மகப்பேற்றுக்கு முந்திய பராமரிப்பு – ஏற்படக்கூடிய நிலைமை

தாயும் சேயும் உடல்நலத்துடன் பத்திரமாய் இருத்தல் தகும். அதற்குத் தாய் கருவுற்ற காலத்தில் ஒழுங்கான முறையில் சுகாதார பராமரிப்புக்கு உள்ளாவது நலம்.

நீங்கள் கருவுற்ற காலத்தில் உங்களைப் பராமரிப்பதற்கு ஒரு மருத்துவமாதுவையோ தாதித் தொழில் புரிபவரையோ குடும்ப மருத்துவரையோ மகப்பேற்று மருத்துவரையோ தெரிவுசெய்யலாம்.

நீங்கள் மகப்பேற்றுக்கு முன்னர் ஒரு சுகாதார சேவையாளரைச் சந்திக்கும் ஆரம்ப நாள் ஒன்றில் அவர் இவ்வாறு செய்வது வழக்கம்:

- உங்கள் மகப்பேறு, உங்கள் குழந்தை பிறக்கும் திகதி குறித்து உரையாடுவார்
- மகப்பேற்றுக்கு முந்திய காலத்தைக் குறித்து உங்களிடம் கேள்வி கேட்டு, விசேட படிவங்களை நிரப்பத் தொடங்குவார். அதுவே உங்கள் மகப்பேற்றுப் பதிவேடு ஆகும்.
- குமட்டல், வாந்தி போன்ற தொந்தரவுகளைக் கேட்டறிந்து, தேவையான சிகிச்சையை அளிக்க முன்வருவார்
- உங்கள் இரத்த அழுத்தத்தைப் பரிசோதிப்பார்
- உடல் முழுவதையும் பரிசோதிப்பார்
- இரத்தத்தைப் பரிசோதித்து அதன் வகையையும் சில தொற்றுநிலைகளையும் அறிவார். தேவைப்படும்பொழுது வேறு பரிசோதனைகளையும் செய்வார்
- முலைக்காம்பைப் பரிசோதிப்பார். கருப்பையின் பருப்பத்தை அறிவதற்காக யோனிக் குழாயைப் பரிசோதிப்பார்.
- மகப்பேற்றுக்கு முந்திய வகுப்புகள், சனசமூக சேவைகள் குறித்து உரையாடுவார்
- உங்கள் மகப்பேற்றுக்கு முந்திய சந்திப்புகளுக்கு நாள்நேரம் குறிப்பார்

மகப்பேற்றுக்கு முந்திய ஒவ்வொரு சந்திப்பிலும் சுகாதார சேவையாளர் பின்வருமாறு செய்வார் என்பதை எதிர்பார்க்கவும்:

- உங்கள் இரத்த அழுத்தத்தைப் பரிசோதிப்பார்
- நிறையைக் கணிப்பார்
- உங்கள் சிறுநீரில் சீனியோ புரதமோ காணப்படுகிறதா என்று பரிசோதிப்பார்
- குழந்தையின் இதயத்துடிப்பைச் செவிமடுப்பார்
- உங்கள் அடிவயிற்றை அளந்து உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சியைப் பரிசோதிப்பார்
- உங்கள் கேள்விகள் எவற்றுக்கும் மறுமொழி கூறுவார்

மகப்பேற்றுக்கு முன்னர் சுகாதார சேவையாளரைச் சந்திப்பது வழக்கமாக:

- 7ம் மாதம் (28 கிழமைகள்) வரை மாதம் ஒரு தடவை இடம்பெறும்
- 9ம் மாதம் (36 கிழமைகள்) வரை மாதம் இரு தடவைகள் இடம்பெறும்
- கடைசி மாதம் கிழமைக்கு ஒரு தடவை இடம்பெறும்

2007...May be photocopied with acknowledgement to the Multicultural Perinatal Network
c/o 416-338-7600 Toronto Public Health
Tamil translation of "Prenatal Care...What to Expect"

TORONTO

Printed and distributed by Toronto Public Health