



the women's  
the royal women's hospital  
victoria australia

## یہ چیزیں ہسپتال ساتھ لائیں

یہ فہرست ان عورتوں کے لیے ہے جو ویمنز ہسپتال میں بچے کو جنم دے رہی ہیں۔

### ولادت کے عمل کے لیے

- آرام دہ کپڑے جیسے پرانی ٹی شرٹ، گرم جرابیں، پرانی نیکر (کئی جوڑے کیونکہ ممکن ہے آپکو پانی جاری ہونے کے بعد بار بار نیکر بدلنی پڑے)
- اپنا تکیہ (نام لکھ کر)، اگر آپ پسند کریں تو
- جیل ہیٹ پیک
- مساج کے لیے تیل، ٹالکم پاؤڈر یا لوشن
- ٹھنڈے پانی کی بھوار کے لیے سپرے کی بوتل (ایروسول نہ ہو)
- غسلخانے کی چیزیں – صابن، شیمپو، ٹوتھ پیسٹ، ٹوتھ برش وغیرہ -
- ہلکی پھلکی کھانے کی چیزیں: بارے شوگر ٹافیاں، جیلی بینز، پھل، بارز وغیرہ۔
- چپل، سلپیر، نہ پھسلنے والی جرابیں
- کیمرہ
- فون چارجر
- آپکا پسندیدہ اسینشل آئل (آئل ڈی فیوزر یہاں مل جائے گا)
- فون یا ایم پی 3 پلیئر پر آپکا پسندیدہ میوزک

### ملاقات کے اوقات

ملاقات کے اوقات صرف 2.30 بجے دوپہر سے شام 8.00 بجے تک ہیں۔ شوہر حضرات صبح 8.00 بجے سے شام 8.30 بجے تک ملاقات کر سکتے ہیں۔

### آپکا قیام

آپکے بچے کی پیدائش کے بعد جلد ہی آپکو مشاہدے اور دیکھ بھال کے لیے پوسٹ نیٹل وارڈ میں منتقل کر دیا جائے گا۔ آپکی مڈوائف آپکے ہسپتال سے رخصت ہونے کے ارادوں کے بارے میں آپکے ساتھ بات کرے گی۔ اگر ولادت میں کوئی پیچیدگی نہیں ہوئی تھی اور اگر آپ اور بچہ ٹھیک ٹھاک ہوں تو آپکو ولادت کے بعد 24 گھنٹوں کے اندر ہسپتال سے فارغ کر دیا جائے گا۔ اگر آپ 24 گھنٹوں بعد رخصت ہونے والی ہوں تو آپکا شوہر بالعموم یہاں رات گزار سکتا ہے تاکہ آپکی مدد کرے اور آپکے ساتھ بچے کی دیکھ بھال کرنا سیکھ لے۔

اگر آپکا بچہ سیزیرین آپریشن سے پیدا ہوا ہے اور آپ اور بچہ ہر لحاظ سے ٹھیک جا رہے ہیں تو آپ پیدائش کے بعد 72 گھنٹوں تک ہسپتال میں رہتی ہیں۔ جن عورتوں کے یہاں ولادت زیادہ پیچیدہ رہی ہو یا جو بچے ٹھیک نہ ہوں، وہ اس سے زیادہ وقت ہسپتال میں رہیں گے۔

### وارڈ سے رخصت ہونے کا وقت صبح 9.30 بجے ہے۔

براہ مہربانی اس وقت کے قریب ترین اپنی سواری منگوا لیں۔

یاد رکھیں، اگر آپ اپنی گاڑی میں گھر جا رہی ہیں تو آپکو بچے کی پیدائش سے پہلے گاڑی میں بچے کے لیے درست کار سیٹ لگوانی ہوگی۔ (VicRoads کی ویب سائٹ دیکھیں یا اپنی مڈوائف سے VicRoads Child Restraints بروشر مانگیں)۔

### مزید معلومات کے لیے

ہماری ویب سائٹ پر مریضوں اور ملاقاتیوں کے لیے مخصوص حصہ دیکھیں  
www.thewomens.org.au/PatientsandVisitors -

### اس سلسلے کا ایک اور معلوماتی پرچہ

آپکے بچے کی جلد کی دیکھ بھال

### مددگار فرد/افراد

- انکی پسندیدہ کھانے کی ہلکی پھلکی چیزیں اور جوس، خاص جالے، خوشی منانے کے لیے مشروبات، اگر وہ چاہیں تو۔

### ماں اور بچہ

- آرام دہ لباس، جوڑے، سلپیر یا نہ پھسلنے والی جرابیں (پیروں پر ہمیشہ کچھ پہن کر رکھنا ضروری ہے)۔
- رات کا لباس: قمیض باجائے والے نائٹ سوٹ اور ڈریسنگ گاؤن کی بجائے ایک نائٹ یا نائٹ شرٹ بہتر ہے۔
- دودھ پلانے والی ماؤں کے لیے انگیا یا تار کے بغیر برا ٹاپ (جیسی ورزش کے لیے پہنتے ہیں) اور نرسنگ پیڈز/بریڈ پیڈز
- جانگپے: کمر تک اونچے، فل بریف (بکی انڈریئر کی بجائے) اور زیادہ تعداد میں!
- میٹرنٹی پیڈز (ولادت کے بعد استعمال کے پیڈز کے 3 پیکٹ)
- روٹی کے گولے اور بچے کے نیپے کے لیے ڈسپوزیبل واش کلاتھس (عام دکانوں پر ملنے والے بی بی وانڈس نہیں) مزید معلومات کے لیے معلوماتی پرچہ دیکھیں: آپکے بچے کی جلد کی دیکھ بھال۔
- بچے کو لپیٹنے کے لیے ململ کے بڑے رومال – بچے کو نہلانے اور گھر لے جانے کے لیے
- نوزائیدہ بچے کے نیپے (32 عدد کا پیکٹ)
- بچے کے کپڑے: بنیائیں اور پوری آستین والے پورے بدن کے لباس بہتر ہیں
- اگر آپ بچے کو ڈبے کا دودھ یعنی فارمولا استعمال کرانے کا ارادہ رکھتی ہیں تو اپنی مرضی کے فارمولا دودھ کا ڈبا یا چھوٹی تھیلیاں ساتھ لائیں۔
- نوزائیدہ بچے کی کار سیٹ (ہسپتال سے رخصت ہونے کے دن کے لیے)