

NHS

خدمات الأمومة في نورث ويست

خدمة قياس التأكسج النبضي في المنزل

إذا كانت نتيجة اختبار COVID-19 إيجابية ، فيرجى الاتصال بطبيبك العام لإحالتك إلى خدمة " خدمة قياس التأكسج النبضي في المنزل " التابعة لـ NHS. إذا تم إغلاق عيادة طبيبك العام ، فيرجى الاتصال بطبيبك العام عن طريق الاتصال بالرقم 111 واطلب إحالتك إلى خدمة " قياس التأكسج النبضي في المنزل " المحلية .

ستوفر لك خدمة " قياس التأكسج النبضي في المنزل " جهاز قياس التأكسج النبضي والنصائح والدعم في مراقبة مستويات الأكسجين في الدم لمدة أسبوعين بعد نتيجة مسحة COVID-19 الإيجابية .

توضح هذه المعلومات متى وأين تطلب المشورة الطبية إذا كنت حاملاً .

إذا كنت مصاباً بفيروس كورونا وأنت حامل ، فقد تمرضين بشكل أسرع قد يؤثر ذلك عليك أو على طفلك .

ثقي بغرائذك إذا كنت قلقة !

- إذا كنت في شك ، احصلي على فحص !
- عبري عن مخاوفك
- تأكد من سماع مخاوفك
- لا تنتظر حتى اليوم التالي أو موعدك التالي .

إذا كنت حاملاً أو كانت لديك أي مخاوف بشأن صحتك أو صحة طفلك ، أو إذا كانت لديك أي أسئلة حول كيفية تأثير العزلة الذاتية على أي من مواعيدك ، فالرجاء عدم التردد في الاتصال بطبيبك العام أو القابلة أو فريق الأمومة .

إذا انخفضت مستويات الأكسجين لديك ، فاتبع الإرشادات الواردة في هذه النشرة حتى لو كنت لا تزال على ما يرام

للمزيد من المعلومات قم بزيارة

www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/people-at-higher-risk/pregnancy-andcoronavirus

إذا أنتِ حامل و من أصحاب البشرة الداكنة، بريطانية من أصحاب البشرة الداكنة، آسيوية أو آسيوية بريطانية، قد تكونين أكثر عرضة للإصابة بفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) خدمات ومستشفيات الأمومة مفتوحة وآمنة لاستقبالك في أي وقت. نحن هنا لدعمك

For information to help you, your partner or family and friends keep safe please scan here

آپ کی معلومات کے لئے اور آپ کی اور آپ کے خاندان کی مدد اور حفاظت کے لئے یہاں سکین کریں

আপনাকে, আপনার সঙ্গীকে অথবা পরিবার ও বন্ধুদেরকে নিরাপদে থাকতে সাহায্য করবে এমন তথ্যের জন্য অনুগ্রহ করে এখানে স্ক্যান করুন

للحصول على معلومات لمساعدتك أو مساعدة شريكك أو أصدقائك في الحفاظ على سلامتهم، يُرجى المسح هنا

स्वयं, अपने जीवन-साथी अथवा परिवार एवं मित्रों को सुरक्षित रखने में सहायता करने हेतु जानकारी प्राप्त करने के लिए कृपया यहां स्कैन करें।

Para obtener información que le ayude a usted, a su pareja o a su familia y amigos a mantenerse a salvo, por favor, escanee aquí:

Si vous avez besoin d'aide, d'informations, pour vous-même, votre partenaire ou votre famille et amis, cliquez ici

የእርስዎን፣ የህይወት አጋርዎን፣ የቤተሰብዎንና የባልንጅርቶዎን ደህንነት ለመጠበቅ የሚያግዝ መረጃ ለማግኘት እዚህ ይቃኙ

ንዓኹ፡ ን በዓል-ቤተኪ፡ ን ቤተ-ሰብኪ ወይ ው-ን ንፈተውትኪ፡ ረዳእት ዝኾኑ ተወሳኺት ሓበሬታታት ምስ ተደልዩ ኣብዚ ስካን ብምግባር ተኸፋሊት ክትኾኒ ከም ትኸእሊ ክንሕብረኪ ንፈቱ።

Macluumaadka kaa caawinaya adiga, lammaanahaaga ama qoyskaaga iyo asxaabtaadu inay ammaan ahaadaan fadlan iskaan saar halkan

برای کسب اطلاعاتی که در حفظ امنیت شما، شریک زندگی یا خانواده و دوستانتان به شما کمک کند، لطفاً اینجا را اسکن کنید

بۆ زانیاری یارمهتیدانی تۆ، هاوبه شه کهت یان خێزانه کهت و براده ره کهت سهلامهت بن، تکایه تیره سکان بکه



أكسجين الدم ومقاييس التأكسج النبضي

يمكن قياس مستوى الأكسجين في الدم (تشبع الأكسجين) باستخدام مقياس التأكسج النبضي ، وهو جهاز صغير تعلقه بإصبعك لأخذ القراءة. إذا كنت تستخدم مقياس التأكسج النبضي وانخفض مستوى الأكسجين في الدم ، فاتبع الإرشادات الواردة في هذه النشرة حول مكان طلب المشورة. حتى إذا كنت لا تشعرين بضيق في التنفس ، فقد تكون مستويات الأكسجين لديك منخفضة.

قد يساعد في تدوين قراءات مستوى الأكسجين لديك. الاحتفاظ بسجل للقراءات المنتظمة يجعل من السهل رؤية أي تغييرات. يمكن أن يساعدك أيضًا إذا كنت بحاجة إلى التحدث إلى أخصائي رعاية صحية.

متى وأين تطلب المشورة الطبية إذا كنت حاملاً:

لضمان حصولك أنت وطفلك على رعاية شخصية وآمنة ، اتصل على الفور :

- طبيبك العام أو 111 إذا كنت حاملاً أقل من 20 أسبوعاً
- القابلة أو فريق الأمومة الخاص بك إذا كنت حاملاً في الأسبوع 20 أو أكثر

إذا واجهت أيًا مما يلي :

- تشعر بضيق في التنفس أو صعوبة في التنفس ، حتى لو كان ذلك فقط أثناء الوقوف أو الحركة
- لديك آلام في الصدر أو خفقان
- كنت تعاني من آلام شديدة في العضلات أو التعب
- لديك اهتزازات أو قشعريرة
- نسبة الأكسجين في الدم 94%
- تشعر بأن هناك شيئاً خاطئاً معك (الضعف ، التعب الشديد ، فقدان الشهية ، التبول أقل بكثير من المعتاد ، عدم القدرة على الاعتناء بنفسك - مهام بسيطة مثل الغسيل وارتداء الملابس أو صنع الطعام)
- لا يمكنك التعامل مع الأعراض في المنزل
- تشعر بعدم الأمان في أي وقت

يجب أن تخبرهم أنك حامل وأنك قد تكون مصابة بفيروس كورونا. سيقومون بتقييم الأعراض الخاصة بك وتقديم المشورة لك ما يجب القيام به بعد ذلك.

من 16 إلى 24 أسبوعاً بعد ذلك ، يجب أن تشعرين بأن الطفل يتحرك أكثر فأكثر حتى 32 أسبوعاً ، ثم يظل كما هو تقريباً حتى الولادة ، إذا انخفضت حركات طفلك أو تغير نمط الحركات ، فاتصل بوحدة الأمومة الخاصة بك مباشرةً.

إذا كنت تستخدم مقياس التأكسج النبضي في المنزل ، فتأكد من أنه يحمل علامة CE أو علامة UKCA أو علامة UKNI CE. هذا يعني أن الجهاز سيعمل بشكل صحيح وآمن إذا تم استخدامه بشكل صحيح.

90 أو أقل	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
-----------	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

إذا واصلت تسجيل مستويات الأكسجين في الدم بنسبة 93% أو أقل ، فأنت بحاجة إلى تقييم فوري للمستشفى. اتصل برقم 999 وحضر أقرب إليك:

- قسم الطوارئ (A&E) إذا كنت حاملاً أقل من 20 أسبوعاً

- فرز الأمومة / جناح الولادة إذا كنت حاملاً في الأسبوع 20 أو أكثر

مستوى الأكسجين الطبيعي في الدم لمعظم الناس - ابق في المنزل واستمر في فحص مستوى الأكسجين في الدم بانتظام.

الاتصال على الفور:

- طبيبك العام أو 111 إذا كنت حاملاً أقل من 20 أسبوعاً
- فرز الأمومة / جناح الولادة إذا كنت حاملاً في الأسبوع 20 أو أكثر

ستعاني أقلية من النساء الحوامل المصابات بـ COVID-19 من أعراض أكثر حدة. يجب عليك الذهاب إلى المستشفى في أسرع وقت ممكن أو الاتصال بالرقم 999 على الفور إذا واجهت أيًا مما يلي :

- مستويات الأكسجين في الدم لديك 93% أو أقل (أعد القراءة على الفور أولاً)
- أنت غير قادر على إكمال الجمل القصيرة عندما تكون في حالة راحة بسبب ضيق التنفس
- يسوء تنفسك فجأة

أو إذا ظهرت عليك هذه العلامات العامة لمرض خطير

- سعال الدم
- تشعر بالبرودة والتعرق مع بشرة شاحبة أو بها بقع
- الانهيار أو الإغماء
- يصاب بطفح جلدي لا يتلاشى عندما تدحرج كوباً فوقه
- تصبح مضطرباً أو مرتبكاً أو نعساناً جداً
- توقف عن التبول أو التبول أقل بكثير من المعتاد.

يجب أن تخبرهم أنك قد تكون مصاباً بفيروس كورونا وإذا كنت تستخدم مقياس التأكسج النبضي ، فقم بإعطاء قراءة تشبع الأكسجين. تتطلب هذه الأعراض عناية طبية عاجلة.