

ايل ارتسأ يف ةمومأل ا ةياعر

English version: <https://www.healthdirect.gov.au/maternity-care-in-australia>

قد تتساءلين إذا كنت حاملاً أو تخططين للحمل عن الرعاية والدعم الذين يمكنك الحصول عليهما. توضح هذه المقالة خيارات الرعاية في فترة الحمل ومكان الولادة والتكاليف المترتبة على ذلك - حتى تتمكني من اتخاذ الخيارات الأفضل لك.

ما هي الرعاية السابقة للولادة؟

إنّ الرعاية السابقة للولادة هي الرعاية التي تتلقينها أثناء الحمل. ومن المهم إذا اكتشفت مؤخراً أنك حامل أن تزوري طبيبك (GP) أو القابلة لبدء الرعاية السابقة للولادة.

تعدّ المواعيد السابقة للولادة مهمة حتى لو كنت بصحة جيدة وكان حملك يسير على ما يرام.

حيث إنها تسمح للقابلة أو لطبيبك العام بفحص صحتك وصحة طفلك حتى يتمكنوا من اكتشاف أيّة مشاكل وعلاجها في وقت مبكر. كما وتمثل هذه المواعيد أيضاً فرصة جيدة لك لطرح الأسئلة والتحدث عن أي مخاوف لديك.

الموعد الأول في فترة ما قبل الولادة

من الأفضل تحديد موعدك الأول في فترة ما قبل الولادة عندما تكونين بين الأسابيع 6 إلى 8 من الحمل ويمكن أن يكون هذا الموعد مع قابلة أو طبيبك أو في عيادة أو مستشفى.

وسوف يؤكد الطبيب أو القابلة في هذا الموعد حملك، وسيقومون بإجراء فحص صحي شامل بما في ذلك السؤال عن تاريخك الطبي والتاريخ الطبي لعائلتك وسيعطونك أيضاً معلومات مهمة حول رعايتك في فترة الحمل.

وقد يعرضون عليك أيضاً الخضوع لفحوصات للتحقق من أي شيء قد يتسبب في حدوث مشاكل أثناء الحمل أو المخاض - يمكنك أن تقرري ما إذا كنت تريدين الخضوع للفحوصات أم لا.

اعرفي المزيد هنا عن المراجعات والفحوصات والصور التي ستجربينها خلال زيارتك في الفترة السابقة للولادة.

ستقومين بزيارات فترة ما قبل الولادة طوال فترة الحمل. معظم النساء اللواتي يكون حملهن غير معقد يحصلن على 8 إلى 10 مواعيد.

من ستقابلين خلال فترة الحمل؟

هناك ثلاثة أنواع من المهنيين الصحيين الذين يمكن أن يعتنوا بك أثناء الحمل، وهذا يتوقف على المكان الذي تنجبن فيه طفلك واحتياجاتك الصحية.

القابلة مدربة خصيصاً لدعم النساء ورعايتهن أثناء الحمل والمخاض والولادة. وتعمل القابلات في المستشفيات الحكومية والخاصة مع أطباء التوليد وفي المجتمع، وهن يساعدنك على البقاء بصحة جيدة أثناء الحمل. ويمكنهن مساعدتك أثناء الولادة أيضاً إذا لم تكن هناك مضاعفات. كما ويقمن أيضاً بالرعاية بك وبطفلك في الأسابيع القليلة الأولى بعد الولادة.

الأطباء العامون (GPs) هم أطباء يعززون الصحة العامة ويعالجون العديد من المشكلات الصحية المختلفة. وغالباً ما يكون الطبيب العام هو أول اختصاصي صحي تزورينه إذا كنت تعتقدين أنك حامل.

يقدم بعض الأطباء العامون رعاية مشتركة بحيث تزورين طبيبك العام وكذلك القابلات أو أطباء التوليد لتلقي الرعاية أثناء الحمل. أما إذا كنت تعيش في منطقة ريفية أو نائية، فقد يوفر لك طبيبك العام جميع خدمات الرعاية في فترة الحمل بالإضافة إلى توليدك.

طبيب التوليد هو طبيب متخصص في رعاية النساء والأطفال أثناء الحمل والولادة وبعد الولادة مباشرة. قد تختارين أن يقوم طبيب توليد ما

برعايتك طوال فترة الحمل والولادة. إذا كنت ستجيبين طفلك في مستشفى حكومي فقد لا تقابلي طبيب التوليد إلا إذا كانت هناك حاجة طبية لذلك.

أين يمكن أن تنجبي طفلك؟

هناك العديد من الخيارات حول المكان الذي يمكنك إنجاب طفلك فيه، حيث تلد معظم النساء في مستشفى حكومي أو خاص إما في جناح للولادة أو في مركز ولادة.

وتقدم معظم المستشفيات دروساً قبل الولادة كجزء من رعايتك. من الأفضل أن تحجزي في المستشفى أو مركز الولادة بمجرد أن يؤكد طبيبك أو ممرضة التوليد حملك.

وقد يؤثر المكان الذي تعيشين فيه على الخيارات التي يمكنك الحصول عليها بخصوص مكان الولادة. فإذا كنت تعيشين في الريف أو في مكان بعيد، على سبيل المثال، فقد تكون خياراتك محدودة.

من المهم أن تقومي بإجراء بحث في الأمر وأن تقومي ما يناسبك. كمل ويمكنك مناقشة هذا الأمر مع طبيبك أو الاتصال بخدمة الحمل والولادة والطفل على الرقم 1800 882 436.

الذهاب الى المستشفى

إذا كان هذا الحمل هو حملك الأول، فقد تكونين غير متأكدة من موعد ذهابك إلى المستشفى أو إلى مركز الولادة. إن أفضل ما يمكنك القيام به هو الاتصال بالمستشفى أو مركز الولادة للحصول على المشورة.

من المرجح أنك سوف تبقيين في المستشفى لمدة يوم واحد على الأقل، وفقاً لسرعة تعافيك، وما إذا كنت قد خضعت لعملية ولادة قيصرية وما إذا كنت أنت أو طفلك تعانيان من أي مضاعفات.

ما هي تكلفة الولادة؟

تختلف تكلفة الولادة وفقاً لما إذا كنت ستلدين طفلك في المستشفيات الحكومية أو الخاصة فلكل واحد منهما منفعه ومساوئه.

ففي أستراليا، تكون رعاية الحوامل في المستشفيات العامة أو مراكز الولادة رعاية مجانية حيث يغطي تكاليفها التأمين الصحي الحكومي Medicare الذي يؤمن المواطنين الأستراليين وبعض الزوار إلى أستراليا ولكنك لن تكوني قادرة على اختيار طبيبك أو القابلة.

أما في النظام الصحي الخاص، يمكنك اختيار طبيبك ولكن يترتب عليك دفع تكاليف الرعاية أو الحصول على تأمين صحي خاص. سيغطي برنامج Medicare وتأمينك الصحي بعض تكاليف الإقامة في مستشفى خاص، ولكنك قد تحتاجين بالرغم من ذلك إلى دفع رسوم إضافية (تُعرف باسم "التكاليف التي تدفع من الجيب").

إحرصى على التحقق من أن تأمينك الصحي الخاص يغطي تكاليف رعاية الأمومة وما إذا كان هناك فترة انتظار قبل أن تتمكني من الاستفادة منه.

قد يكون من الصعب فهم تكاليف خيارات الرعاية المختلفة. تحدثي إلى طبيبك أو المستشفى أو شركة التأمين الصحي إذا كنت غير متأكدة، أو اتصلي بخدمة الحمل والولادة والطفل.

الدعم والمشورة

للحصول على المعلومات والنصائح والدعم خلال فترة الحمل:

- تحدثي إلى طبيبك أو إلى القابلة.
- اتصلي بخدمة الحمل والولادة والطفل لمزيد من المعلومات والدعم. يمكنك التحدث مع ممرضة صحة الأم على الرقم 1800 882 436 أو عبر مكالمة فيديو.
- يمكن أن تساعدك أداة البحث عن الخدمات على الإنترنت عن طريق healthdirect في العثور على الخدمات الصحية والمستشفيات القريبة منك.