



# تعليمات الاتصال المتعلقة بالولادة

## اتصلي بنا

## عاديا (لا حاجة إلى الاتصال)



قبل 37 أسبوعاً من الحمل:

فقدان النخبط (ماء الرأس)  
تشنجات أو مخاض كاذب بانتظام و/أو هي مؤلمة

## فترة الولادة



ولادة تبدأ بين 37 و42 أسبوعاً من الحمل



فقدان الدم أكثر من الحيض الشهري  
وجود جلطات

## فقدان الدم

أقل من الحيض الشهري  
لونه أحمر ناصع أو شبه بني



اللون أخضر أو بني  
اتصلي بنا في حالة مشاهدة هذا اللون للمرة الأولى، ليلاً  
أو نهاراً

## لون النخبط (ماء الرأس)

صافٍ (مع ندف بيضاء أو بدونها)  
اتبعي تعليمات أخصائي التوليد الهاتفية



اتصلي بنا عند تمزق الأغشية ورأس الطفل لم يكن قد  
نزل جيداً عند المراقبة الأخيرة  
تمدد (في السرير مثلاً) إذا كنت في الدار

## نزول الطفل وفقدان رأس الماء (النخبط)

تم نزول رأس الطفل إلى الحوض



نظام منتظم وأيضاً  
يستغرق الألم أكثر من 40 إلى 60 ثانية  
الاستراحة بين ألم وآخر أقل من 4 - 5 دقائق

## آلام المخاض

غير منتظمة  
يستغرق الألم أقل من 60 ثانية  
الاستراحة بين ألم وآخر أكثر من 4 دقائق



إذا سبق لك أن وضعت طفلاً، فاتصلي بنا عند مخاض شديد  
ومتنظم.



اتصلي دائماً في حالة الشعور بالقلق  
عدم وضوح المعلومات المزود بها

## الشعور بالقلق





# تعليمات الاتصال المتعلقة بالحمل

## اتصلي بنا

## عاديا (لا حاجة إلى الاتصال)



- الصداع
- مشاهدة نجوم/ومضات ضوئية
- القيء
- الإحساس بشريط ضيق حول الرأس أو أعلى البطن
- ألم في أعلى البطن أو بين لوحَي الكتف
- احتباس السوائل في الوجه فجأة
- تنمل أصابع

في حالة حدوث الأعراض التالية بعد 20 أسبوعاً من الحمل:

- فقدان الدم ولونه أحمر ناصع
- نصيحة: احتفظي بملابسك الداخلية أو حافظي الليل عند فقدان الدم

### فقدان الدم



- يشكل فقدان الدم دائماً سبباً للتشاور.
- يمكن اعتبار فقدان دم قليل أمراً عادياً في الحمل.



- كون حركات الطفل أقل من العادي
- تشعرين بأقل من 10 مرات من الحركة خلال ساعتين وأنت مستريحة وبانتباه
- الشعور بالقلق على كمية أو قوة الحركات

### حركات الطفل بعد مدة 28 أسبوعاً



- نظام حركات منتظمة معروف بعد مدة 28 أسبوعاً
- نصيحة: يُشعرين بحركات الطفل بشكل أكثر وأنت ممتدة على الجانب الأيسر



- كون ملابسك الداخلية مبللة باستمرار
- فقدان جرعات من السوائل على الدوام
- فقدان سوائل أخضر / بني اللون

### فقدان السوائل قبل 37 أسبوعاً من الحمل



- البول
- الإفرازات، كذلك في حالة كونها مائية
- بشكل أكثر من المعتاد



- زيادة شدة التشنجات
- هناك انتظام (كل نصف ساعة أو أكثر)
- مؤلم

### مخاض كاذب / تشنجات قبل 37 أسبوعاً من الحمل



- مخاض كاذب عند الجهد الجسمي
- مخاض كاذب عند تحرك الطفل
- غير مؤلم
- بدون انتظام



- اتصلي دائماً في حالة الشعور بالقلق
- عدم وضوح المعلومات المزود بها

### الشعور بالقلق

