हास्पिटल को कॉल कब करें

गर्भावस्था के आखिरी चरण वाली महिलाओं के लिए सलाह

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

कभी-कभी गर्भावस्था के आखरिी चरणों के दौरान, ऐसे परविर्तन हो सकते हैं जो कुछ महलिाओं को चंतिति कर सकते हैं। इनमें से कई चंताओं को आपकी क्लनिकिल नयिुक्त (अपॉइंटमेंट) में व्यक्त कयिा जा सकता है और इन पर चर्चा की जा सकती है, हालांक कुिछ पर जल्द से जल्द मडिवाइफ़ से चर्चा की जानी चाहए।

मुझे हास्पटिल को कॉल कब करनी चाहए?

आप अस्पताल से संपर्क करें यद आिप नम्नि लक्षणों में से कन्हिीं लक्षणों का अनुभव करती हैं:

- यद आिपका वॉटर ब्रेक होता है (यह लेबर कन्ट्रैक्शन्स शुरू होने से पहले या बाद में हो सकता है)।
- यद आिपके योन सिे खून बह रहा है जो चकिनेपन के साथ मश्रिति नहीं है। बहुत सारे चकिनेपन के साथ योन सिे रक्तस्राव को 'शो' कहा जाता है और यह संकेत है क लिेबर सामान्य रूप से प्रगत कर रही है। यद आिपके प्रवेश के दौरान आपकी योन परीक्षा हुई है तो भी आपको 'शो' हो सकता है।
- यद मिरोड़े)कन्ट्रैक्शन्स) नयिमति हो रही हैं और 30 सेकंड से अधकि समय तक रहती है और हर 5 मनिट के अंतराल में लगातार हो रही है।
- यद आिप शंकति हैं या अनश्चिति हैं क क्यिा हो रहा है
- यद आिपको दर्द प्रबंधन के लए दवाओं की आवश्यकता है।
- यद आिपको महसूस नही हो रहा है क आिपका बच्चा हलि रहा है।

मुझे कसि कॉल करनी चाहए?

इनमें से कसी भी चंता के बारे में हॉस्पटिल में मडिवाइफ़ से बात करने के लए, आपको इस नंबर पर फोन करना चाहए **(03) 8345 3635**. सामान्य पूछताछ के लए इस नंबर पर कॉल न करें।

क्या मैं लेबर में हूँ?

कुछ महलिाओं का प्रसव (लेबर) पूरी तरह स्थापत होने स पहले एक से अधकि एडमशिन होना असामान्य नहीं है, खासकर अगर यह आपका पहला बच्चा है।

कभी-कभी शुरुआती प्रसव (लेबर) को लेबर का अप्रत्यक्त, या पूर्व-लेबर का अव्यक्त चरण कहा जाता है। यद आिप पहली बार बच्चे पैदा कर रही हैं, तो प्री-लेबर कुछ घंटों, दनिों या हफ्तों तक हो सकती है।

इस दौरान आपको होने वाली अनयिमति मरोड़े) कन्ट्रैक्शन्स) आपके गर्भाशय ग्रीवा (गर्भ की गर्दन) को नरम और पतला बना रही हैं, अधकि खोलने के लए तैयार कर रही है। अधकिांश महलिाओं को आंतरायकि पीरयिड के दर्द के समान मरोड़ों)(कन्ट्रैक्शन्स) का अनुभव होता है।

मुझे अस्पताल कब आना चाहए?

अनुसंधान हमें बताता है क अच्छी तरह से, पूर्ण अवध की महलिाओं और शशिुओं के लए, लेबर के इस चरण को बतिाने के लए सबसे अच्छी जगह घर पर है। पूर्ण अवध का मतलब है क आिपकी गर्भावस्था 37 सप्ताह से अधकि गर्भकाल की है और आप और आपका बच्चा ठीक हैं।

यद आिपको अपनी व्यक्तगित परस्थितियिों से संबंधति कोई अलग जानकारी दी गई है, तो कृपया उन वशिष्टि नर्दिेशों का पालन करें।

घर में, आपको अपने स्वयं के परविेश की स्वतंत्रता है। आप खा सकती हैं, सो सकती हैं और अपने अनुसार घूम सकती हैं।

अपने शरीर को सुनें और वही करें जो आप सहज महसूस करती हैं जो आपके लए सही है। याद रखें क आिपका अनुभव वशिष्टि रूप से आपका है।

चरण/लेबर का चरण	भावनाएँ	घटनाएं	उपयोगी विचार
पूर्व-लेबर गर्भाशय ग्रीवा पतली होने लगती है अनियमित हल्की, छोटी मरोड़े)क्न्ट्रैक्शन्स) कुछ दिन रह सकती हैं	उत्साहित, आशंकित 	श्लेष्मा(म्यूकस) खून से लथपथ पीठ दर्द पेट के निचले हिस्से में दर्द (जैसे पीरियड दर्द) कभी कभी दस्त कभी-कभी वॉटर ब्रेक आपको थकान महसूस हो सकती है	जीवन सामान्य रूप में आस-पास घूमें, व्यस्त रहें अगर जरूरत हो तो आराम करें
पहला चरण: प्रारंभिक चरण (8-16 घंटे) गर्भाशय 0-4 सेंटीमीटर चौड़ा(खुला) मरोड़े)क्न्ट्रैक्शन्स) नियमित हैं, 5–20 मिनट के अंतराल में, 20–40 सेकंड तक चलती है	उत्साहित, आशंकित 	आपको थकान महसूस हो सकती है श्लेष्मा(म्यूकस) खून से लथपथ पीठ दर्द पेट के निचले हिस्से में दर्द (जैसे पीरियड दर्द) कभी कभी दस्त कभी-कभी वॉटर ब्रेक	खाते-पीते रहें (अक्सर कम मात्रा में) आस-पास घूमें, व्यस्त रहें अगर जरूरत हो तो आराम करें हर दो घंटे में अपना मूत्राशय खाली करें अपनी एक मरोड से दूसरी मरोड आने के समय नोट करें (एक मरोड शुरू होने से लेकर दूसरा मरोड शुरू होने तक) हॉस्पिटल कॉल करें
पहला चरण: सक्रिय चरण (3-5घंटे) गर्भाशय ग्रीवा 4–8 सेमी खुलना मरोड़े (कन्ट्रैक्श्न्स) 3–7 मिनट की होती हैं, जो 50-60 सेकंड तक चलती हैं	थकना, बेचैन होना 	मरोड़े (कन्ट्रैक्श्न्स), ज्यादा तेज और नियमित पेट के निचले हिस्से में तेज दर्द पीठ दर्द जारी रह सकता है पूरी तरह से प्रसव-पीड़ा (लेबर) पर ध्यान केंद्रित लोगों के सहयोग पर निर्भर श्लेष्मा(म्यूकस) खून से लथपथ वॉटर ब्रेक हो सकता है	गहरी सांस लें ध्यान केन्द्रित करना गर्म स्नान करें या गर्म पैक का उपयोग करें करवट बदलें मरोड़ (कन्ट्रैक्श्न्स) के बीच आराम करें तरल पदार्थ पिए / मीठी चीज़ चूसें
दूसरा चरण: धकेलना (1/2-2घंटे) गर्भाशय ग्रीवा(सर्विक्स) पूरी तरह से खुलना (10 सेमी) मरोड़े)क्न्ट्रैक्शन्स) 2-5 मिनट के अलावा, 60-90 सेकंड तक चलते है	मेहनत करना 	मरोडें होने में सामान्य से अधिक समय लगता है दर्द कम तीव्र, दबाव अधिक जोर लगाने का आग्रह खिंचाव, ताप के साथ बच्चे का सिर नीचे आना	मरोड़)क्न्ट्रैक्शन्स) के साथ धकेलना (दर्पण का उपयोग करें) मरोड़ (कन्ट्रैक्श्न्स) के बीच आराम करें चेहरे और गर्दन को ठंडा रखने के लिए फलालैन रखें या स्प्रे करें समर्थकों की बात सुनें। आपको बच्चे के सिर के जन्म को धीमा करने के लिए उसे नीचे धकेलने की तीव्र इच्छा में भारी साँसें लेने की ज़रूरत पड़ सकती है

खंडन यह तथ्य पत्र केवल सामान्य जानकारी प्रदान करता है। अपने बच्चे या आपकी स्वास्थ्य देखभाल की जरूरतों के बारे में विशिष्ट सलाह के लिए, आपको अपने स्वास्थ्य पेशेवर से सलाह लेनी चाहिए। रॉयल वुमेन्स हॉस्पिटल किसी स्वास्थ्य पेशेवर को देखने के बजाय इस तथ्य पत्र पर आपकी निर्भरता से होने वाले नुकसान या क्षति के लिए किसी भी जिम्मेदारी को स्वीकार नहीं करता है। यदि आपको या आपके बच्चे को तत्काल चिकित्सा की आवश्यकता है, तो कृपया अपने नजदीकी आपातकालीन विभाग से संपर्क करें। © रॉयल वुमेन्स हॉस्पिटल 2017