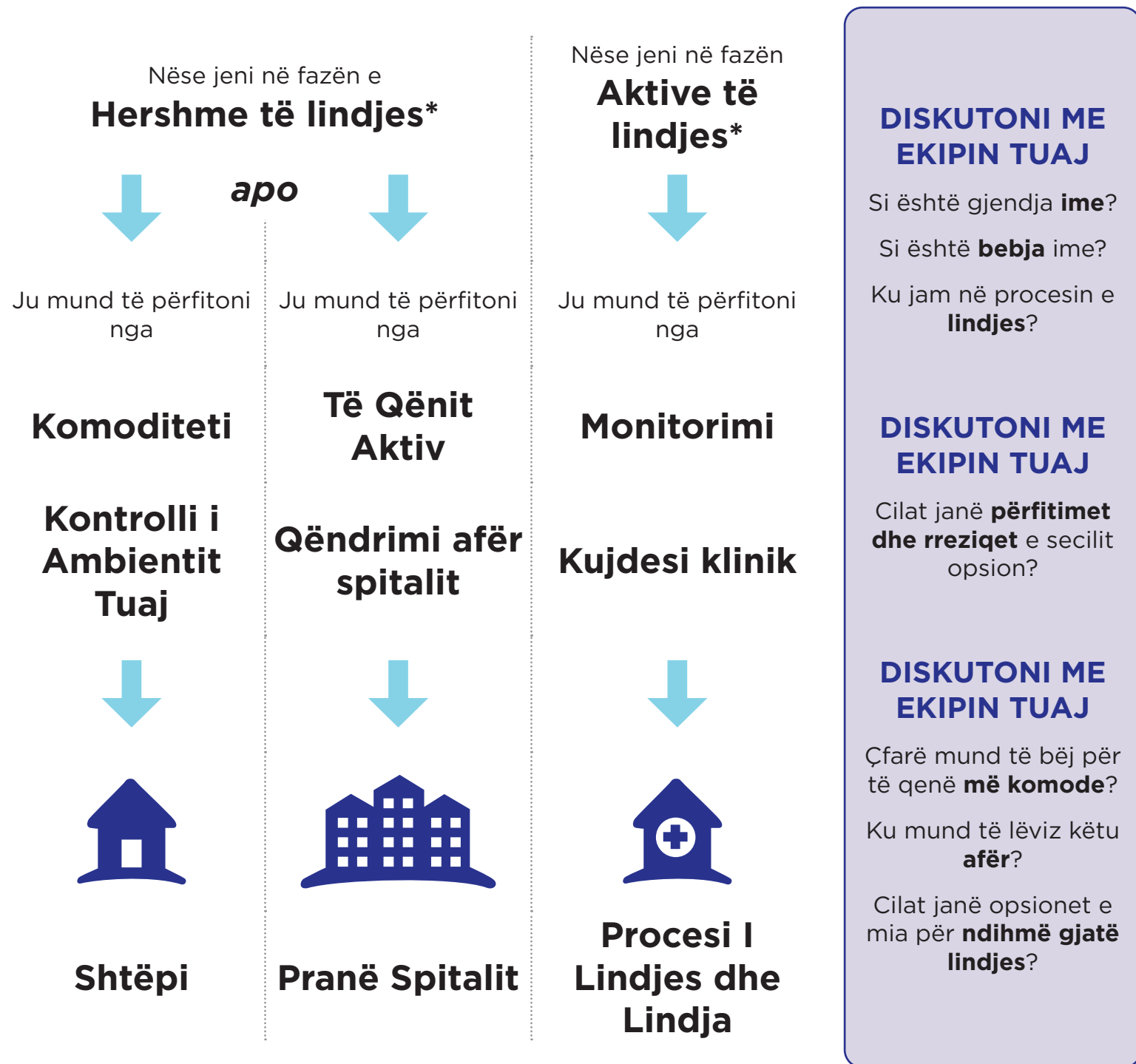


# Udhëzues për Diskutimin rreth Shtrimit

Diskutoni hapat e ardhshëm më të mirë me personin që ju shoqëron për përkrahje, infermierën dhe mjekun tuaj, bazuar në gjëndjen tuaj, në gjëndjen e bebes tuaj dhe se si po përparon procesi i lindjes.



\* Kolegji Amerikan i Obstetërve dhe Gjinekologëve (ACOG inicalet në Anglisht) e përkufizon procesin e lindjes si kontraktime që rezultojnë në ndryshim të qafës së mitrës. Faza aktive e lindjes zakonisht fillon në 4-6 cm me zgjerim të përhshpejtuar të qafës së mitrës.