

# دليل النقاش حول دخول المستشفى

ناقشي أفضل الخطوات التالية مع الشخص الذي يعتني بك، وممرضتك، ومزود رعايتك، وذلك بناءً على حالتك الصحية، وحالة طفلك، وكيفية تقدم حالة مخاضك.

## ناقشي مع فريقك

كيف حالي؟

كيف حال طفلي؟

في أي مراحل المخاض أنا؟

## ناقشي مع فريقك

ما هي فوائد ومخاطر كل خيار؟

## ناقشي مع فريقك

ما الذي يمكنني فعله لأشعر  
براحة أكبر؟

هل هناك مكان قريب يمكنني  
الذهاب إليه؟

ما هي الخيارات المتاحة لي  
لتلقي الدعم خلال المخاض؟

إذا كنت في  
مرحلة المخاض  
النشط\*



يمكنك الاستفادة من

الخضوع للمراقبة

الرعاية السريرية



المخاض  
والولادة

إذا كنت في  
حالة مخاض مبكر\*



يمكنك الاستفادة من

التحلي بالنشاط

البقاء على مقربة  
من المستشفى



بالقرب من  
المستشفى

أو



يمكنك الاستفادة من

الراحة

التحكم في بيئتك



المنزل

\* تعرّف الكلية الأمريكية لأمراض النساء والتوليد (The American College of Obstetricians and Gynecologists, ACOG) المخاض بأنه انقباضات تتسبب في تغيير عنق الرحم. ويبدأ المخاض النشط في العادة عند 4-6 سم مع سرعة اتساع فتحة عنق الرحم.