



## حاملگی تان را تبریک می گوئیم!

### از اینکه Hoag را برای زایمان خود انتخاب کرده اید خرسندیم.

هدف ما فراهم کردن محیطی است که به آغاز سالم زندگی شما و خانواده جدیدتان کمک می کند. برای کمک به آماده کردن شما برای این زمان هیجان انگیز، از شما می خواهیم که یک دقیقه صرف کرده و اطلاعات زیر را مرور کنید.

#### فهرست کارهایی که باید انجام دهم!

- نام‌نویسی اولیه آنلاین: [hoag.org/maternity-preregister](https://hoag.org/maternity-preregister)
- برنامه رایگان Circle® by Hoag را برای iPhone یا Android دانلود کنید. اطلاعات بیشتر در: [hoag.org/circle-app](https://hoag.org/circle-app)
- تور مجازی زایشگاه ما را تماشا کنید تا امکانات آن را ببینید و از فلسفه ما مطلع شوید: [hoag.org/maternity-tour](https://hoag.org/maternity-tour)
- برای کلاس‌های پیش از زایمان نام نویسی کنید: [hoag.org/ob](https://hoag.org/ob) و در سازمان زایشگاه آزاد ما شرکت کنید.
- صندلی نوزاد برای اتومبیل را بخرید و نصب کنید. کارکنان، درستی نصب صندلی نوزاد را بررسی نمی کنند.
- پیش از زایمان، یک پزشک برای خود انتخاب کنید: [hoag.org/find-a-doctor](https://hoag.org/find-a-doctor)
- برای گواهینامه تولد، نام نوزاد خود را انتخاب کنید. برای کارهای مهم ثبت، ما این گواهینامه را به شما می فرستیم.
- برای نوزاد، یک پتو و لباس هایی را برای رفتن به خانه بسته بندی کنید.

#### انتظارات زایمان

- لطفاً به بخش اضطرابی تریاژ/زایمان ما واقع در طبقه 5 غرفه سلامت زنان (برج شرقی) بیایید و از در تکی واقع در کنار آسانسورها وارد شوید.
- در بخش تریاژ، پرستار شما را معاینه خواهد کرد تا تعیین کند آیا شما در مرحله درد زایمان فعال هستید یا نه. اگر در مرحله درد زایمان فعال باشید، به عنوان بیمار در حال زایمان پذیرفته خواهید شد. ما با پزشک شما تماس خواهیم گرفت تا یک برنامه مراقبت را تنظیم کنیم.
  - اگر در مرحله زایمان نباشید، اطلاعات مربوط به چگونگی انجام زایمان در خانه و زمان بازگشت به بیمارستان را در اختیار شما قرار خواهیم داد.

#### سونیت های زایمان و پس از زایمان

همه سونیت ها اختصاصی، بزرگ و مجهز به یک حمام و یک مبل تختخوابشو برای یک فرد کمکی هستند.

#### هنگامی که بچه به دنیا می آید

بلافاصله پس از تولد نوزاد، نوزاد سالم شما خشک خواهد شد و در تماس مستقیم با پوست شما در سینه شما قرار داده خواهد شد. ما حداقل برای یک ساعت، مزاحم شما نخواهیم شد. این زمان «ساعت طلایی» نامیده می شود. در طول این مدت، کارهای معمول مانند حمام کردن و وزن کردن به عقب انداخته می شوند.

#### نگه داشتن در اتاق

نوزاد شما با شما در اتاق شما خواهد ماند، مگر اینکه یک دلیل پزشکی برای آنها برای ترک اتاق شما وجود داشته باشد که یک توجه ویژه را ضروری می سازد. شما کمک و راهنمایی پرستاران را برای کمک به شما در مراقبت از خودتان و نوزادتان دریافت خواهید کرد.

بهروزرسانی شده در تاریخ 2018/6/1

5940-764-9490B

کلاس های آموزش/پیش از زایمان

949-764-4624

شماره اصلی Hoag

949-764-2229

خط نوزاد Hoag

949-764-4624

معرفی به پزشک

وبسایت: [www.hoag.org/pregnancy](https://www.hoag.org/pregnancy)

949-764-8275

نام نویسی Hoag



### دادن شیر مادر

دادن شیر مادر به صورت انحصاری، بهترین گزینه برای شما و نوزادتان است. اقدامات ما به شما کمک خواهند کرد تا در اهداف مربوط به دادن شیر خود به نوزاد موفق شوید. ما تا زمانی که از نظر پزشکی لازم نباشد، به نوزاد شما شیر خشک نخواهیم داد.

### استفاده از پستانک

نوزادان به پستانک نیاز ندارند مگر آنکه یک نشانه پزشکی در هفته های نخست وجود داشته باشد. نسبت به پستان، نوزادان به شکل متفاوتی پستانک را می کنند و این امر ممکن است مشکلاتی را برای پرستاری از نوزاد در روزهای نخست به وجود بیاورد.

### چه چیزهایی را باید با خود به بیمارستان بیاورم؟

- برای نوزاد: یک مجموعه لوازم نوزاد و پتو برای نوزاد برای رفتن به خانه. در زمان حضور در بیمارستان، پوشک و دستمال، پتو و تی شرت ها از طرف ما ارائه خواهند شد. اگر تصمیم بگیرید شیر خشک بدهید، ما آن را تهیه خواهیم کرد.
- برای مادر: به شما توصیه می کنیم محصولات مراقبت مو و صورت خود را بیاورید.

### وعده های غذایی

در طول اقامت بیمار، غذا به آنها داده خواهد شد. پس از زایمان، یک وعده غذای افتخاری برای والدین جدید ارائه خواهد شد.

### ملاقات کنندگان

#### بخش زایمان (5 شرفی)

- ملاقات کنندگان طبق درخواست بیمار و صلاحیت پزشک و پرستار بستری کننده و بر اساس وضعیت بیمار اجازه ورود به بخش زایمان را دارند.
- ملاقات کنندگان زیر 13 سال باید با همراهی فردی بزرگسال باشند و این فرد بزرگسال نباید خود بیمار یا همراه وی در فرآیند زایمان باشد.

#### بخش مادر و نوزاد (7 شرفی)

- ساعات ملاقات عمومی برای مهمانان از 9:00 صبح تا 9:00 شب است.
- در صورت صلاحیت بیمار، یک همراه مراقب بزرگسال می تواند به صورت 24 ساعته به این بخش دسترسی داشته باشد و می تواند در طول شب و در تمام مدت بستری بودن مادر و نوزاد جدید در کنار آن ها بماند.
- اطفال ملاقات کننده در بخش باید تحت نظارت مستمر فردی بزرگسال به غیر از خود بیمار باشند.
- خواهر و برادر مجاز نیستند در طول شب در بیمارستان بمانند.

### چه مدت اقامت خواهیم کرد؟

- پزشک شما تصمیم می گیرد که شما و نوزادتان چه زمانی آماده رفتن به خانه هستید.
- بسیاری مادرانی که از طریق واژن زایمان کرده اند، 24 ساعت پس از زایمان آماده رفتن به خانه هستند.
  - بسیاری از مادرانی که تحت عمل سزارین قرار گرفته اند، 2 تا 3 روز پس از آن آماده رفتن به خانه هستند.

به روز رسانی شده در تاریخ 2018/6/1

5940-764-9490B

کلاس های آموزش/پیش از زایمان

949-764-4624

شماره اصلی Hoag

949-764-2229

خط نوزاد Hoag

949-764-4624

معرفی به پزشک

وبسایت: [www.hoag.org/pregnancy](http://www.hoag.org/pregnancy)

949-764-8275

نام نویسی Hoag