



## الرعاية قبل الولادة

### لماذا الرعاية قبل الولادة مهمة؟

يمكنك تخفيض وفيات الأم والطفل،  
والأمراض والإعاقات محتملة الظهور  
الى أدنى حد بالحصول على الرعاية قبل  
الولادة.

حاولن الحصول على الرعاية  
قبل الولادة بالتأكيد لأجل  
قضاء فترة حمل صحية،  
والحصول على طفل سليم  
يمكنك الحصول على "تقوية  
الحديد والفيتامين د مجاناً"  
من المؤسسات الصحية  
بالدرجة الأولى.

قمن في الشهر الأخير من  
الحمل بتخطيط محل الولادة  
الرعاية قبل الولادة.

يمكنك الحصول على خدمات  
الرعاية قبل الولادة من مركز  
صحة المهاجرين المرتبطة بوزارة  
الصحة، ومن المستشفيات.

جمهورية التركية وزارة الصحة  
المديرية العامة للصحة العامة  
[www.hsgm.saglik.gov.tr](http://www.hsgm.saglik.gov.tr)

يوصى بالذهاب للمعاينة 4 مرات  
على الأقل طوال فترة الحمل.

## الرعاية قبل الولادة

ماذا يتم القيام به خلال هذه الفحوص؟

- يسأل من خلالها عن البيانات الشخصية، والحالة الصحية، والأمراض السابقة، والعمليات الجراحية الخاضع لها، واللقاحات، والعلاجات، وحكايات الحمل
- يتم القيام بالفحص الفيزيائي العام، وفحص الحمل
- يقاس الطول والوزن، وضغط الدم، ويحدد أسابيع الحمل، ووضع الجنين الصحي، ودقات قلبه
- يتم تحاليل الدم والبول الضرورية
- تحدد حالات الحمل الخطيرة، وتتم الإحالة الى مؤسسة صحية أكثر تقدماً في حال الحاجة إليها
- تتم معرفة قصة لقاح التيتانوس، وتتم اللقاحات مجاناً وفقاً لتقويم وزارة الصحة
- تقدم خدمات الاستشارة قبل الولادة، وتدريبات التوعي ويتم خلال هذه الاستشارات والتدريبات تقديم المعلومات من قبل موظفي وزارة الصحة فيما يتعلق بالنظافة، ورعاية الجسم العامة، وصحة الفم والأسنان، والتغذية، واستخدام الأدوية، والحياة الجنسية، الرضاعة، ووسائل منح الحمل

أين تتم هذه الفحوص؟

يمكنكن الحصول على هذه الخدمات من مركز صحة المهاجرين التابعة لوزارة الصحة، ومن المستشفيات

مدة الحمل الطبيعية هي 40 أسبوعاً. قمن بإضافة 10 أيام الى اليوم الأخير من الدورة الشهرية الأخيرة لحاسبة تاريخ الولادة المقدرة، وارجعن 3 أشهر الى الوراء، وذلك يعطكن أكثر تواريخ محتملة للولادة.

متى لابد من الحصول على الرعاية قبل الولادة؟

المعيار المحدد من قبل وزارة الصحة في تركيا هو القيام بـ 4 معاینات على الأقل طوال فترة الحمل



الفحص

الأول، خلال الأسبوع الـ 14 الأولى



الفحص

الثاني، بين الأسابيع الـ 18-24



الفحص

الثاني، بين الأسابيع الـ 28-32



الفحص

الثاني، بين الأسابيع الـ 34-38



## تنبيه

راجعن أقرب مؤسسة صحية حينما تلاحظن الأعراض والعلامات التالية حتى ولو كانت واحدة فقط

- التقيؤ والغثيان المفرطين
- الصداع الشديد
- الرؤية غير الواضحة
- التعرض للنوبات او الإغماء
- التلطح المهبلي او النزيف
- ارتفاع درجة الحرارة
- التورم في الوجه واليدين والساقين والرجلين
- ضيق التنفس بحيث يحول دون القيام بالأعمال اليومية
- كثرة التبول، والاحترق عن البول، وألم البطن، والألم في تجويف الحوض، وملاحظة الدم في البول
- ، الانقباضات المكبرة وفقاً لوقت الولادة
- تقليل حركات الجنين او عدم الإحساس بها
- تدفق السوائل مثل التبول