Calderdale and Huddersfield
NHS Foundation Trust

ئێستا چی ڕوودەدات؟
ڕێنمایی و ئامۆژگاریی کرداری دوای لەدایکبوونی منداڵی مردوو...

ئێمە زۆر بەداخین کە منداڵەکەت گیانی لەدەست داوە، یان پێت وتراوە کە لەوانەیە دوای لەدایکبوون نەژیێت. بەدونیاهێنانی منداڵێکی مردوو ئەزموونێکی چاوەڕواننەکراو و زۆر ئازاربەخشە، و ستافەکە دەیانەوێت لەم کاتە دڵتەزێنەدا پشتگیریت بکەن و سەبارەت بە هەنگاوەکانی داهاتوو ڕێنماییت بکەن. ئەم نامیلکەیە بۆ ئەوە نووسراوە کە لە دەرکردنی ئەو بڕیارانەدا پشتگیریت بکات کە بۆ تۆ، منداڵەکەت و خێزانەکەت گونجاون. ئەگەر شتێک ڕوون نەبوو، تکایە دوودڵ مەبە لە پرسیارکردن لە ئەندامێکی ئەو ستافەی چاودێریت دەکات.

لەدایکبوونی منداڵی مردوو چییە؟

هەر منداڵێک کە دوای 24 هەفتە لە دووگیانیدا بەبێ هیچ نیشانەیەکی ژیان لەدایک بێت، بە منداڵی مردوولەدایکبوو هەژمار دەکرێت.

لە 2022دا، لە شانشینی یەکگرتوودا نزیکەی 1 لە هەر 250 دووگیانی بە لەدایکبوونی منداڵی مردوو کۆتایی هات، واتە ڕۆژانە 8 منداڵ بەمردوویی لە دایک دەبوون (ئۆفیسی ئامارە نیشتیمانییەکان (ONS)، 2024).

بۆچی منداڵ مردوو لەدایک دەبێت؟

هۆکاری لەدایکبوونی منداڵی مردوو هەمیشە نازانرێت و نزیکەی 60%ی ئەم حاڵەتانە هیچ هۆکارێکی ڕوونیان نییە. تێگەیشتنێکی هەڵەی باو هەیە کە لەدایکبوونی منداڵی مردوو تەنها لە دووگیانییە پرمەترسییەکاندا یان کاتێک کێشەیەکی ناسراو هەیە ڕوودەدات، بەڵام ئەمە دەتوانێت لە هەر کاتێکدا بۆ هەر دایکێک ڕووبدات. دۆخە تەندروستییەکان وەک شەکرەی نەناسراو و کێشەکانی تیرۆید دەتوانن مەترسییەکە زیاد بکەن؛ هەروەها کێشە تایبەتەکانی دووگیانی وەک پەستانی خوێنی بەرز، هەوکردن، گەشەی نائاسایی منداڵ و زوو جیابوونەوەی وێڵاش (پلاسێنتا). هەندێک منداڵ لەبەر ئەوە گیانیان لەدەست دەدەن کە بە باشی گەشە ناکەن.

دوای لەدایکبوونی منداڵی مردوو، پشکنینت بۆ دەکرێت بۆ هەوڵدان بە دیاریکردنی هۆکاری مردنی منداڵەکەت. ئەم پشکنینانە تاقیکردنەوەی خوێن و نموونەوەرگرتن، پشکنینی وردی پلاسێنتا (وێڵاش)، تاقیکردنەوەی بۆماوەیی بۆ منداڵەکە و، ئەگەر بتەوێت، پشکنینی پاش مردن لەخۆدەگرن. ئێمە 2 جۆر پشکنینی پاش مردن پێشکەش دەکەین و لە ماوەی مانەوەتدا لەگەڵت باسیان دەکەین. دەتوانیت هەر چەند ژمارە پشکنین کە دەتەوێت هەڵبژێریت، زۆر بێت یان کەم.

دواتر چی ڕوودەدات؟

ئەگەر منداڵەکەت پێش دەستپێکردنی ژان گیانی لەدەست دابێت، لە زۆربەی حاڵەتەکاندا پێویستە منداڵەکە لە دایک ببێت. مەگەر هۆکارێکی پزیشکی هەبێت بۆ ئەوەی نەشتەرگەری قەیسەری بکەیت، ئێمە بەگشتی پێشنیار دەکەین کە

منداڵەکەت لە ڕێگەی زێ لە دایک ببێت. بەگشتی ئەمە لە ڕووی پزیشکییەوە بۆ تۆ سەلامەتترە و ئەگەری ئەوە هەیە زووتر لە ڕووی جەستەییەوە چاک ببیتەوە.

بیرکردنەوە لە تێپەڕاندنی ژان و لەدایکبوونی منداڵێک کە گیانی لەدەست داوە لەوانەیە شۆکت بکات، و ئێمە لەم قۆناغەدا پشتگیریت دەکەین. زۆربەی ئەو دایکانەی ئەم ئەزموونەیان تێپەڕاندووە دەڵێن ئەوەیان بە دروست زانیوە کە توانیویانە ژان تێپەڕێنن و منداڵەکەیان لەڕێگەی زێوە ببێت.

ئەگەر دۆخ یان نیگەرانیی تەندروستیت هەبێت، لەوانەیە دەستبەجێ هاندانی ژان بە دەرمان پێشنیار بکەین؛ بەڵام ئەگەر تەندروست بیت، دەتوانیت بگەڕێیتەوە ماڵەوە و بیر لە هەڵبژاردەکانت بکەیتەوە یان چاوەڕێ بکەیت ژان بە سروشتی دەست پێ بکات.

ئەگەر بڕیار بدەیت هاندانی ژان بە دەرمان ئەنجام بدەیت، حەبێکی بە ناوی مایفەپریستۆن (Mifepristone)ت پێ دەدرێت کە جەستەت بۆ ژان ئامادە دەکات و هۆرمۆنەکانی دووگیانی کەم دەکاتەوە. دوای ماوەیەکی کورتی چاودێریکردن، ڕەوانەی ماڵەوە دەکرێیت و داوات لێدەکرێت 36 تا 48 کاتژمێر دواتر بگەڕێیتەوە بۆ دەستپێکردنی پرۆسەی ژان.

لە ماوەی مانەوەم لە نەخۆشخانە چی ڕوودەدات؟

لە ژوورێکی تایبەت بە خۆت لە بەشی ژان لە نەخۆشخانەی شاهانەی کالدەردەیل (Calderdale Royal Hospital) چاودێریت دەکرێت. ئەندامانی خێزان و هاوڕێکانت دەتوانن لە ماوەی مانەوەتدا سەردانت بکەن؛ هەروەها ئیمکاناتمان هەیە بۆ دروستکردنی خواردنەوەی گەرم و بۆ ئەوەی کەسێک شەو لەگەڵت بمێنێتەوە.

کاتێک لە بەشەکە وەردەگیرێیت، مامانێک چاودێریت دەکات و ڕوونی دەکاتەوە کە دواتر چی ڕوودەدات. کاتێک ئامادە بیت، پشکنین بۆ نیشانە ژیانییەکانت دەکرێت و پاشان حەبی پرۆستاگلاندین (مایسۆپرۆستۆڵ) لە ڕێگەی دەمەوە یان لە ڕێگەی زێیەوە دەدرێت پێت، تا گرژبوونی منداڵدان بە شێوەی ڕێکوپێک دەست پێ بکات و منداڵەکە لەدایک ببێت. ئەگەر دوای 5 دۆز دەرمان منداڵەکە لە دایک نەبوو، پێش پێدانی خولی 2یەمی دەرمان ماوەیەکی کورتی پشوودان هەیە. لە ژمارەیەکی کەمی ژناندا، وێڵاش دوای لەدایکبوونی منداڵ دەرناچێت و لەوانەیە دەرمانی زیاتر پێویست بێت، یان پێویست بێت لە ژووری نەشتەرگەریدا دەربهێنرێت.

ئایا دەتوانم دەرمانی دژەئازار وەربگرم؟

ئامانجمان ئەوەیە لە ماوەی ژان و لەدایکبووندا تا دەتوانرێت ئاسوودە بیت، و جۆرە جیاوازەکانی کەمکردنەوەی ئازار بەردەستن؛ لەوانە پاراسیتامۆڵ، گاز و هەوا، دەرمانی دەرزیی و بێهۆشکردنی ئێپیدووراڵ. ئەگەر هیچ نیگەرانییەک لەبارەی تەندروستیتەوە نەبێت، دەتوانیت لەدایکبوون لە ناو ئاو یان تێپەڕاندنی ژان لە حەوزی لەدایکبوونمان هەڵبژێریت.

چی لەگەڵ خۆم بۆ نەخۆشخانە بهێنم؟

پێشبینیکردنی ماوەی مانەوەت لە نەخۆشخانە سەختە و زۆرجار بە دۆخی جەستەییت و هەستت دوای لەدایکبوونەکەوە پەیوەستە. لەوانەیە بتەوێت چەند کاتژمێرێک دوای لەدایکبوونی منداڵەکە بگەڕێیتەوە ماڵەوە، یان پێت باشتر بێت چەند ڕۆژێک لەگەڵ منداڵەکەت بمێنیتەوە. پێشنیار دەکەین جانتایەکی شەومانەوە لەگەڵ کەلوپەلی پاکوخاوێنی، جلی خەو، دەستێک جلی گۆڕین و بڕێکی باش جلی ژێرەوە، پەدی مەمک و پەدی تەندروستی بهێنیت. لەوانەیە بتەوێت شتێک بۆ خوێندنەوە، هەندێک خواردنی سووک و خواردنەوە و کامێرا یان مۆبایل بهێنیت، ئەگەر بتەوێت خۆت وێنەی منداڵەکە بگریت. ئەگەر جل، بەتانی/پەتوو یان شتێکی تایبەتت هەیە کە دەتەوێت لەگەڵ منداڵەکەت جێی بهێڵیت، هانت دەدەین بیانهێنیت؛ هەرچەندە ئێمە جۆرەها جل، جلی ناشتن، کاردیگن، کڵاو و پەتوومان بە قەبارەی جیاواز هەیە کە دەتوانیت بەکاریان بهێنیت.

دوای لەدایکبوون

ئایا دەتوانم منداڵەکەم ببینم/لە باوەش بگرم/دەستی لێبدەم؟

بینینی منداڵەکەت بۆ یەکەم جار لەوانەیە ئەزموونێکی ترسێنەر بێت. ئەو ستافەی چاودێریت دەکەن پشتگیریت دەکەن تا، ئەگەر بتەوێت، منداڵەکەت ببینیت، دەستی لێبدەیت و لە باوەشی بگریت و یادگاری دروست بکەیت تا لەگەڵ خۆت بیبەیتەوە ماڵەوە. ئەم یادگارییانە شوێنی دەست و پێ، قاڵب و وێنە، و هەلی وەرگرتنی چەپکە قژێک، ناسنامەی دەستی منداڵەکەت و کارتی لانکەکەی لەخۆدەگرن. دەتوانیت کامێرای خۆت بهێنیت و لەگەڵ تۆ و ئەندامانی تری خێزان وێنە بگیرێت. منداڵەکەت دەتوانرێت بشۆردرێت و هەر جلێک کە تۆ دابین دەکەیت لەبەر بکرێت؛ هەروەها هەر پەتوو، بووکەڵە یان وێنەی خێزانی دەتوانێت دوای بەجێهێشتنی نەخۆشخانە لەگەڵ منداڵەکە بمێنێتەوە. دەتوانین سندووقێکی یادگاری بۆت دابین بکەین، هەروەها جلی زۆر بچووک، دایبی، پەتوو و پێچەرمان هەیە کە دەتوانیت بەکاریان بهێنیت و پاشان لەگەڵ خۆت بیانبەیتەوە ماڵەوە. هەوڵ دەدەین هەر داواکارییەکی تری تۆ سەبارەت بە شێوازی چاودێریکردنی منداڵەکەت جێبەجێ بکەین و یارمەتیت بدەین هەر یادگارییەکی تر کە دەتەوێت دروستی بکەیت.

ئێمە پەیوەندیمان لەگەڵ دامەزراوەی خێرخوازی «منداڵەکەم لەبیر مەکە» (Remember My Baby) هەیە؛ دەتوانن بێنە نەخۆشخانە و خزمەتگوزاریی تایبەتی وێنەگرتنی یادگاری لە کاتی ئازیەتباری بۆ تۆ و خێزانەکەت پێشکەش بکەن. هەروەها دەتوانین ورچەکانی ئێچینگ ئارمز (Aching Arms)، بووکەڵەکانی لێکسی (Lexi Dolls) و مۆمی یادگاری دابین بکەین کە دەتوانیت لەگەڵ خۆت بیانبەیتەوە ماڵەوە.

ئێمە پاکێتی دیارییەکانی ئیبراهیم (Ibraheems Gift) بۆ ئەو خێزانە موسڵمانانەمان هەیە کە نایانەوێت یادگاریی نەریتی دروست بکەن، و دەتوانین قوماشی سپی بۆ کفنکردنی منداڵەکە پێش ناشتن دابین بکەین.

ئەو کاتەی لەگەڵ منداڵەکەت بەسەری دەبەیت زۆر بە نرخە و دەتوانیت تا هەر ماوەیەک کە دەتەوێت لەگەڵی بمێنیتەوە. لانکەیەکی ساردمان هەیە (لانکەی ئەبی) و هەروەها دۆشەکی تایبەتی ساردکەرەوە کە، ڕێگە دەدەن منداڵەکەت لە تەواوی ماوەی مانەوەتدا لەگەڵت بمێنێتەوە، ئەگەر ئەمە هەڵبژاردەی تۆ بێت.

ئەگەر نەتەوێت منداڵەکەت ببینیت یان لە باوەشی بگریت، هیچ فشارێکت بۆ ناکرێت، و هەر یادگارییەک تەنها بە ڕەزامەندیی تۆ وەردەگیرێت.

ئایا دەتوانرێت منداڵەکەم پیرۆز بکرێت؟

ستافی بەشی ڕێنمایی ئایینی ئامادەن دڵنەواییت بدەن و پشتگیریت بکەن، جا باوەڕی ئایینیت هەبێت یان نا. لەوانەیە بتەوێت لە ماوەی مانەوەت لە نەخۆشخانە منداڵەکەت بەخێرهاتن بکرێت، ناوی لێبنرێت یان پیرۆز بکرێت؛ ئێمەش بەگوێرەی بەردەستبوونی تیمی ڕێنمایی ئایینی هەوڵ دەدەین ئەمە ئاسان بکەینەوە. مامۆستای ئایینی خۆتان دەتوانێت ئامادە بێت. بۆ شوێنکەوتووانی ئایینی ئیسلام، مەلای موسڵمانمان هەیە (پیاو یان ژن) کە دەتوانن پشتگیری پێشکەش بکەن.

ئایا دەتوانم بڕوانامەی لەدایکبوون بۆ منداڵەکەم وەربگرم؟

لە ڕووی یاساییەوە پێویستە هەر منداڵێکی مردوولەدایکبوو بە فەرمی تۆمار بکرێت. پێش بەجێهێشتنی نەخۆشخانە، ستافەکە بەڵگەنامە پێویستەکان پڕ دەکەنەوە و نووسینگەی تۆمارکردن (Registry Office) لە لەدایکبوونی منداڵەکەت ئاگادار دەکەنەوە. ئەگەر پێش دەرچوون لە نەخۆشخانە ئامادە بیت، دەتوانین کاتی چاوپێکەوتنت بۆ تۆمارکردنی لەدایکبوونەکە بۆ دابنێین، یان دەتوانیت دواتر خۆت کاتێک دابنێیت. 6 هەفتە دەرفەتت هەیە بۆ تۆمارکردنی لەدایکبوونی منداڵەکەت.

لەدایکبوونەکان دەتوانرێت لەم شوێنە تۆمار بکرێن:

The Calderdale Register Office

Spring Hall Mansion

Huddersfield Road

Halifax

HX3 0AQ

تەلەفۆن: 01422288080

دوای تۆمارکردن، بڕوانامەی لەدایکبوونی منداڵی مردووت پێدەدرێت تا لای خۆت بیهێڵیتەوە، و بڕوانامەی ناشتن/سوتاندن بۆ ئەو بەڕێوەبەرەی پرسە دەنێردرێت کە ڕێوڕەسمی بەخاکسپاردن ڕێکدەخات.

دەتوانرێت لەدایکبوون لە نووسینگەیەکی تۆمارکردنی نزیکتر بە ماڵەکەت تۆمار بکرێت و بەڵگەنامە گونجاوەکان بنێردرێن بۆت. ئەمە لەوانەیە ببێتە هۆی دواکەوتنێکی کەم لە ڕێکخستنەکانی بەخاکسپاردندا.

کێ دەتوانێت تۆمار بکات؟

ئەگەر هاوسەرگیریتان کردووە، هەر یەک لە ئێوە دەتوانێت لەدایکبوونی منداڵەکەتان تۆمار بکات. ئەگەر هاوسەرگیریتان نەکردووە، بۆ ئەوەی زانیارییەکانی باوک لە بڕوانامەی لەدایکبووندا تۆمار بکرێت، پێویستە هەردووکتان ئامادە بن.

ئایا دوای گەڕانەوەم بۆ ماڵەوە دەتوانم دووبارە منداڵەکەم ببینم؟

دوای بەجێهێشتنی بەشی دایکایەتی (Maternity Unit)، لەوانەیە تۆ و خێزانەکەت بتوانن دووبارە منداڵەکەتان ببینن؛ لە نەخۆشخانە، هۆڵی ئارامیی بەڕێوەبەری پرسە، یان پەرستگای ناوخۆیی یان مزگەوتەکەتان.

ئایا دەتوانم بۆ منداڵەکەم ڕێوڕەسمی بەخاکسپاردن بگرم؟

ماڵئاواییکردن لە منداڵەکەت بەشێکی گرنگە لە قبوڵکردنی لەدەستدانەکەت و دەستپێکردنی شین؛ بەشداری لە ڕێوڕەسمی بەخاکسپاردنیش دەتوانێت بەشێک لەم پرۆسەیە بێت. بە هەموو ئەو خێزانانەی منداڵێک لە کاتی لەدایکبووندا لە دەست دەدەن، ناشتن یان سوتاندن لەلایەن نەخۆشخانەوە پێشکەش دەکرێت و دەتوانن هەڵبژێرن ئامادە بن یان نا. هەر ڕێوڕەسمێکی بەخاکسپاردن بۆ منداڵێکی تاکە و هیچ تێچوویەک بۆ ڕێوڕەسمێکی سەرەتایی لەسەر خێزان نییە.

دەتوانیت هەڵبژێریت منداڵەکەت بسوتێنرێت بەبێ ئەوەی لە ڕێوڕەسمەکەدا ئامادە بیت، بەڵام هێشتا پاشماوەی سوتاندنەکە (خۆڵەمێش) وەربگریت.

ڕێوڕەسمی بەخاکسپاردنی نەخۆشخانە خزمەتەکانی بەڕێوەبەری پرسە لەخۆدەگرێت، لەگەڵ یان بەبێ پشتگیری ڕێبەری ئایینی نەخۆشخانە. ڕێوڕەسمی بەخاکسپاردن دەتوانێت ئایینی یان نائایینی بێت (زۆرجار تێکەڵەیەک لە هەردووکیانە)، و ئێمە لە نزیکەوە لەگەڵت کار دەکەین بۆ دڵنیابوون لەوەی ڕێوڕەسمەکە خواست و باوەڕەکانت دەربرێت. هانت دەدەین خۆت مووزیک، خوێندنەوە یان هۆنراوە هەڵبژێریت و وێنە، بووکەڵە و گوڵ لەگەڵ خۆت بهێنیت. ئەگەر منداڵی تری خێزانەکە بەشداری دەکەن، لەوانەیە بتەوێت بیر لە شێوازی بەشدارکردنیان بکەیتەوە.

ڕێبەرە ئایینییە موسڵمانەکانمان ئەزموونی پشتگیریکردنتان هەیە لە ڕێکخستنی ناشتنێکی گونجاو بۆ منداڵانی موسڵمان.

ناشتنی نەخۆشخانە لە **گۆڕستانی لۆکوود (Lockwood Cemetery)**، **هادەرسفیلد**، **ستۆنی ڕۆید (Stoney Royd)** یان **گۆڕستانی ئێکسلی (Exley Cemetery)**، هالیفاکس ئەنجام دەدرێت.

سوتاندن لە **کریماتۆریۆمی پارکوود (Parkwood Crematorium)**، **ئێلەند ئەنجام دەدرێت.**

کاتێک بڕیارت دا کە کام جۆرە ڕێوڕەسمێک بۆ منداڵەکەت گونجاوە، زۆرجار لە ماوەی 1 تا 6 هەفتەدا ئەنجام دەدرێت؛ بەڵام ئەمە پەیوەستە بەو پشکنینانەوە کە هەڵتبژاردوون. ئەگەر پشکنینی پاش مردن ئەنجام درابێت و بتەوێت ئەو شانەیەی بۆ تاقیکردنەوە وەرگیراوە لە ڕێوڕەسمی بەخاکسپاردندا بخرێتەوە سەر لاشەکە، ئەمە دەتوانێت پرۆسەکە تا 3 مانگ دوا بخات.

ئەگەر نەتەوێت لە ڕێوڕەسمی بەخاکسپاردندا بەشدار بیت، هێشتا منداڵەکەت بەگوێرەی خواست و باوەڕەکەت بە بەرزترین ئاستی ڕێزەوە مامەڵەی لەگەڵ دەکرێت.

یان لەوانەیە بتەوێت خۆت ڕێوڕەسمێکی تایبەت بۆ منداڵەکەت ڕێکبخەیت؛ لەم حاڵەتەدا پێویستە پەیوەندی بە بەڕێوەبەرێکی پرسە و ڕێبەرێکی ئایینیی هەڵبژاردەی خۆتەوە بکەیت تا ڕێنمایی زیاتر پێبدەن.

هەروەها دەتوانیت منداڵەکەت ببەیتەوە ماڵەوە و خۆت ناشتنەکە ڕێکبخەیت؛ ڕێنمایی زیاتر لە نەخۆشخانە بەردەستە.

دوای ئەوە لە ڕووی جەستەییەوە هەستم چۆن دەبێت؟

دوای منداڵبوون، نزیکەی 4 تا 6 هەفتە خوێنبەربوونی زێت دەبێت. لە ڕۆژە سەرەتاییەکاندا لەوانەیە خوێنبەربوونەکە تا ڕادەیەک زۆر بێت و هەندێک ژانی سووکی سک هەست پێ بکەیت. دەبێت دوای 3 یان 4 ڕۆژی یەکەم خوێنبەربوونەکە کەمتر ببێتەوە. بۆ کەمکردنەوەی مەترسیی هەوکردن، پێشنیار دەکرێت لەبری تامپۆن پەدی تەندروستی بەکاربهێنیت. ئەگەر خوێنبەربوونەکە زۆر توند بوو و لەگەڵ گرتکە خوێن بوو، ئازاری زۆری سکت هەبوو یان شلەی دەرچوو بۆنی ناخۆشی هەبوو، گرنگە پەیوەندی بە پزیشکی گشتیت (GP) یان ناوەندی هەڵسەنگاندنی دایکایەتی (Maternity Assessment Centre) بکەیت.

ئەگەر هەر جۆرە تەقەڵێکت هەیە، گرنگە چاودێریی بکەیت و پاکوخاوێنیی باش بپارێزیت بۆ ڕێگریکردن لە هەوکردن. ئەمانە لەوانەیە لە هەفتەی یەکەمدا ناڕەحەتکەر بن و دەرمانێکی سووکی دژەئازار ڕەنگە یارمەتیدەر بێت. زۆرجار لە ماوەی 4 تا 6 هەفتەدا حەل دەبن.

گرنگە هەوڵ بدەیت چاودێری خۆت و خۆشگوزەرانیی گشتیت بکەیت. هەرچەندە لەوانەیە ئارەزووی خواردن و خواردنەوەت نەبێت، بڕێکی کەم بەڵام زوو زوو خواردن یارمەتی چاکبوونەوەی جەستەییت دەدات.

لە ڕۆژانی دوای لەدایکبووندا لەوانەیە شیرت پەیدا ببێت، و لە ماوەی مانەوەت لە نەخۆشخانە سەبارەت بە هەڵبژاردەکانی چاودێری مەمکت گفتوگۆت لەگەڵ دەکەین. دەتوانیت هەڵبژێریت دەرمان بۆ کەمکردنەوەی نیشانەکانی مەمک بخۆیت، چاوەڕێی وەستانی سروشتیی شیر بکەیت، یان بیر لە بەخشینی شیری مەمک بە بانکی ناوخۆیی شیری دایک بکەیتەوە وەک یادێک بۆ منداڵەکەت.

پێداچوونەوەی نەخۆشخانە

ئەگەر منداڵەکەت مردوو لەدایک ببێت، پێداویستییەکی نیشتیمانییە کە پێداچوونەوەیەک بەو چاودێرییەدا بکەین کە لە ماوەی دووگیانی و دوای لەدەستدانی منداڵەکەت وەرتگرتووە. ئەمە ناسراوە بە پێداچوونەوەی مردن لە دەوروبەری لەدایکبوون (Perinatal Mortality Review - PMRT).

تیمی پێداچوونەوە ئەندامانی ستافی ئەم نەخۆشخانەیە و هەڵسەنگێنەرێکی دەرەکی لەخۆدەگرێت. ئامانج ئەوەیە هۆکاری مردنی منداڵەکە بدۆزینەوە و بزانین ئایا دەتوانین لە مردنی منداڵەکەت شتێک فێربین. پێش بەجێهێشتنی نەخۆشخانە نامیلکەیەکی زانیاریت سەبارەت بەو پێداچوونەوەیە پێدەدرێت، و دەرفەتتت دەبێت سەبارەت بە چاودێرییەکەت گفتوگۆ بکەیت و ڕات دەرببڕیت. ئەندامێکی تیمی پێداچوونەوە لە مانگەکانی دوای لەدایکبوون پەیوەندیت پێوە دەکات بۆ دڵنیابوون لەوەی هەموو پرسیارەکانت وەرگیراون و لە پێشکەوتنی پێداچوونەوەکە ئاگادار دەکرێیتەوە. نامیلکەکە بە زمانی ئینگلیزی، ئوردوو، پەنجابی و عەرەبی بەردەستە.

ئایا چاودێریی دواترم بۆ دەکرێت؟

دوای دەرچوون لە نەخۆشخانە، سەردانی ماڵەوە یان پەیوەندیی تەلەفۆنی لەلایەن مامانی کۆمەڵگەوە دابین دەکرێت. بەگوێرەی پێداویستی و خواستەکانت، مامانی ئازیەتباری پشتگیریی تەلەفۆنیت بۆ دابین دەکات؛ هەروەها ئەگەر بتەوێت، ستافی بەشی ڕێنمایی ئایینی ئامادەن پشتگیریت بکەن. کاتێک بۆ ماڵەوە ڕەوانەت دەکەن، ژمارە پەیوەندی و نامیلکەکانی پشتگیریت پێدەدرێت.

زۆرجار 2 تا 6 مانگ دوای لەدایکبوونی منداڵ، کاتی چاوپێکەوتنێکی دواتر لەگەڵ پسپۆڕی ڕاوێژکاری ژنان و لەدایکبوون پێشکەشت دەکرێت. ئەگەر پشکنینی پاش مردنت هەڵبژاردبێت و چاوەڕێی ئەنجامەکان بین، لەوانەیە ئەم چاوپێکەوتنە دوا بکەوێت. لە چاوپێکەوتنەکەدا دەرفەتت دەبێت باسی ئەوە بکەیت کە چی ڕوویداوە، ئەنجامی هەر پشکنینێک بزانیت و سەبارەت بە دووگیانیی داهاتوو گفتوگۆ بکەیت؛ بەشداریکردنیش ئارەزوومەندانەیە.

ئایا دوای گەڕانەوەم بۆ ماڵەوە هیچ جۆرە یارمەتییەکی بەردەوام هەیە؟

کاریگەریی دەروونیی لەدەستدانی منداڵ درێژخایەنە. لەدەستدانی منداڵ ئەزموونێکە کە زۆر کەس تێیدا هاوبەشن، بەڵام هەر کەسێک بە شێوەیەکی جیاواز شین دەگێڕێت. بۆ هەندێک کەس، دەربڕینی خەم زۆر توند و لەبەرچاوی خەڵک دەبێت؛ بۆ هەندێکی تر خەمەکە تایبەتییە، بەڵام هەر بە هەمان ڕادە قووڵ هەست پێدەکرێت.
هەستی شۆک، خەم، خەمۆکی، تاوانباری، لەدەستدان و تووڕەیی باون. خەم دەتوانێت لەگەڵ نیشانە دەروونییەکان، نیشانەی جەستەییش دروست بکات. تێکچوونی خەو، کەمیی ئارەزووی خواردن، دڵتێکەڵبوون، نیگەرانی و لێدانی خێرای دڵ ئاساییین؛ گفتوگۆکردن لەبارەیانەوە لەگەڵ هاوسەر، هاوڕێ، پزیشک یان مامان، یان کەسێک کە گوێ بگرێت و تێبگات، لەوانەیە سووکیان بکات. کاتێک ڕەوانەی ماڵەوە دەکرێیت، ستافەکە لیستێکی دامەزراوە بەسوودەکان و نامیلکەکانی پشتگیریت پێدەدەن.

پشتگیریی ناوخۆیی دەتوانێت لەلایەن نەخۆشخانەی منداڵانی فۆرگێت می نۆت (Forget Me Not Children’s Hospital) پێشکەش بکرێت و ڕاوێژکاریش لە ڕێگەی تاکثروو (Talkthru) ڕێکبخرێت. هەڵبژاردەکانی تر هەم لە ئاستی ناوخۆیی و هەم لە ئاستی نیشتیمانی بەردەستن.

بەشی ڕێنمایی ئایینی، بەبێ گوێدانە باوەڕی ئایینیت، دەتوانێت پشتگیری و ڕێنمایی پێشکەش بکات.

ژمارە پەیوەندییەکان

مامانی ئازیەتباری	تەلەفۆن: 07500761111
مامانەکانی پشکنین	تەلەفۆن: 01422222123
بەشی ژانگرتن	تەلەفۆن: 01422222129
ناوەندی هەڵسەنگاندنی دایکایەتی	تەلەفۆن: 01422224392
تەلەفۆنی ناوەندی **نەخۆشخانەی شاهانەی کالدەردەیل**	تەلەفۆن: 01422357171
تەلەفۆنی ناوەندی **نەخۆشخانەی شاهانەی هادەرسفیلد** (Huddersfield Royal Infirmary)	تەلەفۆن: 01484342000
نووسینگەی گشتیی کالدەردەیل (General Office Calderdale)	تەلەفۆن: 01422222088

یارمەتی و پشتگیری

بەشی ڕێنمایی ئایینی: لە ڕێگەی تەلەفۆنی ناوەندی نەخۆشخانەی شاهانەی هادەرسفیلد و نەخۆشخانەی شاهانەی کالدەردەیلەوە پەیوەندی بکەن

تەلەفۆن: 01484342000 یان 01422357171

Talkthru Revenue Chambers, St Peters Street, Huddersfield, HD1 1DL

تەلەفۆن: 01484515137

ئیمەیڵ: office@talkthru.org.uk

ماڵپەڕ: www.talkthru.org.uk

ساندز، کۆمەڵەی منداڵی مردوولەدایکبوو و مردنی منداڵی نوێبوو (SANDS - Stillborn and Neonatal Death Society)

تەلەفۆن: 08081643332

ئیمەیڵ: **helpline@sands.org.uk**

ئەگەر هەر سەرنجێکت سەبارەت بەو نامیلکەیە یان ئەو چاودێرییەی وەرتگرتووە هەیە، تکایە پەیوەندی بکە بە:

سارا هۆڵ (Sarah Hall)
مامانی ئازیەتباری
نەخۆشخانەی شاهانەی کالدەردەیل
ژمارەی تەلەفۆن: 07500761111
Sarah.hall@cht.nhs.uk

ئەن فرۆست (Ann Frost)
سەرپەرشتیاری بەشی دایکایەتی
نەخۆشخانەی شاهانەی کالدەردەیل
ژمارەی تەلەفۆن: 01422222947
Ann.Frost@cht.nhs.uk