

तपाईंको गर्भको बच्चा चलमलाउनु महत्वपूर्ण छ।

मेरो मेरो गर्भको बच्चा चल्नु किन महत्वपूर्ण छ?



यदि तपाईंको गर्भमा रहेको बच्चा अरु बेला भन्दा भिन्न तरिकाले चल्न थालेमा, बच्चालाई की त गाह्रो वा बिसन्धो भएको संकेत हुनसक्छ।

करिब करिब आधाभन्दा बढी महिलाहरूको बालक तुहिन्छ उनिहरूको बालकको हलचलमा सिधिलता आएमा वा रोकिएको लक्षण देखा परेमा।

मैले के गरुम?

कुनै पनि बेला, यदि तपाईंलाई आफ्नो बच्चा चलमलाउने तरिका भएको परिवर्तन बारेमा चिन्ता भएमा तपाईंको थाईआमा वा डाक्टरलाई तुरन्तै सम्पर्क गर्नुहोला।

तपाईंले उहाँहरूको समय खेर फाल्नु भएको छैन।



मेरो बच्चा कति कतिमा चलमलाउनु पर्दछ?



गर्भको बच्चा कतिपटक चल्नु पर्छ भन्ने खास संख्या छैन।

तपाईंले नै आफ्नो बच्चाको एक भिन्न प्रकारको हलचलको पदतीको याद गर्नु अनिवार्य छ।

बच्चाहरूले हलचल गर्दा लात हात्रे वा पल्टने, श्वास फेरेको वा घुमेको जस्ता जे पनि हुन सक्दछ।

तपाईं गर्भवती भएको १६ देखि २४ हप्तामा तपाईंले बच्चा चलेको महसुस गर्नुहुन्छ र यो तपाईंको प्लेसेन्टा (गर्भनाल) जहाँ भएपनि महसुस गर्नुहुन्छ।

यसपछि के हुन्छ?

तपाईंको थाईआमा वा डाक्टरले तपाईंलाई तुरन्तै प्रशुतीकक्षमा आउनकोलागि भन्नु पर्नेछ (स्वास्थ्यकर्मीहरूहप्ताको २४ घण्टा, ७ दिन नै उपलब्ध छन्)।

स्वास्थ्य परीक्षणमा गर्ने सकिने जाँचहरू:

- तपाईंको बच्चाको हृदयगतीको जाँच गर्ने
- तपाईंको बच्चाको बूट्टी मापन गर्ने
- अल्ट्रासाउण्ड स्क्यान
- रगत जाँच



बच्चाको हलचलको बारेका साधारण अपभ्रमहरू



गर्भावस्थाको अन्त्यतिर बच्चाको हलचल कम हुनेछ भन्ने कुरा सत्य हैन।

तपाईंले निरन्तर रुपमा आफ्नो बच्चा चलेको महसुस गर्नुपर्छ, व्यथा लाग्ने बेलासम्म र व्यथा लगेरहदा पनि।



यदि तपाईंलाई आफ्नो गर्भको बच्चा चलमलाउने तरिका बारेमा केहि चिन्ता भएको खण्डमा तपाईंले केहि खाएर वा पिएर बच्चालाई चल्न मद्दत गर्छ भन्ने जानकारी असत्य हो।

थप पत्ता लगाउनुहोस्: movementsmatter.org.au

यो सामग्री रॉयल अष्ट्रेलियन एण्ड न्युजिल्याण्ड कलेज अफ अब्स्टेट्रिक्स एण्ड गाईनेकोलोजी (RANZCOG), बेयरर्स अफ होप र देहाका संस्थाहरूद्वारा अनुमोदित छ। हाम्रो उद्देश्यको लागि टमीच यूकेको अभियानलाई साभार गर्न अनुमति दिएकोमा हामी उहाँहरूलाई धन्यवाद दिन चाहन्छौं। हामीलाई stillbirthcare@mater.uq.edu.au मा सम्पर्क गर्नुहोला।