇ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਸਮਰਥਨ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਚਾਹੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਆਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਮਾਣ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਨਾਲ ਵਿਹਾਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ
- ਜਣੇਪੇ ਦੇ ਸਮੇਂ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦਾ ਸਾਥੀ ਰੱਖਣ ਦੀ
- ਦਰਦਨਿਵਾਰਕ ਵਿਕਲਪਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ
- ਆਪਣੇ ਜਣੇਪੇ ਦੇ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਨਿਰਣੇ ਕਰਨ ਦੀ
- ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਸਟਾਫ਼ ਨਾਲ ਸਪੱਸ਼ਟ ਸੰਚਾਰ ਹੋਣ ਦੀ
- ਇਕ ਅਜਿਹੀ ਸੈਟਿੰਗ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਹੈ, ਵਿਚ ਜਣੇਪਾ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਦੀ
- ਜਿੱਥੇ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦੀਦਾ ਪੁਜੀਸ਼ਨ ਵਿਚ ਜਣੇਪਾ ਕਰਨ ਦੀ।

ਆਪਣੇ ਜਣੇਪੇ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਦੀ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਉਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਬੱਧ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਟੀਮ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਈ ਜਾਂਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿਚ ਆਰਜ਼ੀ ਤਬਦੀਲੀਆਂ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇਸ ਸਮੇਂ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿਚ ਕੁਝ ਆਰਜ਼ੀ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਅਜਿਹਾ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਘੱਟ ਸਟਾਫ਼ ਉਪਲਬੱਧ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਦਾਈ ਜਾਂ ਗਰਭਅਵਸਥਾ ਸਬੰਧੀ ਆਪਣੀ ਟੀਮ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਥਾਨਕ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿਚ ਆਈਆਂ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਆਰਜ਼ੀ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣ ਸਕੋਗੇ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਥਾਨਕ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕੋਲ ਵੈਬਸਾਇਟ ਜਾਂ ਸ਼ੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਪੇਜ਼ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਕਿ ਨਿਯਮਤ ਰੂਪ ਵਿਚ ਅਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਥਾਨਕ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਆਰਜ਼ੀ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਬਾਰੇ ਨਿਰਣੇ ਲੈਣਗੀਆਂ ਇਹ ਸਥਾਨਕ ਮੈਟਰਨਿਟੀ ਵੌਇਸਜ਼ ਪਾਰਟਨਰਸ਼ਿਪ (Maternity Voices Partnership) ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਭਾਵੀ ਜਾਂ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤਾ ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਹੈ

ਅਜੇ ਤੱਕ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦਾ ਹੋਣਾ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਯੋਨੀ ਰਾਹੀਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਵੋਗੇ ਜਾਂ ਸੀਜ਼ੇਰੀਅਨ ਤਰੀਕੇ ਰਾਹੀਂ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਜਾਂ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤੇ ਗਏ ਲੱਛਣ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਨਵੀਂ ਜਾਂ ਨਿਰੰਤਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਖਾਂਸੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕ ਅਬਸਟੇਟ੍ਰਿਕ ਯੂਨਿਟ ਵਿਚ ਜਣੇਪਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਅਜਿਹਾ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੇ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪਵੇ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਸਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਇੱਥੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ, ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਯੂਨਿਟ ਵਿਚ ਇਕ ਸਮਰਪਿਤ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਨੋਟ ਕਰੋ ਕਿ ਦਾਈਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਟੀਮ ਨੇ ਰੱਖਿਆਤਮਕ ਕੱਪੜੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਐਪਰਨ, ਮਾਸਕ ਜਾਂ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਉਪਕਰਣ ਪਹਿਨੇ ਹਨ। ਇਹ ਉਪਾਅ ਤੁਹਾਡੀ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਟਾਫ਼ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਲਾਗ ਫੈਲਣ ਦੇ ਜ਼ੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੇ ਹਨ।

Royal College of Obstetricians & Gynaecologists
THE ROYAL COLLEGE OF MIDWIVES
MATERNITY VOICES PARTNERSHIPS

ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ:
ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਲਈ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ

NHS

ਇਹ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਣੇਪੇ ਵਾਲੇ ਪੂਲ ਵਿਚ ਜੰਮਣ ਪੀੜਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋ ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੂਲ ਵਿਚ ਜਨਮ ਦਿਓ ਕਿਉਂਕਿ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਮਲ ਤਿਆਗ, ਜੋ ਜਨਮ ਦੇ ਸਮੇਂ ਕੁਝ ਵਾਰ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਮਲੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਨਮ ਦੇ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਤਵਚਾ-ਤੋਂ-ਤਵਚਾ ਤੱਕ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਬਸ਼ਰਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬਿਮਾਰ ਨਾ ਹੋਏ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਨਵਜਾਤਾਂ ਦੇ ਯੂਨਿਟ ਵਿਚ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਏ।

ਤਵਚਾ-ਤੋਂ-ਤਵਚਾ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨਿੱਘਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਾਹਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯਮਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਰਿਸ਼ਤਾ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਫੀਡ ਲੈਣਾ ਸਿੱਖਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਕੋਈ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਤੱਕ ਛਾਤੀ ਦੇ ਦੁੱਧ ਰਾਹੀਂ ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਛਾਤੀ ਨਾਲ ਦੁੱਧ ਪਿਆਉਣ ਦੇ ਲਾਭ ਅਤੇ ਇਸ ਦੁਆਰਾ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਛਾਤੀ ਦੇ ਦੁੱਧ ਰਾਹੀਂ ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਪ੍ਰਸਾਰਣ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਜ਼ੋਖਮਾਂ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵੱਡੇ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਦਾਈ ਜਾਂ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਜਨਮ ਕਿੱਥੇ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਠੀਕ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਘਰ ਵਿਚ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਸੁਤੰਤਰ ਸਥਾਨ ਤੇ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਦਾਈ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਾਲੇ ਯੂਨਿਟ ਜਾਂ ਜਨਮ ਕੇਂਦਰ ਵਿਖੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਬਹੁਤੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਇਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਵਿਕਲਪ ਹੈ - ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿ ਨੈਸ਼ਨਲ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਫਾਰ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਕੇਅਰ ਐਕਸੀਲੈਂਸ ਗਾਇਡੈਂਸ (National Institute for Health and Care Excellence guidance) ਵਿਚ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ (**www.nice.org.uk**)। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਗਰਭਅਵਸਥਾ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਉਲਝਣਾਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕ ਅਬਸਟੇਟ੍ਰਿਕ ਯੂਨਿਟ ਵਿਚ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਸ ਸਮੇਂ ਇਕ ਦਾਈ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਰੱਖਣਾ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਕੁਝ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਘਰ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦੀ ਸੇਵਾ ਜਾਂ ਇਕ ਦਾਈ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਾਲੇ ਯੂਨਿਟ ਵਿਚ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦੇ ਵਿਕਲਪ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਨਾ ਹੋਣ। ਸਥਾਨਕ ਆਰਜ਼ੀ ਬਦਲਾਵ ਕੇਵਲ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਬੰਧੀ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਸਾਰੇ ਬਦਲਵੇਂ ਵਿਕਲਪਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਸਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸਟਾਫ਼ ਦੀ ਢੁੱਕਵੀਂ ਉਪਲਬੱਧਤਾ, ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਦੀ ਉਪਲਬੱਧਤਾ ਉੱਪਰ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਜੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗਰੰਟੀ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਥਾਨਕ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿਚ ਆਰਜ਼ੀ ਬਦਲਾਵ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹੋਣ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਦਾਈ ਜਾਂ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਮੌਜੂਦ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੇਗੀ।

ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿੱਥੇ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਆਪਣੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਨਵੀਨਤਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਦਾਈ ਜਾਂ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਜਣੇਪੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਸਾਥੀ ਅਤੇ ਮੁਲਾਕਾਤੀ

ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਜਣੇਪੇ ਦੇ ਸਮੇਂ ਇਕ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਜਣੇਪੇ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਸਾਥੀ ਹੋਣਾ, ਜੰਮਣ ਪੀੜਾਂ ਅਤੇ ਜਣੇਪੇ ਦੇ ਸਮੇਂ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਤੇ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਜੰਮਣ ਪੀੜਾਂ ਅਤੇ ਜਣੇਪੇ ਦੇ ਸਮੇਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਜਣੇਪੇ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਸਾਥੀ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਬਸ਼ਰਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੇ ਲੱਛਣ ਨਾ ਹੋਣ। ਉਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਜਦੋਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਪਸੰਦ ਦੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਜਣੇਪੇ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਸਾਥੀ ਬਣਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਕਹਿਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ।

ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਡਾ ਦੋਸਤ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਗੈਰ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਦਾਈ, ਇਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੇ ਲੱਛਣ ਨਾ ਹੋਣ। ਇਹ ਹੋਰ ਔਰਤਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਮਲੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੀਜ਼ੇਰੀਅਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਈ ਹੈ ਜਾਂ ਇਹ ਆਪਾਤਕਾਲ ਵਿਚ ਕਰਨਾ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਟੀਮ ਉਹ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਕਰੇਗੀ ਜੋ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਜਣੇਪੇ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਅਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਜ਼ੋਖਮ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਸਥਾਨਕ ਪੱਧਰ ਤੇ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਸੰਭਵ ਨਾ ਹੋਏ ਖਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਜਦੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਖਾਸ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹੋਣ, ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਸੰਭਾਵੀ ਜਾਂ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਡੀ ਦਾਈ ਜਾਂ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੇਗੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਰੱਖੇਗੀ।

ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਯੂਨਿਟ, ਸਕੈਨਾਂ ਸਮੇਤ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਵਿਚ ਮੁਲਾਕਾਤੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਸੀਮਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਨਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਸਮੇਂ ਦੇ ਮੁਲਾਕਾਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਿਲਕੁੱਲ ਵੀ ਆਗਿਆ ਨਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਜੋ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ, ਹੋਰ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਸਟਾਫ਼ ਵਿਚਕਾਰ ਸਮਾਜਕ ਦੂਰੀ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਜੇ ਸਹਾਇਤਾ ਸਬੰਧੀ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅਤਿਰਿਕਤ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਹਨ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਦਾਈ ਜਾਂ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਟੀਮ ਇਸ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਏਗੀ।