

# ایکے بچے کی حرکت اہم

#### میرے بچے کی حرکت اہم کیوں ہے؟



اگر پیٹ میں بچے کی حرکت کا انداز بدل جانے تو یہ اس بات کی نشانی ہو سکتی ہے کہ شاید بچہ ٹھیک نہیں ہے۔

مردہ بچے کو جنم دینے والی عورتوں میں سے نصف کے قریب نے محسوس کیا تھا کہ انکے بچے کی حرکت سست ہو گئی تھی یا رک گئی تھی۔

#### میرے بچے کو کتنا اکثر حرکت کرنی چاہیئے؟



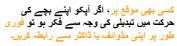
نارمل حرکتوں کی کوئی مقررہ تعداد نہیں ہے۔

آپکو اپنے بچے کی حرکت کے انفرادی انداز سے واقعیت حاصل کرنی چاہیئے۔

پیٹ میں بچوں کی حرکتوں کو لات مارنے یا پھڑپھڑانے سے لے کر ہلکے سے جھلاؤ یا کروٹ کی طرح، بہت سے مختلف اندازوں میں بیان کیا جاتا ہے۔

آپ کو حمل کے ہفتہ 16 ا**ور ہفتہ 24 کے** درمیان بچے کی حرکت محسوس ہونا شروع ہو گی، چاہے آپکا پلاسینٹا کسی

## مجھے کیا کرنا چاہیئے؟



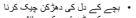
یہ نہ سمجھیں کہ آپ انکا وقت ضائع کر رہی ہیں۔

### آگے کیا ہو سکتا ہے؟



آپکی مڈوائف یا ڈاکٹر کو چاہیئے کہ آپکو میٹرنٹی یونٹ میں آنے کو کہیں (دن کے 24 گھنٹے، ہفتے کے ساتوں دن عملہ دستیاب ہوتا ہے)۔

چھان بین میں یہ شامل ہو سکتا ہے:



- بچے کی بڑھوتری کی پیمائش
  الٹراساؤنڈ سکین
  - خون كا ٹيسٹ

## بچے کی حرکت کے بارے میں عام غلط تصورات



یہ سچ نہیں ہے کہ حمل کے آخر میں بچے کم حرکت کرتے ہیں۔

دردزہ شروع ہونے کے وقت تک اور درد زہ کے دوران بھی آپکو بچے کی حرکت محسوس ہوتی رہنی چاہیئے۔



اگر آپکو بچے کی حرکت کے بارے میں فکر ہو تو بچے کو حرکت میں لائے کے خیال سے کچھ کھانے یا پینے سے فاندہ نہیں ہوتا۔



مزید معلومات حاصل کریں: movementsmatter.org.au

توثیق کننده: رانل آسٹریلین اینڈ نیوزی لینڈ کالج آف آبسٹریڈکس اینڈ گلناکالوجی (Sands ،Bears of Hope اور مندرجہ ذیل تنظیمیں. ہمTommy's UK کے شکرگزار ہیں کہ انہوں نے ہمارے مقصد کے لیے ہمیں اپنی مہم کا مواد آخذ کرنے کی اجازت دی۔ یہاں ہم سے رابطہ کریں: stillbirthcre@mater.uq.edu.au















