

مركز شرق المدينة للتوليد

الأم والطفل في الساعات الـ 24 الأولى بعد الولادة

تهنئة قلبية بولادة طفلكم!



الاتصال الهاتفي،
متى؟

عيادة المولدات:

رقم الهاتف:

مركز شرق المدينة للتوليد
هو رابطة تعاون بين:

عيادة Astrid Limburg للمولدات
Sarphatipark 97
1073 CV Amsterdam
020-6710650

VERLOSKUNDIGEN
ASTRID
LIMBURG PRAKTIJK

عيادة Witsenkade للمولدات
Nicolaas Witsenkade 35 SOU
1017 ZT Amsterdam
020-6279767



Verloskundigen Ruyschstraat
Ruyschstraat 71-H
1091 BX Amsterdam
020-4635858



مولدات شرق أمستردام
Transvaalstraat 4
1092HK Amsterdam
020-6683589



مولدات الجزر الشرقية
Kraijenhoffstraat 32-B
1018 RL Amsterdam
020-638 4812



مولدات NOVA أمستردام
موقع Van Swinden
Eerste van Swindenstraat 551a-b
1087 CH Amsterdam
020-495 22 61

مولدات NOVA أمستردام
موقع Van Swinden
1093 LC Amsterdam
020-6655542



مستشفى Onze Lieve Vrouwe Gasthuis
Oosterpark 9
1091 AC Amsterdam
020-5999111



إرشادات للأم:

● نزف الدم:

اتصلي بالمولدة في حالة نزف الكثير من الدم (يعني أن تشبع فوطة التوليد الصحية بالدم خلال نصف ساعة). في حالة وجود 3 جلطات أو أكثر وحجمها قبضة اليد خلال 24 ساعة يجب أيضاً أن تتصلي بالمولدة.

● الحمى:

قيسي درجة الحرارة مرتين في اليوم. إذا تجاوزت 37,8 درجة يجب أن تتصلي بالمولدة.

● البول:

من المهم أن تتبّولي خلال 6 ساعات بعد الولادة بولاً عادياً (ليس بقطرات فقط). في حالة التعذر يجب الاتصال بالمولدة.

● آلام المخاض اللاحقة:

يتقلص الرحم بعد الولادة بشدة من أجل تجنب فقدان دم غير ضروري. يمكن الشعور بهذه التقلصات وكأنها آلام مخاض لاحقة. ها هو تطور عادي. كثيراً ما تنشأ آلام المخاض اللاحقة كذلك خلال الرضاع. لك أن تضعي قربة ساخنة على البطن وتناول باراسيتامول 500x2 مغ عند الاقتضاء، كل 8 ساعات (أقصى مقدار 6 إلى 8 في اليوم)، أو إيبوبروفين 400 مغ، كل 8 ساعات (أقصى مقدار 3 في اليوم). تتوقف آلام المخاض اللاحقة بعض الأيام بعد الولادة.

إرشادات بالنسبة إلى المولود:

● اللون:

عليك أن تتصلي بالمولدة في حالة كون المولود أزرق اللون (بما في ذلك اللسان والشفتين) أو شاحب/رمادي اللون أو أصفر اللون.

● التنفس:

إذا تنفس المولود أكثر من 60 مرة في الدقيقة، يجب عليك الاتصال بالمولدة. تتصلين بالمولدة أيضاً إذا لاحظت أن المولود يجد صعوبة في التنفس، مثلاً يائّن أو يسحب ضلوعه أو يحرك جانبي أنفه وهو يتنفس.

● درجة الحرارة:

إذا كانت درجة الحرارة أقل من 36,5 درجة أو تجاوزت 37,5 درجة يجب أن تتصلي بالمولدة.

● الغثيان:

من الممكن أن يشعر المولود بغثيان في الأيام الأولى بسبب بلع السائل الذي كان يحيط بالجنين في الرحم والدم خلال الولادة. لا تدعري إذا بدا وكأن المولود سيتقيأ أو إذا تقيأ فعلاً وقلبيه لينام على جانبه ثم دقيه على ظهره بلطف. هي بادرة طيبة إذا كان للمولود رد فعل جيد للسعلة والقيء. إذا كان قيء المولود أخضر اللون عليك أن تتصلي بالمولدة في الحين.