



ਮੋਟੇਕਿਓ ਐਮੀਲੀਆ ਹੋਸਪਿਟਲ
O.U. ਓਬਸਟੇਟ੍ਰਿਕਸ ਐਂਡ ਗਾਈਨੇਕੋਲੋਜੀ
ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਡਾ. ਡੀ. ਵਿਵਿਆਨੀ

ਮੋਟੇਕਿਓ ਈ. ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦਾ ਮੁੱਢਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿਭਾਗ
O.U. ਮਹਿਲਾ ਅਤੇ ਬਾਲ ਸਿਹਤ
ਸੂਪਰਵਾਈਜ਼ਰ ਡਾ. ਵੇਲਟਾ

ਪ੍ਰੈਗਨੈਂਸੀ ਕਲੀਨਿਕ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਲੈਣ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਹੇ....



ਜੇਕਰ ਸਭ ਕੁਝ ਠੀਕ-ਠਾਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਦਰਦ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਸਮਾਂ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਡਲਿਵਰੀ ਸੰਬੰਧੀ ਪਰੀਖਣ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਂਚ ਲਈ ਕੋਈ ਮੁਲਾਕਾਤ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਗਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਜਾਪੇ ਦੇ ਅਖੀਰ ਤੇ ਮਤਲਬ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਹੋਵੇਗੀ।

ਡਾਕਟਰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਦੇ ਦਰਦ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀਤੇ ਪਰੀਖਣਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਣਗੇ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਜਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਏ ਗਏ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਜਣੇਪਾ ਖਤਮ ਹੋਣ ਦੇ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੇ ਗੌਰ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ:

- ਭਰੂਣ ਦਾ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਹਿਲਜੁਲ ਕਰਨਾ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਮ ਦੇ ਵੇਲੇ ਜਿਆਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਵੇਲੇ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਂਤ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭਰੂਣ ਦੀ ਕੋਈ ਹਿਲਜੁਲ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਥਿਤੀ ਬਦਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਪਣੇ ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ ਲੇਟਣਾ, ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮੁਦਰਾ ਵਿੱਚ ਆਉਣਾ ਅਤੇ ਕੁਝ ਮਿੰਟ ਖਾਣਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸਭ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਭਰੂਣ ਦੀ ਕੋਈ ਹਿਲਜੁਲ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜਾਂਚ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਓ।
- ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਵਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ 140/90 ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੀ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ GP ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਸਥਾਨਕ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿਖੇ 10 ਮਿੰਟ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੁਬਾਰਾ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੱਤਾਂ, ਬਾਹਾਂ, ਹੱਥਾਂ, ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਧੜ ਤੇ ਕਾਫੀ ਜਿਆਦਾ ਸੋਜਸ਼ ਹੋਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤਰਲ ਜਮ੍ਹਾਂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਜਨੇਪੇ ਦੇ ਆਖਰੀ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਇਹ ਮਾਮੂਲੀ ਜਿਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਘਬਰਾਉਣ ਦੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸੋਜਸ਼ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਸਰੀਰ ਦੇ ਭਾਰ ਵਿੱਚ ਹੋਏ ਵਾਧੇ ਤੋਂ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ 2 ਜਾਂ 3 ਕਿੱਲੋ ਭਾਰ ਵੱਧ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂਚ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਸਫੇਦ/ਪੀਲਾ ਜਾਂ ਗੁਲਾਬੀ ਜਿਹਾ ਪਦਾਰਥ ਰਿਸਣਾ। ਇਸ ਨੂੰ *ਮਿਊਕਸ ਪਲੱਗ* ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਜਾਪੇ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਲੰਬੇ ਹਿੱਸੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਸਰੀਰਕ ਸਥਿਤੀ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਸਰੀਰ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ਐਮਨਿਓਟਿਕ ਤਰਲ (ਪਾਰਦਰਸ਼ੀ ਜਾਂ ਗੁਲਾਬੀ ਜਿਹਾ ਪਾਣੀ) ਰਿਸਣਾ, ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਥੋੜ੍ਹੀਆਂ-ਥੋੜ੍ਹੀਆਂ ਬੂੰਦਾਂ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਥੈਲੀ ਸ਼ਾਇਦ ਫੱਟ ਗਈ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਹਾਲੇ ਕੋਈ ਖਿੱਚ ਨਹੀਂ ਪੈ ਰਹੀ ਹੈ, ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਕੇ ਦਾਖਲ ਹੋ ਜਾਓ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਜਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਲਦੀ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਵਿੱਚ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਓ, ਤੁਸੀਂ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਤਿਆਰੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਹਾ ਵੀ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜੇਕਰ ਤੁਰੰਤ ਜਾਪਾ ਹੋਣ ਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਸੰਕੇਤ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤਰਲ ਦਾ ਰੰਗ ਮੀਕੋਨੀਅਮ (ਹਰਾ ਜਿਹਾ) ਹੈ, ਤਾਂ ਜਲਦੀ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਹਸਪਤਾਲ ਪਹੁੰਚੋ।
- ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਖੂਨ ਨਿਕਲਣਾ: ਜੇਕਰ ਬਹੁਤ ਜਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਦਾ ਆਮ ਵਾਂਗ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਜਾਣਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਜਾਪੇ ਦੇ ਅਖੀਰਲੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਆਦਤਰ ਵਾਰ ਰਿਸਾਅ ਜਾਂਚ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਜਿਨਸੀ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਂ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਨੂੰ ਕੱਸ ਪੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦਰਦ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਮਾਹਵਾਰੀ ਜਿਆਦਾ ਹੋਣ ਵਰਗਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਥੱਕੇ ਬਣੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵਹਾਅ ਵੀ ਤੇਜ਼ ਹੈ, ਤਾਂ ਜਲਦੀ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਓ।

ਹਸਪਤਾਲ ਕਦੋਂ ਜਾਣਾ ਹੈ?

ਜੇਕਰ 1 ਤੋਂ 2 ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਹਰ 5 ਮਿੰਟ ਬਾਅਦ ਅਤੇ ਉਸੇ ਤੀਬਰਤਾ ਨਾਲ ਦਰਦ ਭਰੇ ਕੱਸ ਪੈ ਰਹੇ ਹਨ। ਅਕਸਰ ਕੱਸ ਪੈਣ ਨਾਲ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਚਿਪਚਿਪਾ ਪਦਾਰਥ ਅਤੇ ਖੂਨ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ-ਠਾਕ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵਾਰਡ ਨੂੰ ਟੈਲੀਫੋਨ ਕਰਕੇ ਸਾਰੀ ਸਥਿਤੀ ਸਮਝਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਡਲਿਵਰੀ ਦੇ ਮੁੱਢਲੇ ਪੜਾਅ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਆਖਰੀ ਪੜਾਅ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਕੀ ਕਰੋ

(ਦਰਦ-ਰਹਿਤ, ਅਨਿਯਮਿਤ ਕੱਸ ਦੇ ਨਾਲ ਡਲਿਵਰੀ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨਾ, ਜੋ ਕਿ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਚੱਲ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਡਲਿਵਰੀ ਦੇ ਦਰਦ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਨਹੀਂ ਹਨ)

- ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਕੁ ਵਾਰ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਨਹਾਉਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਰਾਮ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਸੈਰ ਕਰਨਾ
- ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਢੰਗ, ਸੋਫੇ ਤੇ, ਚੁੱਪ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਅਤੇ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਸਾਹ ਲੈਣਾ, ਹੋਰ ਜਿਆਦਾ ਸਰਗਰਮ ਪਲ, ਜੇਕਰ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਿਲਜੁਲ ਅਤੇ ਮੁਦਰਾਵਾਂ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ, ਸੰਗੀਤ ਸੁਣੋ ਜਾਂ ਮਾਲਿਸ਼ ਕਰਾਓ।
- ਆਪਣੇ ਜੀਵਨਸਾਥੀ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਅੰਤਰੰਗ ਸੰਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਸੁਰਜੀਤ ਕਰੋ (ਇੱਕ ਸ਼ਾਂਤ ਜੋੜਾ ਅਤੇ ਪਿਤਾ ਮਾਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ)। ਘਰ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਜਾਣਿਆ-ਪਛਾਣਿਆ ਅਤੇ ਅਪਣੱਤ ਭਰਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਨਹਾ ਕੇ, ਸ਼ਾਵਰ ਲੈਕੇ ਕੁਰਸੀ ਤੇ ਆਰਾਮ ਫਰਮਾਕੇ ਅਤੇ ਸੁਤੰਤਰ ਹਿਲਜੁਲ ਅਤੇ ਮੁਦਰਾਵਾਂ ਨਾਲ ਆਰਾਮਦਾਰੀ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਨੂੰ ਮੁੜ ਸੁਰਜੀਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸੰਗੀਤ ਅਤੇ ਚੁੱਪ ਡਲਿਵਰੀ ਦੇ ਦਰਦ ਅਤੇ ਕੱਸ ਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸੰਭਾਲਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦਰਦ ਵੀ ਘੱਟ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਥਿਤੀਆਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਵੀ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਘਰ ਵਰਗਾ ਅਪਣੱਤ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ।

ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਜਦੋਂ ਡਲਿਵਰੀ ਦਾ ਸਮਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਨੇੜੇ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਦਰਦ ਹੋਣਾ, ਰੁਕ-ਰੁਕ ਕੇ ਕੱਸ ਪੈਣਾ ਅਤੇ ਧੱਕਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਪਿੱਠ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੋਣ ਦੇ ਲੱਛਣ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ C-ਸੈਕਸ਼ਨ ਹੋਣਾ ਨਿਰਧਾਰਤ ਹੋਇਆ ਹੈ: ਤਾਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਸਮੇਂ ਤੇ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਵਾਰਡ ਵਿੱਚ ਜਾਓ (ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੋਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਦੁਪਹਿਰ ਵਿੱਚ ਵਾਰਡ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ)। ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਸ਼ਾਮ ਤੱਕ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਰਹਿਣਾ (ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਤਰਲ ਨਾ ਲੈਣਾ) ਪਵੇਗਾ।
- ਜੇਕਰ ਮਿਆਦ ਪੂਰੀ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹਾਲੇ ਵੀ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ: ਤਾਂ ਉਸ ਨਿਰਧਾਰਤ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੇ ਜਾਓ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੂਰਵ-ਡਲਿਵਰੀ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰੇ ਦੌਰਾਨ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ, ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਪੇ ਦੀ ਨਿਰਧਾਰਤ ਮਿਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਘੱਟ ਜੋਖਮ ਵਾਲਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਦਾਈ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗੀ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਜੋਖਮ ਵਾਲਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਦਾਈ ਅਤੇ ਗਾਇਨਾਕੋਲੋਜਿਸਟ ਕਾਰਡੀਓਟੈਕੋਗ੍ਰਾਫੀ, ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਅਤੇ ਜਾਂਚ ਕਰਨਗੇ। ਜੇਕਰ ਸਭ ਕੁਝ ਠੀਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਗਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੀ ਮਿਤੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।
- ਜੇਕਰ ਜਾਪੇ ਲਈ ਨਿਰਧਾਰਤ ਮਿਤੀ (41 ਹਫ਼ਤੇ + ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜੇਕਰ ਚੁੱਕਵਾਂ ਹੋਵੇ) ਲੰਘ ਚੁੱਕੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਜਾਪੇ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣਾ ਪਏਗਾ। ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ, ਘਰ ਵਿੱਚ ਨਾਸ਼ਤਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਆਪਣਾ ਸੂਟਕੇਸ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਨਿਰਧਾਰਤ ਮਿਤੀ ਨੂੰ ਸਵੇਰੇ 7.30 ਵਜੇ ਪ੍ਰੈਗਨੈਂਸੀ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਓ।
- ਜੇਕਰ ਜਾਪੇ ਲਈ ਨਿਰਧਾਰਤ ਮਿਤੀ ਲੰਘ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਜਾਂ ਕੁਝ ਖਾਸ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ, ਪ੍ਰੈਗਨੈਂਸੀ ਕਲੀਨਿਕ ਦੀਆਂ ਦਾਈਆਂ ਦਰਦ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਦਰਤੀ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦਾ ਸੁਝਾਵ ਦੇਣਗੀਆਂ।

ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਵਾਰਡ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਦਾ ਸਮਾਂ, ਸਵੇਰ ਲਈ ਸਿੱਧਾ ਪ੍ਰੈਗਨੈਂਸੀ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਓ ਅਤੇ ਦੁਪਹਿਰ ਅਤੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਵਾਰਡ ਵਿੱਚ ਜਾਓ।

ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ "ਅਨਮੇਲ" ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਦੇਣ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਲਈ (ਨਾਲ ਹੀ ਸੰਭਾਵਤ ਲਾਗਾਂ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ) ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਅਤੇ ਦੇਸਤਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਹੋਣ ਅਤੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਨਿਰਧਾਰਤ ਸਮੇਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

ਬੱਚੇ ਦਾ ਪਿਤਾ ਰਾਤ (ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਤੋਂ) ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਜਾਂਚ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਵਾਰਡ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ

- ❖ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 7.30 ਤੋਂ ਦੁਪਹਿਰ 13:30 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਪ੍ਰੈਗਨੈਂਸੀ ਕਲੀਨਿਕ 0522/860138
- ❖ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਵਾਰਡ 0522/860266

ਸਹਿਯੋਗ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ!