

- وللمزيد من الدعم، تستطيعين أن تقومي بما يلي:
- قومي بترتيب ذلك مع مدير / مديرة الممرضات، أو مع المدير الطبي لأقسام العناية بالأولاد؛
- إتصلي هاتفياً بالمُدافع عن حقوق الزبائن (المستهلكين) Consumer Advocate في المستشفى الملكي للنساء The Women's، الذي يُمكنه أن يُساعدك على حلّ أيّة صعوبات أو أية أمور تُشغل بالك. إتصلي به هاتفياً على الهاتف رقم: 8345 2290 / 2291 أو قومي بزيارة الى مكتبه الكائن في الطابق الأول في المستشفى؛
- وتستطيعين أيضاً أن تتحدّثي مع إحدى الأمهات التي كانت لها ولادة طفل قبل الأوان، أو كان لها طفل مريض، ويُمكنك الإتصال بمؤسسة "حياة كنوزنا الصغيرة" "Life's Little Treasures"، 1300 69 7736643 أو أرسلني رسالة إلكترونية على العنوان التالي: contact_us@lifeslittletreasures.org.au

الزيارات في المستشفى

بسبب ضيق الأماكن في القسم، فإنه يُمكن لعدد صغير من أفراد العائلة فقط في آن واحد أن يكونوا بجانب سرير الطفل المريض. يُساعدنا جداً أن نقوم قدر استطاعتنا بمساعدة عائلتك لكي يكون لها دور ومشاركة. وللعلم فإن المقصود بإفراة العائلة هم الأهل والأشقاء والشقيقات والجدود والجدات وأي أقرباء آخرين وأصدقاء مقربين من العائلة.

غسل الأيدي

إن غسل الأيدي هو أمر مهم جداً بغية السيطرة على أي مرض جرثومي أو التهاب. نرجو التأكد من قيامكم بغسل أيديكم جيداً بالماء والصابون في كلّ مرّة تستعملون المرحاض. وعندما تدخلون غرفة الطفل، وبعد قيامكم بتغيير حفاظات الطفل، وإذا كانت أيديكم موصخة. يتوجّب عليك وعلى جميع الزائرين أن تستعملوا السائل المطهر للزج الذي أساسه الكحول، لتعقيم الأيدي وذلك قبل القيام بلمس الطفل.

بصفتك مشاركة في العناية بطفلك

إن مجرد وجود حالة طفل مريض، أو ولادته قبل أوانه، من شأنهما أن يؤثرتا على ثقّتك بنفسك كوالدة، وأنه ليس أمر غير طبيعي، أو غير مألوف، أن تُشعري بشيء من الإنفعال العصبي عندما تحاولين العناية بطفلك. نرغب في أن نساعدك وتقديم الدعم لك بقدر ما هو باستطاعتنا.

هناك طرق عديدة تستطيعين بواسطتها أن تساعدي في موضوع العناية بطفلك، وأن هذه الطرق والأمور تتغير مع نموّ طفلك وهي تشمل كونك موجودة مع طفلك، تراقبينه، تلمسينه، تتحدثين معه، تناغينه بالمهممات، تغنين له، تطعمينه / ترضعينه، تحملينه، تهدئين روعه، تقومين بتغيير حفاظاته، تغسلينه وتحمّمينه.

أن تقومي ببعض الأمور في أوقاتك الخاصة، في البداية، قد يستغرق القيام بهذه الأمور بعض الوقت، مثلاً تغيير حفاظات الطفل. نرجو أن تتحدّثي مع الممرضة التي تعتني بطفلك، حول العناية التي قد يحتاجها طفلك، وبالطرق التي تستطيعين بها أن تشاركي بفعالية في العناية بطفلك. تستطيع الممرضات أن تقدّم لك الدعم والتشجيع لكي تكتسبي الثقة للعناية بطفلك بنفسك.

هذه المعلومات هي للعائلات التي لديها طفل في قسم المواليد الجُدد أو في قسم العناية الخاصة المكثفة أي Neonatal and Intensive Special Care المعروفة باختصاراً بالأحرف الأولى (NICU) في المستشفى الملكي للنساء Royal Women's Hospital.

العمل مع

مع وجود عدد كبير من الموظفين الذين يقومون بتقديم العناية والرعاية لطفلك، فإنه من الصعب عليك أن تعرفي كيف يُمكنك المشاركة في العناية. من جهتنا، نحن نعتقد بأن مشاركتك في العناية بطفلك هي أمر مهم جداً لصحة طفلك ورفاهه وراحته. وهذا ما دعمه وأيده البحث، وقد أظهرت الدراسات أن مشاركتك الفعالة قد تُساهم في تحسين النتائج الصحية لولدك. إن أفكارك ومعتقداتك وقيمك الاجتماعية سيتم أخذها كلها بعين الاعتبار عندما نقوم باتخاذ قراراتنا بشأن العناية بطفلك.

إننا نعي تماماً أن هذا الوضع سيكون مصدر قلق وإنشغال بال بالنسبة لك، وأن الحركة والنشاط في قسم الـ (NICU)، والتجهيزات والمعدات الطبية المستعملة، وكذلك الضوضاء في هذه الأجواء يُمكن أن تأخذ منك بعض الوقت لكي تعتادين عليها وتتأقلمين معها. نشجّع على طرح الأسئلة وعلى مناقشة الأمور مع موظفي القسم، وبإمكاننا أن نزوّدك بالإحالات الى الخدمات الأخرى مثل العاملة الاجتماعية لمساعدتك على مواجهة الأمور العملية والتطبيقية، وفي قضايا الدعم العاطفي والمعنوي.

تذكّري، بأن من حقك أن تطلبي مترجمة لمساعدتك في التواصل مع الموظفين، وتستطيعين الإتصال بخدمة الترجمة على الهاتف رقم 8345 3054، أو اطلبي من الممرضة لكي ترتب لك مترجمة.

إن الموظفين العاملين في القسم هم من خلفيات عديدة ومتنوعة، وسوف يساهمون بتقديم خبراتهم الشخصية وتجاربهم الغنيّة وبتنوّع وجهات النظر والأفكار والآراء للعناية بطفلك. ونحن نسعى دائماً لتحسين تواصلنا معك، ونريدك أن تكوني على اطلاع، وفي كلّ الأوقات، بكلّ ما هو حاصل، وأن تشعرين بالثقة لدى طرح الأسئلة أو عندما تريدين الحصول على المزيد من المعلومات. وأعلمي بأن تعليقاتك وردود فعلك وإنطباعاتك على خدماتنا هي مهمّة جداً بالنسبة لنا.

قد تمرّ، أحياناً، أوقات تشعرين فيها بإنشغال البال أو بالإحباط أو الإرتباك وعدم الوضوح لجهة بعض المعلومات التي تتلقينها حول موضوع العناية بطفلك.

إذا وجدت نفسك في مثل هذه الحالة، يتوجّب عليك القيام بما يلي:

- إستمرّي في التحدّث مع مُقدّمي العناية لطفلك؛
- اطلبي الدعم من مدير قسم العناية حيث يُعالج طفلك؛
- تحدّثي مع العاملة الاجتماعية المتواجدة في القسم ومهمتها أن تستمع منك عن الأمور التي تُشغل بالك، ولكي تقدّم لك الدعم الذي تحتاجينه؛
- إستعملي المُخطّط العائلي للعناية لكي تبلغينا كيف تريدين منا أن نعتني بطفلك؛
- إسألني ما إذا كان بإمكانك أن تتحدّثي مع الممرضة المولجة بالعناية بطفلك، أو مع الطبيب الذي يُعالج طفلك؛
- نرجو أن تحاولي التعرّف على ما يسبّب لك الإرهاق والقلق، وحاولي أن تظلي هادئة وغير منفعلة.

إذا كان طفلك سيبقى في المستشفى لفترة ما، فقد يكون من المفيد أن تُحضري بعض الأشياء من البيت لكي تبدو الغرفة التي يوجد فيها طفلك أكثر إلفة بالنسبة لك، في ما يلي بعض الاقتراحات:

- ضعي الألعاب خارج سرير الطفل؛
- أحضري بعض التسجيلات الموسيقية (للأولاد الأكبر عمرا)؛
- إن الشراشف الملونة والبطانيات والحرامات والملبوسات هي مقدّمة من المستشفى، ولكن إذا رغبت في ذلك، فإنك تستطيعين أن تجلبتي معك من البيت ما هو لك، (في هذه الحال، يجب عليك أن تضعي عليها رقاعات تدل على أنها لك، ويتوجّب عليك أن تأخذها إلى البيت لكي تقومي بغسلها لدى إيساخها)؛

- ضعي صور عائلتك بجانب سرير الطفل؛
- أحضري قطعة صغيرة من القماش أو الشرف الذي نمت عليه (بحيث تحمل ريحتك الشخصية)، وضعيها في سرير الطفل فيشم الطفل رائحتك ويشعر أنك قريبة بجانبه؛
- تستطيعين أن تجلبتي أغطية سرير الطفل من البيت إذا رغبت في ذلك؛
- إستعملي لوح تدوين الملاحظات والتذكيرات لتكتبي عليه ما تريدين إبلاغه إلى الموظفين أو إلى ولدك، (إن الدعوات والرسائل التي ترد إليك أو الموجهة إليك سوف توضع هي أيضا على ذات اللوح لكي تطلعي عليها)؛
- إذا كانت الشعارات والرموز الدينية مهمّة بالنسبة لك، مثل صور القديسين، الصلبان، المسابح، فإنك تستطيعين أن تضعيها على الطاولة التي بجانب سرير الطفل؛
- إحتفظي بصندوق ملون لكي تضعي فيه حاجات وأعراض الطفل ويمكنك أن تضعي هذا الصندوق إما تحت أو بجانب سرير الطفل؛
- ضعي كيسا صغيرا للثياب والحاجات التي تحتاج إلى غسيل وذلك قرب سرير الطفل لكي تأخذها معك إلى البيت لغسلها.

توجد نماذج جاهزة لتفصيل ثياب الطفل الصغير وهي متوفرة في قسم الـ (NISC).

إقتراحات من الأهالي الآخرين

- خذي الكثير من الصور الفوتوغرافية. ضعي الصور في ملف خاص (البوم) وقومي بتدوين تاريخ أخذ هذه الصور والتعليقات الأخرى عليها.
- إحتفظي بمفكرة أو ببوميات تتضمن مشاعرك وأحاسيسك، وما يقوم به طفلك من حركات وتصرفات، ومن يزورك. وقد ترغبين أيضا في أن تقوم المرصّطات والفريق الطبي بأن يساهموا في تدوين بعض التعليقات والأحاسيس.
- إبعثي، بالبريد الإلكتروني، صوراً إلى العائلة والأصدقاء لإحاطتهم علماً بالمستجدات الحاصلة تباعاً.
- إجمعي البطاقات البريدية والرسائل وغيرها من الأشياء التي توحى لك الذكريات، وضعيها في دفتر يوميات أو في علبة خاصة.
- أحيطي الموظفين علماً إذا كنت ترغبين في أن تجمعي وتحتفظي بالأشياء والأدوات التي تُستعمل في العناية بطفلك، وعلى سبيل المثال: التوصيلات التي توضع على صدر المريض. علماً بأن الموظفين يضعون ملاقط التوصيلات والحلقات البلاستيكية التي تحمل اسم المريض وتفصيل معلومات التعريف، والتي توضع على رسغ المريض، يضعونها على سرير الطفل بعد استعمالها.

عندما لا تستطيعين أن تكوني حاضرة هنا

- إتصلي هاتفياً في أي وقت كان وتحذّثي مع موظفي الفريق الذي يعتني بطفلك.
- لتكن لك مفكرة بجانب سرير الطفل لكي يدون عليها الموظفون التعليمات والإجراءات يوماً بعد يوم.

- ضعي صوراً لك على سرير الطفل.
- قومي بتسجيل صوتك على شريط.
- أتركي آلة تصوير من النوع الذي يستخدم لمرة واحدة Disposable، وأطلبني من الموظفين أن يأخذوا صوراً لطفلك عند اللزوم.
- وقد يرغب الأخوة والأخوات في أن يرسوا بطاقات، ويأخذوا صوراً فوتوغرافية وغيرها لشقيقتهم في المستشفى.
- تتوقّر متطوّعات متخصصّات في حضن الطفل وضّمه بحنان ومداعبته أثناء غياب أهله. إسألني الموظفين عن المزيد من المعلومات عن هذا الموضوع.

مُخطّط العناية اليومية

قد تكون هناك أمور وأشياء تُعتبر مهمّة جداً بالنسبة لك، وهي تتعلّق بالعناية بطفلك. نشجّعك على أن تحيطينا علماً بها لكي تتمّ العناية بطفلك من قبل العديد من الموظفين الذي يعتنون بطفلك، بنفس الطريقة. و يُستعمل مُخطّط العناية اليومية كطريقة خفية للتواصل ونقل المعلومات إلى الموظفين.

تستطيعين طلب المترجمة الموجودة في المستشفى لكي تساعدك على التواصل لنقل أفكارك ووضعها على مُخطّط العناية.

تستطيعين استعمال هذا المُخطّط لإبلاغ الموظفين بما يلي:

- كيف ترغبين في أن تشاركي بالعناية بطفلك، (مثلاً أن تقومي بغسل طفلك)؛
- ماذا تريدين من الموظفين أن يفعلوا للطفل عندما لا تكونين حاضرة؛
- حول دلالات التصرفات الخاصة بطفلك؛
- حول أوضاع الجلوس وغيرها من الأوضاع والحالات المفضّلة لدى طفلك؛
- حول المُخطّطات المتعلقة بإطعام طفلك؛
- حول الطريقة التي يُعبّر فيها الطفل عن حاجاته ورغباته.

هذه الأمور والأشياء قد تتغيّر يومياً، لهذا السبب فإننا نشجّعك على أن تضعي على مُخطّط العناية اليومية، وبطريقة منتظمة، كلّ التغييرات الطارئة، ويُمكنك أن تقومي بذلك بمساعدة مترجمة إذا أردت.

عندما يكتمل وضع المُخطّط قومي بتسليمه إلى الممرضة وهي ستضعه في الملف مع جميع الأوراق المتعلقة بالعناية بطفلك. وإذا رغبت الحصول على نسخة جديدة من المُخطّط، فإن بإمكان الممرضة أن تزودك بنسخة.

وفي كلّ مرّة تنجزين وضع مُخطّط جديد، فإنك تستطيعين أن تحتفظي بالمُخطّط القديم لمحفوظاتك الخاصة، إذا رغبت في ذلك.

العناية الخاصة بمرحلة نمو الطفل –

أهمية فهم حاجات طفلك

إن باستطاعة الأولاد بصورة عامة، بما فيهم الأطفال الذين يولدون قبل أوانهم والأطفال غير الأصحاء، أن يُظهروا كيف يتجاوبون بما هو حاصل حولهم. وأنه من الممكن أن تتمكني من معرفة حركات طفلك وفهمها وأن تتجاوبي أنت مع حاجات الطفل.

تهدف "العناية الخاصة بمرحلة نموّ الطفل" للمساعدة في عملية نموّ طفلك. وتأتخذ هذه بعين الإعتبار فترة الحمل بالطفل (العمر بالأسابيع) ومقدرته / مقدرتها على التجاوب والتأقلم مع ما يحيط به / بها.

الإتصال بقسم الـ (NISC)

نرجو أن تطلبي من الممرضة أن تكتب لك رقم الهاتف الذي يُمكنك الإتصال به خلال النهار أو أثناء الليل للإستفسار أو الإستعلام عن حالة طفلك.

إن الرقم هو:

الخدمات في مستشفى النساء The Women's

إن رقم مقسم المستشفى الملكي للنساء Royal Women's Hospital هو: 03 8345 2000، تستطيعين أن تتصلي بهذا الرقم وتطلبي تحويلك الى أية خدمة تريدين الإتصال بها.

المدافع عن حقوق الزبائن

سوف يقوم المدافع عن حقوق الزبائن (المستهلكين) بمساعدتك على حل أية صعوبات أو مواضيع عالقة قد تكون لديك مع الموظفين أو الخدمات في المستشفى. وإنه من المفيد جدا للمستشفى أن تستمع الى الشكاوى و الى إطلاعات التقدير على خدماتها – يساعدنا هذا الأمر على تحسين خدماتنا.

إن مكتب المدافع عن حقوق الزبائن موجود في الطابق الأول قرب المصاعد. وارقام الهاتف الخاصة به هي التالية: 8345 2290 أو 8345 2291.

مركز المعلومات الصحية في مستشفى النساء The Women's، المعروف بإختصارا بالأحرف الأولى (WHIC)

لمعرفة ما إذا كانت هناك معلومات عن نوع الحالة الصحية التي يشكو منها طفلك، سواء كانت مطبوعة أو على الموقع الإلكتروني، وتكون هذه بلغتك الأم، فإن القابلات القانونيات في مركز الـ WHIC ستساعدك على إيجاد هذه النشرات. وتستطيع القابلات القانونيات مساعدتك على الحصول على المعلومات عن صحة النساء. تستطيعين القيام بزيارة مركز الـ WHIC في أي وقت أثناء ساعات الدوام، وتقومى بالإطلاع على الكتب والنشرات والأقراص المدمجة الـ DVD الموجودة في المركز، بإمكانك أيضا إستعمال تسهيلات الإنترنت في المركز للإطلاع على المعلومات الصحية.

إن مركز الـ WHIC موجود في الطابق الأرضي، الى يسار المدخل الرئيسي لدى دخولك الى المستشفى، ورقم الهاتف هو: 8345 3045.

خدمات اللغة

إذا كنت تتكلمين لغة غير اللغة الإنكليزية، فإن لك الحق في طلب خدمة مترجمة. نَشَجَعُكَ على أن تطلبي المترجمة حتى ولو كنت بصحبة صديقة أو فرد من أفراد العائلة يتكلم اللغة الإنكليزية. إن دائرة خدمات اللغة موجودة في الطابق الأرضي، داخل قسم خدمات الدعم الإجتماعي في مستشفى النساء.

رقم الهاتف هو: 8345 3054 (03)

يتواجد معالجون فيزيائيون ومعالجون مهنيون في قسم الـ (NISC)، وهم متخصصون في موضوع العناية في مرحلة نمو الطفل، وكذلك يوجد موظفون آخرون يستطيعون أن يتحدثوا معك عن هذا الموضوع. إذا أردت أن تتحدثي مع أحد المعالجين الفيزيائيين، نرجو أن تطلبي ذلك من مدير القسم الذي يقدم العناية لولداك، أو من الممرضة أو من الطبيب المُعالج. هناك أيضا أوراق معلومات (نشرات) متوفرة عن العناية في مرحلة نمو الطفل.

إرضاع الطفل من الثديين

إن إرضاع الطفل من الثديين هو أفضل طريقة لتغذية الطفل. إن الإرضاع من الثديين يُعطي أفضل التغذية وله فوائد عديدة أخرى، مثل حماية طفلك من الإلتهابات، ومن الحساسيات وبصورة خاصة من الأمراض التي ستحصل له بصورة لاحقة في حياته. والإرضاع من الثديين مفيد وجيد بصورة خاصة للأطفال المولودين قبل الأوان والذين يكون بإستطاعتهم هضم حليب الثديين بصورة أفضل من هضم بدائل حليب الأم. إذا كان طفلك صغيرا جدا أو غير متعاف فإننا نستطيع أن نقدم لك إستخراج (شفط) الحليب من ثدييك الى حين أن يُصبح طفلك قويا ما فيه الكفاية. إن الممرضات المتخصصات في موضوع الإرضاع من الثديين وكذلك المستشارون في موضوع إدرار الحليب بإستطاعتهم مساعدتك في إستخراج (شفط) الحليب وفي صعوبات المباشرة بالإرضاع والإستمرار بالإرضاع من الثديين، وذلك في حال كانت توجد لديك أية صعوبات في هذا المجال.

عناية الكانغارو "Kangaroo Care" / الملامسة وإحتكاك الجلد بالجلد مع طفلك

تشجع "عناية الكانغارو" "Kangaroo Care" / القيام باللامسة وإحتكاك الجلد بالجلد، وهي فرصة لإقامة إتصال طبيعي مع طفلك. فهذا من شأنه، بالنسبة للأمهات، أن يُحسن إدرار الحليب ويساعد على الإرضاع من الثديين. أما بالنسبة لجميع الأهل فهو يعتبر طريقة أخرى للمشاركة في العناية بطفلك. إن موظفي العناية بالأطفال سيساعدونك على تحضير نفسك، وطفلك والبيئة الملائمة للقيام بـ "عناية الكانغارو". يجب أن تكون حالة طفلك مُستقرة قبل أن يصبح بالإمكان البدء بعناية الكانغارو.

تستطيع ممرضات العناية بالأطفال أن تزودك بورقة معلومات حول موضوع "عناية الكانغارو" إذا أحببت الحصول على المزيد من المعلومات.

الكشوفات والتحريات الدقيقة على جميع المواليد الجُدد

إنه من المستحسن والموصى به بالنسبة لجميع الأطفال في ولاية فيكتوريا أن تُجرى عليهم فحوصات خاصة للدم بواسطة وخز إبرة رفيعة جدا تتم في عقب القدم، بغية التحري الدقيق عن بعض الأمراض النادرة جدا التي يُمكن أن تكون موجودة. يُمكن لهذه الأمراض أن تتسبب بتعقيدات خطيرة. في معظم الحالات، إذا وجدت هذه الأمراض في المولود الجديد، فإنه بالإمكان معالجتها وسوف يكبر الطفل وينمو بصورة طبيعية.

وكذلك يُوصى بإجراء فحوص خاصة بالسمع. لأن عددا صغيرا من الأطفال يولدون وهم فاقدون حاسة السمع، الأمر الذي قد يؤثر على أهلية/ ملكة النطق لديهم وعلى مهارات الكلام. إن فقدان حاسة السمع قد لا تكون ظاهرة وواضحة في الأسابيع الأولى من حياة الطفل، غير أنه بالإمكان تحريها والتحقق من وجودها بواسطة فحص تصويري تظهر نتائج على شاشة جهاز الفحص.

إن المستشفى الملكي للنساء هو مستشفى خال من التدخين. للحصول على المزيد من المعلومات والدعم زوروا الموقع الإلكتروني: www.quit.org.au

رفع المسؤولية: إن المستشفى الملكي للنساء The Royal Women's Hospital لا يقبل أية مسؤولية ولأي شخص كان عن المعلومات والنصحة (سواء عن إستعمال مثل هذه المعلومات والنصحة) المقدمة في ورقة المعلومات هذه، أو تلك المضمومة أو الداخلة فيها كمرجع. نحن نقدم هذه المعلومات ضمن مفهوم عام بأن جميع الأشخاص الذين يصلون الى هذه المعلومات سيتحملون مسؤولية تقييم مدى إرتباطها وقيمتها وتقديرها. نَشَجَعُ السيدات على مناقشة حاجاتهن الصحية مع مُقدم العناية الصحية لهن. إذا كانت توجد لديك أية إشغالات بالبالنسبة لصحتك، فإنه يتوجب عليك أن تحصل على المشورة من مقدم العناية الصحية لك، أو إذا كنت تحتاجين الى رعاية مُستعجلة يتوجب عليك أن تذهبي الى أقرب قسم للحالات المستعجلة في مستشفى The nearest Hospital Emergency Department. المستشفى الملكي للنساء The Royal Women's Hospital، © شهر أيار / مايو 2008