

সন্তান জন্মের পূর্ববর্তী সময়ে (প্রিন্যাটাল) কি সতর্কতা অবলম্বন করতে হবে

গর্ভকালীন স্বাস্থ্য সম্বন্ধে নিয়মিতভাবে সতর্কতা অবলম্বন করা মা ও শিশুর নিরাপত্তা ও সুস্বাস্থ্য নিশ্চিত করে। আপনার গর্ভকালীন সুস্বাস্থ্য রক্ষার্থে আপনি হয় একজন ধাত্রী, কিংবা পেশাদার নার্স, পারিবারিক ডাক্তার বা ধাত্রী-বিদ্যা বিশারদ মনোনীত করে নিতে পারেন।

আপনার যে কোন এক প্রাথমিক ভিজিটে, স্বাস্থ্যপরিচর্যাকারী সাধারণত

- আপনার গর্ভ সংক্রান্ত বিষয় নিয়ে আলোচনা করবে আপনার সাথে, এবং কখন আপনার শিশু জন্মগ্রহণ করবে।
- প্রশ্ন জিজ্ঞেস করুন এবং বিশেষ প্রিন্যাটাল ফর্ম পূরণ করুন যেটা আপনার গর্ভকালীন অবস্থার রেকর্ড হয়ে উঠবে।
- আপনার বমন-ভাব কিংবা বমি হয় কিনা জিজ্ঞেস করবে, এবং প্রয়োজনবোধে চিকিৎসা করার ইচ্ছা প্রকাশ করবে।
- আপনার রক্তচাপ পরীক্ষা করবে।
- আপনার সম্পূর্ণ ফিজিক্যাল চেক-আপ করবে।
- রক্তের শ্রেণী নির্ধারণ করার জন্য, অন্য কোন ব্যাধি আছে কিনা, ও প্রয়োজনবোধে অন্যান্যধরনের পরীক্ষাসহ আপনার রক্ত পরীক্ষা করবে।
- প্যাপটেস্ট ও জরায়ুর-আয়তন নির্ধারণ করার লক্ষ্যে যোনিনালী পরীক্ষা করবে।
- শিশুর জন্মের পূর্ববর্তী সময়ে ক্লাস করার ব্যাপারে এবং কমিউনিটি সার্ভিস সমূহ সম্বন্ধে কথা বলবে।
- পরবর্তী প্রিন্যাটাল ভিজিটের তারিখ ধার্য করবে।

পরবর্তী প্রত্যেক প্রিন্যাটাল ভিজিটে আপনি আশা করতে পারেন আপনার স্বাস্থ্যপরিচর্যাকারী :

- আপনার রক্তচাপ পরীক্ষা করবে।
- আপনার ওজন নেবে।
- সুগার বা প্রোটিনের মাত্রা দেখার জন্য প্রস্রাব পরীক্ষা করবে।
- গর্ভস্থ শিশুর জন্মস্পন্দন শুনবে।
- আপনার তলপেট পরিমাপ করে গর্ভস্থ শিশুর ক্রমবৃদ্ধির হার পরিমাপ করবে।
- আপনার অন্যান্য প্রশ্নের উত্তর দেবে।

প্রিন্যাটাল ভিজিট সাধারণত

- প্রতিমাসে একবার ৭ম মাস পর্যন্ত (২৮ সপ্তাহ)।
- প্রতিমাসে দুবার পরপর ৯ম মাস পর্যন্ত (৩৬ সপ্তাহ)।
- শেষের মাসে প্রতি সপ্তাহে একবার।

2003...May be photocopied with acknowledgement to the Multicultural Perinatal Network
c/o 416-397-4699 Toronto Public Health

