

إلى الوفاة.

تؤكد من أن كل من يعتني بطفلك يعلم أنه لا يجوز هزّ الطفل أبدًا.

إذا كنتِ تظنين أن طفلك قد تعرّض للهزّ، فاطلبي الرعاية الطبية فورًا.

فالحصول على رعاية طبية فورية قد يُنقذ حياة طفلك.

للمزيد من المعلومات

للمساعدة في العثور على خدمات رعاية ما قبل الولادة، يُرجى الاتصال

بالخط المجاني لوزارة الصحة في ولاية نيويورك، المسمّى “ Growing

Up Healthy”، على الرقم:

1-800-522-5006

شاركي في دورات تثقيفية حول تربية الأطفال، أو تحدثي مع طبيبك بشأن

أي قضايا تتعلق بالوالدية. يمكنك أيضًا قراءة دليل:

“مرحبًا بك في عالم الأمومة والأبوة: دليل العائلة”

www.health.ny.gov/publications/2940.pdf

للإبلاغ عن أي حالة إساءة أو إهمال للأطفال داخل ولاية نيويورك،

اتصلي بمركز الإبلاغ عن إساءة معاملة الأطفال على الرقم:

1-800-342-3720

للمزيد من المعلومات حول الرضاعة الطبيعية لطفلك، يُرجى زيارة الرابط:

www.health.ny.gov/community/pregnancy/breastfeeding

للمزيد من المعلومات حول متلازمة هزّ الطفل، يُرجى قراءة منشور “لا

تهزي طفلك أبدًا” عبر الرابط:

www.health.ny.gov/publications/3192.pdf

للاطلاع على آخر مستجدات سحب المنتجات غير الآمنة الخاصة

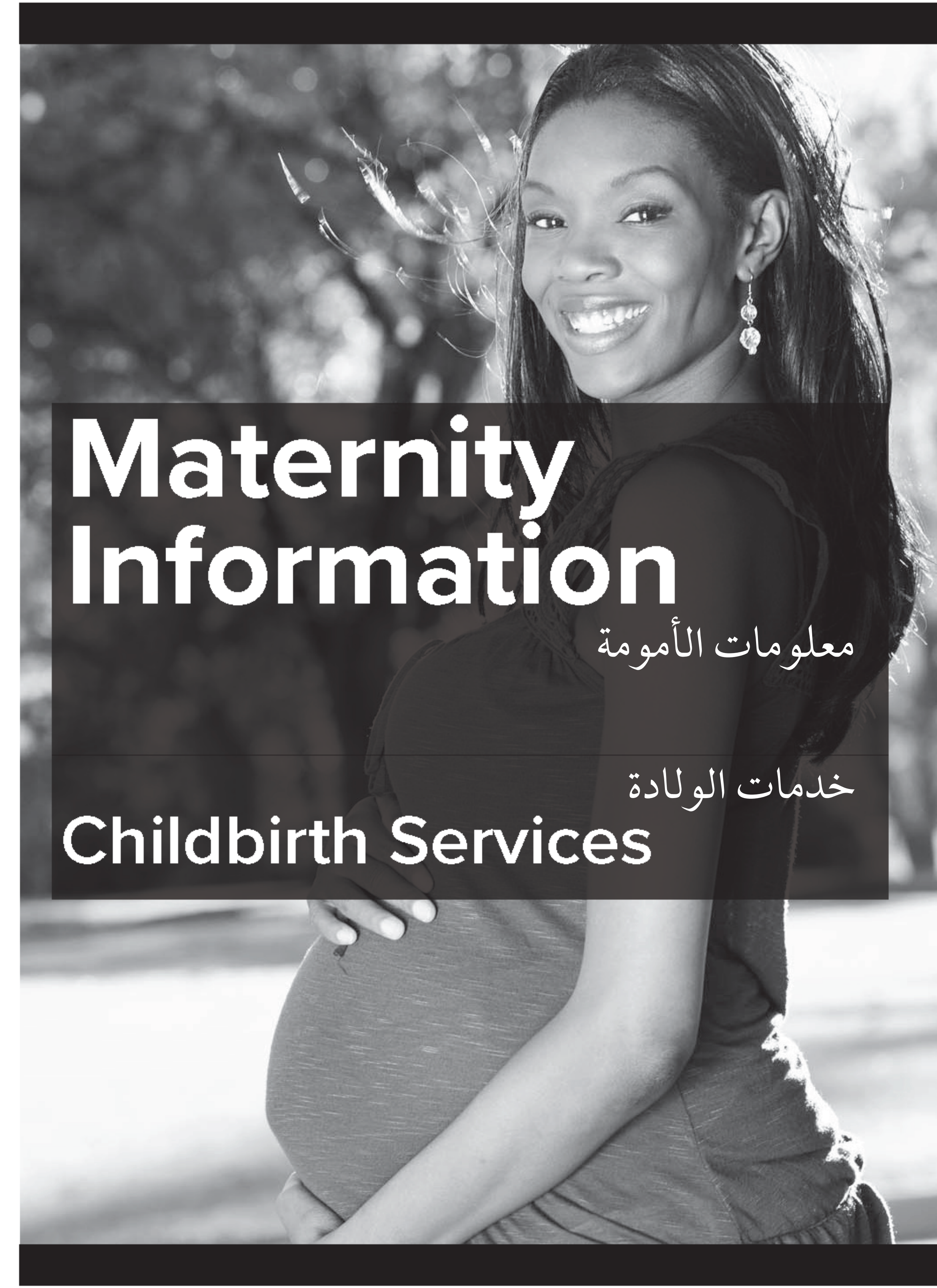
بمنتجات الأطفال والألعاب، يُرجى التسجيل في قائمة التنبيهات التابعة

للجنة سلامة المنتجات الاستهلاكية عبر الرابط:

www.cpsc.gov/cpsclist.aspx

أو يُرجى الاتصال على الرقم: 800-638-2722 (ولخدمة TTY:

301-595-7054)



وفقًا لقانون معلومات الأمومة في ولاية نيويورك، يجب على كل

مستشفى أن يوفر المعلومات التالية حول ممارساته وإجراءاته المتبعة

في الولادة. تُساعدك هذه المعلومات على فهم ما يمكن توقّعه بشكل

أفضل، والتعرّف على خيارات الولادة المتاحة أمامك، ووضع خطة مناسبة

لولادة طفلك.

تُعرض معظم هذه المعلومات على شكل نسب مئوية لعدد الولادات التي

تمت في المستشفى خلال سنة معينة. فعلى سبيل المثال، إذا كانت ٢٠

ولادة من بين كل ١٠٠ قد أُجريت بعملية قيصرية، فإن نسبة الولادات

القيصرية ستكون ٢٠%. وإذا تم استخدام مراقبة الجنين الخارجية في ٥٠

من أصل ١٠٠ ولادة، أي في نصف الحالات، فستكون النسبة ٥٠%.

هذه المعلومات وحدها لا تُخبرك ما إذا كان مستشفى ما أنسب لك من

غيره. إذا كان عدد الولادات في مستشفى معين أقل من ٢٠٠ ولادة في

السنة، فقد يؤثر استخدام بعض الإجراءات الخاصة في عدد قليل من

الحالات على نسبه الإجمالية.

وقد تؤثر أنواع الولادات أيضًا على هذه النسب. تقدّم بعض المستشفيات

خدمات متخصصة للنساء اللواتي يُتوقّع أن يخضن ولادات معقدة أو

عالية الخطورة، أو عندما يُتوقع ألا يتطور الجنين بشكل طبيعي. ومن

المتوقع أن تسجل هذه المستشفيات معدلات أعلى في استخدام الإجراءات

الخاصة، مقارنةً بالمستشفيات التي لا تقدّم هذه الخدمات.

كما أن هذه المعلومات لا تعكس أسلوب الممارسة الخاص بطبيبك أو

بالقابلة المرخصة. ومع ذلك، يمكنك الاستفادة من هذه المعلومات عند

مناقشة رغباتك مع طبيبك أو القابلة المرخصة، ومعرفة ما إذا كانت

الإجراءات التي يتبعها تتوافق مع ممارسات المستشفى أو تختلف عنها.

يجب أن يكون لك دور فعال في جعل تجربة ولادتك كما تتمنين. ولتحقيق

ذلك، تحتاجين إلى المعلومات. شاركي في دورات التحضير للولادة،

واقري كتبًا عنها، واطرحي الأسئلة، وناقشي اختياراتك ورغباتك مع طبيبك

أو القابلة المرخصة. للحصول على معلومات حول ما يمكنك فعله

للمساعدة في إنجاب طفل سليم، يُرجى زيارة الرابط التالي:

www.health.ny.gov/community/adults/women

النسب المتعلقة ببعض الإجراءات أثناء الولادة:

(٤١٧ إجمالي عدد الولادات في

St. John's Episcopal Hospital خلال 2024

31.8 % من الولادات أُجريت بعملية قيصرية

42.8 % من الولادات أُجريت جراحة قيصرية أولى

57.1 % من الولادات أُجريت جراحة قيصرية متكررة

% من النساء اللواتي سبق لهن الخضوع لعملية قيصرية

أتممن ولادة مهبلية

0 % من الولادات أُجريت على يد قابلات مرخصات

100 % من الولادات شملت مراقبة الجنين الخارجية

% من الولادات شملت مراقبة الجنين الداخلية

0 % من الولادات شملت استخدام الملقط منخفض الوضع

0 % من الولادات تم فيها استخدام ملقط متوسط الوضع

% من الولادات كانت ولادات مقعدية تمت مهلبيا

% من الولادات شملت تسكين الألم

0 % من الولادات المهبلية شملت تخديرًا عامًا

0 % من الولادات المهبلية شملت تخديرًا نخاعيًا

69 % من الولادات المهبلية شملت تخديرًا فوق الجافية أثناء

المخاض أو الولادة

0 % من الولادات المهبلية شملت تخديرًا حول عنق الرحم

6.9 % من العمليات القيصرية شملت تخديرًا عامًا

84 % من العمليات القيصرية شملت تخديرًا نخاعيًا

10.4 % من العمليات القيصرية شملت تخديرًا فوق الجافية

% من الولادات شملت تحفيز المخاض طبيًا

% من الولادات شملت تعزيز المخاض

3.23 % من الولادات المهبلية شملت شق العجان

94.3 % من الرضع تلقوا أي كمية من حليب الأم

10.6 % من الرضع تغذوا على حليب الأم فقط

83.7 % من الرضع الذين تغذوا على حليب الأم، تلقوا أيضًا

الحليب الصناعي

ملاحظة:

غرف الولادة (متوفرة / غير متوفرة) في هذا المرفق

الإقامة المشتركة على مدار ٢٤ ساعة (متوفرة / غير متوفرة) في

هذا المرفق

الإقامة المشتركة خلال النهار فقط (متوفرة / غير متوفرة) في هذا

المرفق

EHHS

Episcopal Health Services

NEW YORK STATE
Department of Health

تابعنا على

health.ny.gov facebook.com/NYSDOH

twitter.com/healthnygov

التعريفات

تُسَكِّين الأَلمَ– استخدام دواء لتقليل الإحساس بالألم.

التخدير – استخدام دواء أو مادة أخرى لإحداث فقدان كلي أو جزئي للإحساس.

التخدير العام – استخدام غاز أو دواء يُعطى عن طريق الوريد لجعل الأم في حالة لا وعي أثناء الولادة.

التخدير النخاعي – حقن دواء في المنطقة السفلية من العمود الفقري لتخدير منطقة المهبل.

تخدير فوق الجافية – يُعطى الدواء عبر أنبوب دقيق يُدخل في أسفل ظهر الأم لتخدير منطقة المهبل والبطن السفلي.

التخدير حول عنق الرحم – حقن دواء في عنق الرحم (فتحة الرحم) لتخفيف آلام المخاض.

تعزيز المخاض – يُستخدم دواء لمساعدة تقلصات المخاض على الاستمرار أو لتصبح أقوى.

غرفة الولادة – ترتيب داخل المستشفى تتم فيه مراحل المخاض، والولادة، والتعافي الأولي بعد الولادة في الغرفة نفسها. وتُعرف أحيانًا باسم “LDR” أو “LDRP”.

الولادة المقعدة – هي ولادة يدخل فيها الطفل قناة الولادة بالمقعدة أو القدمين أولًا.

الولادة القيصرية – هي عملية جراحية يُولد فيها الطفل من خلال شقوق تُجرى في بطن الأم ورحمها.

الولادة القيصرية الأولية – هي أول ولادة قيصرية تخضع لها الأم، حتى لو سبق لها الولادة طبيعيًا.

الولادة القيصرية المتكررة – هي جراحة قيصرية تُجرى لأم سبق أن خضعت لعملية قيصرية واحدة أو أكثر.

شق العجان – هو شق جراحي يُجرى أحيانًا لتوسيع فتحة المهبل أثناء الولادة.

مراقبة الجنين – هي التسجيل الإلكتروني لتقلصات الرحم ونبضات قلب الجنين.

مراقبة الجنين الخارجية – هي استخدام أجهزة صغيرة تُثبت على بطن الأم بواسطة أحزمة.

مراقبة الجنين الداخلية – هي إدخال أنبوب صغير بداخله سلك رفيع إلى الرحم، ويُنبَت هذا السلك بفروة رأس الجنين. كما قد يُوضع أنبوب لين بجانب رأس الجنين لقياس تقلصات الرحم.

الولادة بالملقط – هي ولادة تُستخدم فيها أدوات تُعرف باسم “الملقط”، وهي على شكل ملعقة، للمساعدة في إخراج رأس الطفل.

الولادة بالملقط منخفض الموقع – لا تُستخدم الأدوات إلا بعد أن يكون رأس الطفل قد مرّ عبر الحوض.

الولادة بالملقط متوسط الموقع – تُستخدم الأدوات قبل أن يكون رأس الطفل قد مرّ عبر الحوض.

تغذية الرضع منذ الولادة وحتى الخروج من المستشفى (باستثناء الرضّع الذين أُدخلوا وحدة العناية المركزة لحديثي الولادة، أو نُقلوا من أو إلى مستشفى آخر)

الرضع الذين تناولوا أي كمية من حليب الأم– هم الرضّع الذين تغذّوا على حليب الأم فقط (سواء من الثدي، أو بزجاجة الرضاعة، أو بالكوب، أو بأنبوب التغذية)، أو تغذّوا على حليب الأم إلى جانب الحليب الصناعي.

الرضع الذين تغذّوا على حليب الأم فقط – هم الأطفال الذين لم يتناولوا منذ ولادتهم سوى حليب الأم، دون أي حليب صناعي أو ماء.

الرضع الذين دُعِموا بالحليب الصناعي – هم الأطفال الذين تغذّوا على حليب الأم، وتم تزويدهم أيضًا بالحليب الصناعي. **القابلة المرخّصة** – هي مقدّمة رعاية صحية حاصلة على تدريب خاص لرعاية النساء خلال الحمل، والولادة، وما بعد الولادة **تحفيز المخاض طبيًا** – هو استخدام دواء لتحفيز تقلصات الولادة وبدئها.

الإقامة المشتركة (Rooming-In) – هو نظام تُرعى فيه الأم ورضيعها في الغرفة نفسها طوال اليوم أو معظمه.

الولادة المهبليّة بعد قيصرية (VBAC) – هي ولادة مهبليّة تُجرى لأم سبق أن خضعت لولادة قيصرية



بعد الولادة... تغطية الإقامة داخل المستشفى

تلتزم قوانين ولاية نيويورك شركات التأمين الصحي بتوفير تغطية للإقامة داخل المستشفى لكل من الأم ومولودها لمدة لا تقل عن ٤٨ ساعة بعد الولادة المهبليّة، و٩٦ ساعة على الأقل بعد الولادة القيصرية. كما يجب على كل مستشفى أن يوفّر التثقيف والدعم والتدريب للوالدين حول الرضاعة الطبيعيّة أو الصناعيّة، إلى جانب إجراء أي تقييمات سريرية ضرورية للأم أو المولود.

وإذا قررتِ مغادرة المستشفى في وقت مبكر، فستمتد تغطية الإقامة داخل المستشفى لتشمل زيارة واحدة على الأقل للرعاية المنزليّة. ستوفّر الزيارة المنزليّة التثقيف والدعم والتدريب للوالدين بشأن الرضاعة الطبيعيّة أو الصناعيّة، بالإضافة إلى أي تقييمات سريرية ضرورية للأم أو للمولود. وتُحتسب هذه الزيارة كإضافة إلى أي تغطية للرعاية المنزليّة متوفرة ضمن بوليصة التأمين الخاصّة بك. ننصح بالتواصل مع شركة التأمين الخاصّة بك للحصول على مزيد من التفاصيل حول تغطية خدمات الأمومة.

الرضاعة الطبيعيّة... بداية صحيّة للأم والطفل

الرضاعة الطبيعيّة من أفضل ما يمكنكِ تقديمه لطفلكِ، وهي خيار صحي مهم لكِ ولطفلكِ. أكثر من ٨٥٪ من الأمهات الجدد في ولاية نيويورك يخترن إرضاع أطفالهن رضاعة طبيعيّة.

يحتوي حليب الأم على عناصر غذائيّة سهلة الهضم، وأجسام مضادة تحمي الرضيع من الأمراض. يوفر حليب الأم فوائد عديدة تمتد طوال حياة الطفل، مثل تقليل خطر متلازمة موت الرضع المفاجئ، وعدوى الأذن، والسكري، والسمنة، وبعض أنواع السرطان في مرحلة الطفولة.

توصي الأكاديمية الأمريكيّة لطب الأطفال بالاكتهاء بالرضاعة الطبيعيّة خلال الأشهر الستة الأولى من حياة الطفل. وكلما استمرت الأم في الرضاعة الطبيعيّة لفترة أطول، ازدادت الفوائد الصحيّة لطفلها. الأطفال الذين يرضعون رضاعة طبيعيّة يُصابون بالأمراض بمعدلات أقل، مما قد يُسهم في خفض التكاليف الطبيّة.

الأمهات اللواتي يُرضعن رضاعة طبيعيّة يتعافين من الولادة بسرعة أكبر، ويعدن إلى وزن ما قبل الحمل بشكل أسرع، وتقل لديهن احتماليّة الإصابة ببعض أنواع سرطان الثدي والمبيض. تدعم ولاية نيويورك الأمهات المرضعات من خلال قوانين تحمي

حقهن في الرضاعة الطبيعيّة داخل المستشفيات، ودور رعاية الأطفال، والأماكن العامة، وأماكن العمل. للمزيد من المعلومات، يُرجى زيارة الرابط:

www.breastfeedingpartners.org

عند عودتكِ إلى المنزل... اكتتاب ما بعد الولادة

بعد الولادة، قد تشعرين بالتعب أو بالإرهاق من حجم المسؤوليّة الكبير في رعاية مولودك. كما أن مستويات الهرمونات لديكِ تمرّ أيضًا بتغيرات كبيرة. خلال الأيام أو الأسابيع الأولى، قد تمرين بما يُعرف باسم “الاضطرابات المزاجيّة المؤقتة بعد الولادة (baby blues)”، والتي قد تتضمن مشاعر الحزن، وتقلّبات المزاج، والغضب، والقلق، وانخفاض تقدير الذات. الاضطرابات المزاجيّة المؤقتة شائعة جدًّا، وعادةً ما تزول مع مرور الوقت. يمكن لطبيبكِ أن يقترح عليكِ بعض الطرق التي قد تساعدكِ على الشعور بتحسنّ.

أما اكتتاب ما بعد الولادة، فهو أقل شيوعًا، إلا أن أعراضه تكون أكثر حدة. وقد تشمل أعراضه مشاعر اليأس، والقلق المفرط، واضطرابات الأكل، والشعور بفقدان السيطرة، وأفكارًا بإيذاء النفس أو الطفل. اكتتاب ما بعد الولادة ليس علامة على الضعف، وليست حالة يمكن تجاوزها بالإرادة وحدها، لكنها قابلة للعلاج. إذا كنتِ تظنين أنكِ مصابة باكتتاب ما بعد الولادة، فبادري بالاتصال بطبيبكِ أو بالقابلة المرخّصة. إذا راودكِ شعور بإمكانية إيذاء نفسكِ أو طفلكِ، فاتصلي بطبيبكِ على الفور.

متلازمة هرّ الطفل... لا تهزّي طفلكِ أبدًا

قد يكون بكاء الطفل المستمر أمرًا مزعجًا، لكن الغضب لن يُفيدكِ أنتِ ولا طفلكِ. قد يبكي الطفل لأنّه جائع، أو يشعر بالوحدة، أو يعاني من الغازات، أو لأنّه مريض. يمكنكِ محاولة تهدئة طفلكِ من خلال إرضاعه طبيعيًا، أو بزجاجة الحليب، أو تغيير حفاضه، أو التحقق مما إذا كان يشعر بالحرارة أو البرودة الزائدة.

كما يمكنكِ أيضًا محاولة هرّ طفلكِ بلطف، أو تشغيل موسيقى هادئة، أو الغناء له، أو التمتمة بصوت خافت.

إذا لم تتمكني من تهدئة طفلكِ، فضعيه في مكان آمن مثل السرير أو حديقة الأطفال، وخذي استراحة...

تتنفّسي بعمق، وعدّي حتى العشرة، أو اتصلي بصديقة للحصول على الدعم. لا تحملي طفلكِ أبدًا إذا كنتِ غاضبة، ومهما بلغ بكِ التوتر أو نفاذ الصبر، لا تهزّيه أبدًا. الهزّ العنيف قد يُسبب إصابات خطيرة في الدماغ، والشلل الدماغي، وضعف البصر، ومشكلات في التعلم والسلوك، ونوبات صرع، وشلل، وقد يؤدي