

المقابلات المنتظمة أثناء فترة الحمل



المساعدة في تقليل خطر ولادة جنين ميتاً

تهدف المقابلات المنتظمة والفحوصات أثناء فترة الحمل إلى الحفاظ على سلامتك وسلامة طفلك والاطمئنان على صحته ونموه. ويمكنك أيضاً مناقشة أية مخاوف لديك ومعرفة كيفية تقليل خطر ولادة جنين ميتاً.

كيفية تقليل خطر ولادة جنين ميتاً

تحدثي مع
أخصائي الرعاية
الصحية عن
توقيت ولادة
طفلك.

ابتداءً من الأسبوع
28، استلقي على
جنبك أثناء النوم.

راقبي حركة طفلك
واطلبي المساعدة
إذا تغيّرت.

تجنّبي التدخين
والتعرض لدخان
السجائر.



Australian Government
Department of Health,
Disability and Ageing

THE
SOCIAL POLICY GROUP

مقابلتك المنتظمة أثناء فترة الحمل

في كل مقابلة، قد يقوم أخصائي الرعاية الصحية بما يلي:



الحديث عن
حركة الطفل



فحص نبض
قلب الطفل



قياس نمو
الطفل



الاطمئنان
على صحتك
وعافيتك



قياس ضغط
دمك

تواصل مع العيادة الصحية أو الطبيب العمومي (GP) لحجز مقابلتك الأولى.

أول 10 أسابيع من الحمل

ستكون هذه المقابلة هي الأطول. وقد تتضمن ما يلي:

مناقشة حملك وتقدير موعد الولادة المتوقع.

الحديث عن تاريخك الصحي، بما في ذلك صحتك النفسية والعاطفية.

مناقشة المكملات الغذائية والأدوية.

قياس طولك ووزنك وضغط دمك.

إحالتك لإجراء فحوصات الدم والبول.

مناقشة خيارات الفحص الجيني (البيولوجي).

إحالتك لإجراء أول فحص بالموجات فوق الصوتية (ultrasound).

مناقشة التدخين والتعرض لدخان السجائر وأماكن الحصول على الدعم.

التطعيم:

يمكنك الحصول على لقاح
الإنفلونزا (influenza)
في أي مرحلة من مراحل
الحمل.

الأسابيع 16 - 19

مناقشة نتائج فحوصات حملك في بدايته وما إذا كنت بحاجة إلى مكملات غذائية.

ترتيب موعد الفحص المورفولوجي (morphology scan) في الأسبوع 18 - 20.

الأسابيع 18 - 20

التطعيم:

في أي وقت من الأسبوع
20 - 32، يمكنك الحصول
على لقاح السعال الديكي
(whooping cough).

إجراء الفحص المورفولوجي (morphology scan)، وهو فحص
بالموجات فوق الصوتية، يكون أطول وأكثر تفصيلاً للتحقق من
أعضاء طفلك ونموه وتطوره.

الأسابيع 24 - 28

حقنة anti-D:

قد تحتاجينها عند حوالي
الأسبوع 28 حسب نتيجة
فحص الدم السابق.

فحص سكري الحمل (ارتفاع سكر الدم).
إجراء أي فحوصات دم روتينية أخرى (عند الحاجة).
ابتداءً من الأسبوع 28، استلقي على جنبك أثناء النوم.

الأسابيع 29 - 34

التطعيم:

يمكنك الحصول على لقاح
RSV في أي وقت بين
الأسبوعين 28 و 36.

مناقشة نتائج فحوصاتك.
ملحوظة: إذا تمَّ إعطائك حقنة anti-D في السابق، فسيتم
إعطائك حقنة أخرى في هذا الوقت.
مناقشة خطة الولادة وخيارات تخفيف الألم.

الأسابيع 35 - 37

فحص وضعية طفلك ومدى نزوله في الحوض.
مناقشة معلومات الولادة، ودعم الصحة النفسية، والعناية بمولودك الجديد، ومعلومات
أخرى، وما يمكن توقعه بشأن فحوصات حديثي الولادة وفيتامين K لطفلك.
فحص المكورات العقدية من المجموعة B (GBS): قد يُعرض عليك إجراء هذا الفحص،
حيث يأخذ مقدم الرعاية الصحية مسحة من أسفل المهبل والمستقيم. وإذا كانت نتيجة
الفحص إيجابية، فسيُعرض عليك عادةً إعطائك مضادات حيوية أثناء المخاض لحماية
طفلك.

الأسابيع 38 - 40

فحص وضعية طفلك ومدى نزوله في الحوض.
مناقشة التوقيت الأكثر أماناً لولادة طفلك.

الأسبوع 41

مناقشة الخيارات المتاحة للمساعدة على تحفيز الولادة إذا تأخرت.

هذه هي المقابلات المنتظمة أثناء فترة الحمل. وقد يقترح أخصائي الرعاية الصحية مقابلات إضافية
حسب الحاجة.

إذا كانت لديك أسئلة بين المقابلات، يمكنك التواصل مع العيادة الصحية أو الاتصال
بخط **Pregnancy, Birth and Baby Hotline** على الرقم **1800882436**



إذا كنت بحاجة إلى مترجم شفهي، اخبري أخصائي الرعاية الصحية عند حجز موعد
المقابلة.

