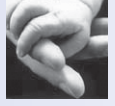




دليل عن صحة المرأة في سويسرا

الحمل الأمومة

Arabisch, arabe, arabo



يعتبر هذا الكتيب دليل للصحة بما فيه من معلومات عن: (الحمل، الولادة، استقبال المولود، الطفل، الرضاعة الطبيعية).
وقد اعدنا لك يا سيدتي المقيمة في بلاد المهجر سويسرا هذا الدليل، لكي يفيدك أنت وعائلتك،
نقدمه لك مرفق به النقاط الخاصة بالصحة الإنجابية، حيث يجب الاحتفاظ به ومصاحبتك له
عند ترددك على المستشفى أو العيادة أو المستوصف، حتى يتم تسجيل جميع المعلومات الهامة
بشأن الحمل والولادة.



الفهرس

٣	المقدمة
٤	الفهرس
٦-٥	إنك امرأة حامل.
٨-٧	الحمل والتغيرات الفسيولوجية (الطبيعية).
٩	الاستعداد للولادة
١١-١٠	اختيار مكان الولادة
١٣-١٢	مدة الولادة.
١٥-١٤	بعد الولادة
١٦	الرضاعة الطبيعية
١٧	بعد الولادة
١٨	كل ما هو متعلق بالقانون (الهيئات القانونية - التامين الصحي)
١٩	المشاركون في " ندوة الحمل والأمومة " في سويسرا. للطلب
٢٠	عناوين هامة.
	نقطة الحمل.
	داخل الدليل



إنكِ امرأة حامل.

أول علامة تشعر بها المرأة الحامل هي تأخر الدورة الشهرية عن موعدها المتوقع. ولكن للتأكد من الحمل لابد من إجراء التحاليل الخاصة بذلك.

يباع الآن في الصيدليات نوع جاهز من اختبارات الحمل، تستطيعين عمل هذا الاختبار بنفسك بإتباع التعليمات الخاصة به والمدونة على العبوة. كذلك من الممكن عمل هذا الاختبار عند الأطباء المتخصصين بذلك أو في مراكز الصحة.

الرعاية الصحية والفحوصات الخاصة بالحمل.

الرعاية الصحية للأم والجنين.

تحتاج الحامل إلى رعاية أثناء الحمل: رعاية لصحتها ولصحة الجنين. فيجب المواظبة على المتابعة الدورية للمرأة الحامل طوال فترة الحمل وذلك بالتوجه إلى: العيادة- المستشفى - الدكتور الممارس - القابلة القانونية (الدّاية) .

إلى من أذهب؟ وأين أذهب لمتابعة الحمل؟ أمامك الاختيار:

- القابلة القانونية (الدّاية) فمن الممكن أن تحضر الدّاية إلى منزلك أو تذهبي إلى عيادتها الخاصة بها
- أو إلى عيادة متخصصة في الولادة أو إلى دكتور أو دكتورة أمراض نساء وولادة حيث تستطيعين الذهاب إلى عيادته أو إلى المستشفى،
- كما يمكنك الذهاب إلى دكتور عام.
- ويستطيع الدكتور مع القابلة القانونية متابعتك في نفس الوقت.

القابلة القانونية (الدّاية).

ما هو اختصاصات القابلة القانونية/ المولّدة؟

- تساعدك على الاستعداد للولادة.
- تقوم بالفحوصات الخاصة بالحمل.
- تساعدك في التوليد (في حالة الولادة الطبيعية).
- المتابعة بعد الولادة.
- تقديم نصائح وتوعية بكل ما يتعلق بالرضاعة.
- (تمارين شد العضلات) استعادة اللياقة

تعمل الولاّادات في المستشفيات، في عيادات الولاّادات أو في العيادات الخاصة بالولاّادات المستقلات.

وتستطيعين أن تجدي عناوين عيادات الولاّادات المستقلات في آخر الكتاب. وبسهولة تستطيعين الحصول على أقرب عنوان عيادة قريب من مسكنك.



كيف يتم الاتصال؟

خلال الشهر الثاني أو الثالث من الحمل من الممكن الاتصال بالقابلة القانونية (الدّاية) لتحديد موعد للمقابلة. عليك تكرار المقابلة كل أربعة أو ست أسابيع. في حالة نسيان الميعاد المحدد، يرجى الاتصال سريعا بالقابلة لتحديد موعد آخر.

كيف أتحدث معها؟ بأي لغة؟ ماذا أفعل؟

يُفضل اختيار مولدة تتكلم لغتك أو لغة أخرى تجيدينها بطلاقة. يمكنك أيضا الاستعانة ب مترجمة أو مرشدة ثقافية. كما يمكنك الاستعانة بصديقة حميمة تثقين بها.

العناية بالحمل.

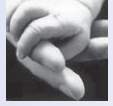
في أول فحص طبي، يقوم الطبيب/ القابلة بفحص كامل يتضمن بعض الأسئلة المرتبطة بمسيرتك الصحية وصحة عائلتك كل ما يتعلق بالعمليات الجراحية التي ربما تمت في الماضي، وأسئلة أيضاً تتعلق بالأمراض التي ربما أصيبت بها في طفولتك. كما يسأل أيضاً عن الحمل والولادات السابقة كيف تمت.

على الشخص المتخصص (مسئول متابعتك) إبلاغك بإجراء الفحص اللازم. فأنت بكامل الحرية تستطيعين القبول أو الرفض لإجراء هذه الفحوصات. ولك أيضاً كامل الحق في توجيه أي سؤال يخطر على بالك.

يمكنك مصاحبة زوجك أو رفيقك في زيارتك للطبيب، ويحق له حضور الولادة إذا كانت هذه هي رغبتك.

نقطة: بطاقة المرأة الحامل.

تحتوي هذه البطاقة على جميع البيانات الخاصة بتطور الحمل وهذا يساعد على متابعة حالتك أثناء الحمل. سوف يسترشد بهذه البطاقة كل من يقوم بمتابعتك قبل وأثناء وبعد الحمل. ننصحك أخذ هذه البطاقة عند زيارتك الدورية لمن يقوم بمتابعتك أثناء الحمل ويستمر ذلك حتى بعد الولادة.



الحمل والتغيرات الفسيولوجية (الطبيعية).

متى يخرج الجنين إلى العالم الجديد؟

ن فترة الحمل تستمر أربعين أسبوعاً بعد انقضاء آخر دورة حيض، أي عشرة أشهر قمرية ذات ثمانية وعشرين يوماً للشهر الواحد. لكنّه من النادر أن يولد الطفل بالوقت المحدد له. إن ولادة الطفل قبل ثلاثة أسابيع من الموعد المحدد أو أسبوعين بعده يُعدّ أمراً طبيعياً.

إذا ما وُلد الطفل قبل إتمامه الشهر السابع والثلاثين من الحمل، فإن ذلك يعدُّ ولادةً مبكّرة. إن الأطفال الذين يولدون مبكراً بفترةٍ طويلة عن الموعد المحدد يعانون على الأغلب مشاكلٍ صحيّةٍ كبرى. لتجنّب هذه المشاكل متعددة الجوانب، فإنه من المهم متابعة كل العوارض والمقدمات الدالّة على الأمر، كما يجب مراجعة الطبيب لإجراء الفحوصات اللازمة فوراً عند حدوث أيّ طارئٍ وعدم انتظار موعد المراجعة القادم.

لمزيد من المعلومات يرجى الإطلاع على (عند حاجتك لمراجعة الطبيب) الطبيبة أو القابلة القانونية) صفحة

إن حمل الجنين في رحم الأم هو شيء إنساني واجتماعي عظيم.

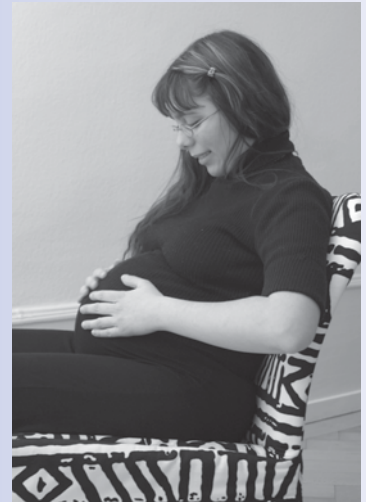
إن الحمل حدث طبيعي وليس مرضاً، بل هو عملية طبيعية أثناء فترة الحمل: من الممكن أخذ حمام دافئ، كما يفضل الإكثار من المشي. عليك أن تتذكري أن فترة الحمل لا تغير شيء من حياتك الزوجية.

نحتاج المرأة الحامل للاهتمام بالتغذية الجيدة وشرب السوائل بكثرة. كما تحتاج أيضاً للراحة البدنية والنفسية. وكل هذا مهم لها وللجنين.

انتبهي إلى: التدخين - تعاطي الأدوية - المشروبات الكحولية -

أي أنواع أخرى من الإدمان.

إن الأم والجنين مرتبطين عضوياً عن طريق المشيمة والحبل السري الذي من خلاله يتم تزويد الجنين بالعناصر الغذائية المفيدة والضرارة على حد سواء. لذلك فإن النساء الحوامل يجب أن يتجنبن تناول المشروبات والتدخين أو الأماكن التي تتم فيها ممارسة عادة التدخين. إن تناول الأدوية أثناء فترة الحمل يجب أن يتم تحت إشراف الطبيب المختص فقط.





يجب الاتصال فوراً بالطبيب- القابلة القانونية أو المستشفى عندما يحدث أي من الحالات الآتية:

- نزيف مهبلي.
- انفجار كيس المياه ونزول السائل الأمنيوسي في المهبل ويقال عنه "نزول المية" أو القرن طش"
- عدم الإحساس بحركة الجنين.
- قيء شديد
- مغص شديد غير محتمل.
- استمرار في ارتفاع درجة حرارة الجسم.
- حادث صدمة.
- أو زغلة في العين (الشعور بدوخة).
- طلق: تقلصات أو انقباضات لا إرادية في الرحم.

شروط العمل

- مادام الحمل طبيعي يمكن للسيدة الحامل أن تستمر في عملها الوظيفي وذلك عندما يكون العمل معتدلاً من حيث الوقت والجهد المبذول.
- يجب التوقف عن العمل فوراً إذا شعرت السيدة الحامل بدوخة- بألم أو تعب وإجهاد شديد.
- يجب المحافظة على الاسترخاء في وضع مريح.
- يجب تجنب رفع الأحمال الثقيلة.
- يجب تجنب رائحة المواد الكيماوية.
- لا خوف من القيام بالأعمال المنزلية العادية حيث يستطيع أفراد العائلة مساعدتك.

حماية الأمومة

إن القانون (قانون العمل) يحمي السيدة الحامل في عملها. كذلك يحمي القانون الأم المرضعة لطفلها رضاعة طبيعية.

يمكنك الحصول على الكتيب الخاص بحقوق السيدة الحامل وعنوانه "حقوق السيدة الحامل العاملة" يمكنك الكتابة إلى هذا العنوان (voir page 20) Travail.Suisse هذا الكتيب متوفر بعدة لغات. يقدم لك الكتيب شرح وتوضيح لكل حقوقك كسيدة حامل أثناء العمل وأيضا ما بعد الولادة.





الاستعداد للولادة.

نقدم لك دروس للاستعداد للولادة تشمل كل المعلومات المتعلقة بالحمل- الولادة- الرضاعة- ما بعد الولادة والأعتناء بالمولود.
- بعض التمرينات الرياضية لتطبيقها أثناء الحمل وهي: تمارين للتنفس- تمارين للبطن- تمارين لقاع الحوض- تمارين استرخاء لعضلات الساق- تمارين للاسترخاء أثناء الولادة.

دروس للمجموعة (مجموعة من النساء الحوامل)

وهي فرصة للمقابلة وتبادل الاختبارات المختلفة بين النساء. هذه الدروس تعطى في بعض المناطق في سويسرا حيث يكون هناك القابلة القانونية مع وجود مترجمة ومرشدة ثقافية تتكلم بلغتك.

وحدك أو مع شريك حياتك (زوجك)

إذا كان لديك الرغبة في اخذ الدروس في منزلك استعداً للولادة فإن القابلات القانونيات المستقلات هن في خدمتك لإعطاء هذه الدروس.

أين تجدي المعلومات؟

توجد المعلومات الخاصة بالدروس استعداداً للولادة عند كلاً من: القابلات، في العيادات أو في المستشفيات.

يساهم التأمين الصحي بجزء من المصاريف الخاصة بالدروس على شرط أن تكون القابلة القانونية أو الأخصائي مؤهل لإعطاء هذه الدروس.



اختيار مكان الولادة.

يمكن للسيدة الحامل تحديد المكان الملائم للولادة في سويسرا. حيث توجد أماكن مختلفة وهي (المستشفيات- المنزل- بيت الولادة).
والتأمين الصحي سوف يتكفل بجميع المصروفات.

عند موعد الولادة سوف تجدين أن كل شيء مجهز لاستقبالك في مستشفى الولادة.
يقوم الطبيب أو القابلة بإبلاغ المستشفى بمجيئك.
يمكنك زيارة غرفة الولادة قبل الولادة إذا رغبت في ذلك.
يمكنك الاتصال بمستشفى الولادة لأخذ موعد للزيارة.

ما بعد الولادة

يمكنك البقاء بعض الأيام في المستشفى. وسوف تتوفر لك وللمولود الرعاية الصحية وخاصة في الأيام الأولى في حياة الطفل تقدم لك المستشفى كل الملابس والأدوات اللازمة للطفل، وكذلك الوجبات الغذائية.

الولادة مع إقامة قصيرة بالمستشفى

إذا كنتِ ترغبين الإنتظار حتى تحين الولادة طبيعياً (أي الولادة في قسم ولادة الطوارئ)، فإنه بإمكانك العودة مع طفلك إلى المنزل بعد بضع ساعات وبعد الإطمئنان على وضعكما الصحي هناك سوف تتلقين الرعاية اللازمة لنحو ستة وخمسين يوماً على يد قابلة قانونية مُمارسة. ستقوم القابلة القانونية بزيارتك يومياً لرعايتك مع طفلك ولتقديم الدعم والنصيحة لك حول الرضاعة، كما ستقوم بالإجابة عن جميع تساؤلاتك حول الأمومة وحول طفلك. بادري بالاتصال بإحدى القابلات القانونيات قريباً من مكان سكنك قبل موعد الولادة.



قابلة قانونية مؤهلة

توجد اتفاقيات في بعض المناطق بخصوص مجيء القابلة إلى المستشفى للمساعدة في عملية الولادة. وسوف تعتني بك وبطفلك بعد الولادة.

الولادة في البيت هذا الاختيار مخصص لحالات الحمل الطبيعي والمواليد المكتملة النمو.

وسوف تحضر القابلة التي تابعت حملك أثناء الولادة ، وذلك من أجل متابعة الولادة وما بعدها.

بيت الولادة

وهو بيت مخصص لاستقبال السيدة الحامل مع الشخص الذي يرافقها قبل الولادة مباشرة. ويقوم بإدارة هذا البيت مجموعة من القابلات اللواتي يقمن بمتابعة الولادة وما بعد الولادة. سواء في بيت الولادة أو في المنزل.
الرجاء الاتصال بالتأمين الصحي لتحديد المصاريف.

المستندات التي يجب أن تأخذها معك إلى المستشفى هي:

- بطاقة الأمومة.
- بطاقة فصيلة الدم.
- جواز السفر - تصريح الإقامة.
- عقد زواج.
- إقرار من التأمين الصحي.



مدة الولادة.

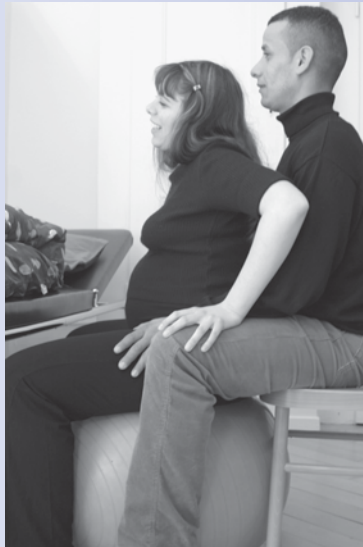
الاستعداد للولادة.

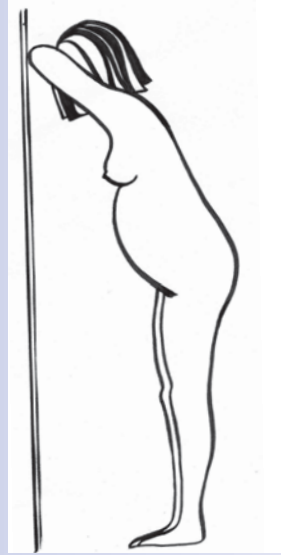
قد يحدث لبعض الحوامل خلال الشهر الأخير تقلصات لا إرادية في الرحم وهي انقباضات غير مؤلمة تشبه بتقلصات الدورة الشهرية. عبارة عن ألم في الظهر أو مغمص في البطن. وعند بعض السيدات ينزل إفراز مخاطي ممزوج بالدم قبل الولادة ببضعة أيام وهذا قد يكون طبيعي ولا يستدعي طلب الطبيب أو القابلة.

علامات الولادة التي تستدعي إخطار المستشفى أو طلب الدكتور أو القابلة هي:

- ١- انفجار كيس المياه ونزول السائل الأمنيوسي.
- ٢- تقارب وانتظام الطلق في الزمن.
- ٣- نزول دم من المهبل.

من الأفضل إعلام مستشفى الولادة قبل الذهاب إليها وذلك عن طريق الاتصال التليفوني بالمستشفى. يمكن إذا أردتي مصاحبة زوجك أو والدتك أو أختك أو صديقتك معك إلى حجرة الولادة.





الولادة

ملايين النساء يلدن بدون مشاكل. تستغرق الولادة عدة ساعات.

عملية الولادة نفسها تنقسم إلى مراحل هي:

- المرحلة الأولى وهي اتساع عنق الرحم: تشد انقباضات الرحم فيتسع عنق الرحم حول رأس الجنين، حيث يهبط الرأس تدريجياً في حوض الأم وهذه المرحلة تعتبر أطول مرحلة من مراحل الولادة وقد تستغرق عدة ساعات.
- المرحلة الثانية وهي خروج الجنين إلى العالم الجديد: قد تساعد الأم في هذه المرحلة عن طريق "الدفع/ الحذق" إنه بإرادتها تضغط عضلات البطن إلى الأسفل أثناء الطلقة. وتعتبر هذه المرحلة أقصر من المرحلة الأولى.
- المرحلة الثالثة وهي خروج المشيمة بعد خروج الجنين.

ولادة الطفل

عندما يولد الطفل، يبدأ في التنفس. وبعد قطع الحبل السري يوضع الطفل على صدر أمه لبدء الرضاعة الطبيعية مباشرة بعد الولادة. إذا كانت حالة الأم تسمح بذلك. يقوم طبيب أخصائي الأطفال بفحص الطفل من حيث (وزنه وقياس طوله) في حضور الأم إذا رغبت.



بعد الولادة.

فترة النفاس

هي الفترة التي تلي الولادة مباشرة وحتى حوالي من شهر ونصف إلى شهرين من تاريخ الولادة. تعرف باسم الأربعين. تختلف كل واحدة عن الأخرى من حيث عودة جسمها إلى حالته الطبيعية. والجسم يستعد للرضاعة. وفي هذه الفترة يجب الاهتمام جيداً بتغذية الأم بعد الولادة من أجل استعادة صحتها وكذلك من أجل إرضاع طفلها.

النزف بعد الولادة

بعد الولادة يعود الرحم إلى حجمه ووضعته الطبيعي في بضعة أيام. يلاحظ نزول دم من المهبل خلال شهر بعد الولادة، يشبه دم الدورة الشهرية عند بعض السيدات ينزل بعضه من البول عند العطس أو السعال أو عند القيام بمجهود بدني بعد الولادة، إذا استمرت الحالة بعد ستة أسابيع الرجاء إبلاغ الطبيب أو القابلة.

يجب استشارة الطبيب في حالة: ارتفاع درجة الحرارة، نزول دم بغزارة أو وجود ألم في البطن.

إذا كان حجم رأس الطفل كبيراً نسبياً مع ضعف عضلات العجان أي (المنطقة ما بين فتحتي المهبل والشرح)

يقوم الطبيب بعمل شق (جرح) جانبي صغير في جدار المهبل حتى لا تتمزق هذه العضلات. وقد يلتحم الجرح بعد بضعة أيام مع الاستمرار في التنظيف بالماء الفاتر عدة مرات في اليوم.





يغير المولود الجديد حياة الأم وحياة الزوجين خاصة (البكرية - البكري)
يجب إعداد كل ما يلزمك قبل الذهاب إلى المستشفى للولادة. مَنْ المعروف أن الأم لا تبدأ القيام
بالإعمال المنزلية قبل أسبوع أو أكثر بعد الولادة. مَنْ يساعدك في المنزل؟ مَنْ يهتم بالأولاد؟ مَنْ
يقوم بتحضير الوجبات اليومية؟ مَنْ يقوم بشراء الاحتياجات المنزلية؟
عليك أن تفكر في كل شيء قبل الذهاب إلى مستشفى للولادة.
هناك سيدات في هذه الفترة ينتابها أعراض مثل الاكتئاب والحزن لذا ننصحك بعدم البقاء لوحده
لفترات طويلة. فما عليك إلا السؤال عن الأماكن المتاحة بمقابلة الآخرين . هنا تستطيعين السؤال
عنها من القابلة القانونية. وهذا يتيح للزوجين فرصة التعارف على الآخرين وتبادل الأفكار مما
يقلل من الإحساس بالوحدة والعزلة.

ما هي الأشياء الخطرة خلال هذه الفترة؟

يجب الامتناع عن ممارسة العلاقات الجنسية بعد الولادة حتى وقوف نزول الدم من المهبل
، وشفاء الجرح تماما وكذلك تجنب رفع الأحمال الثقيلة.

رجوع الدورة الشهرية

تنقطع الدورة الشهرية على الأقل مدة ٦ أسابيع بعد الولادة وأحيانا تتأخر الدورة في حالة إرضاع
الطفل ليلا ونهارا حتى إيقاف الإرضاع.

يحذر من الاعتماد على الرضاعة الطبيعية وحدها كوسيلة لمنع الحمل حتى مع استمرار انقطاع
الدورة الشهرية.

وسائل منع الحمل .

سوف تعطى لك الأخصائية (المرشدة الصحية) لتنظيم الأسرة في المستشفى المعلومات الكافية عن
كل الوسائل المتاحة لتنظيم النسل. عليك ان تختارى مع زوجك ما يناسبكم على ضوء توجيهات
الأخصائية.

نقدم لك كتيبات عن " الزوجين، منع الحمل، حقوقك، الحمل، الإيدز " ستجدين هذه الكتيبات
مترجمة إلى عدة لغات، في مستشفيات الولادة - في العيادات ومراكز تنظيم الأسرة.





الرضاعة الطبيعية.

الرضاعة الطبيعية مفيدة لكل من الأم والطفل. تستخلص الغدد اللبن نفسه أساساً من دم الأم، لذلك فهو يحتوي على أجسام مضادة لكثير من الأمراض التي سبق أن أصيبت بها الأم فتنقل مناعتها إلي الجنين وتظل فعالة خلال الستة شهور الأولى بعد ولادته. من فوائد الرضاعة الطبيعية أن لبن الأم سهل الهضم ومناسب للمولود، لبن الأم نظيف، درجة حرارته مناسبة للمولود ولا يكلفك أي مجهود، لبن الأم اقتصادي- حيث لا يرهق ميزانية الأسرة.

تحتاج السيدة التي ولدت حديثاً إلى تغذية جيدة متوازنة. أن تكثر من شرب السوائل. لأن السوائل تساعد على زيادة اللبن. على المرضعة الابتعاد تماماً عن تعاطي أي أدوية أثناء فترة الرضاعة بدون استشارة الطبيب. القابلة أو الصيدلي. وكذلك الابتعاد عن الأماكن التي يتواجد فيها المدخنون وعن التدخين وعن أخذ أي مشروبات كحولية.

تكوين اللبن

يتكون الثدي من أنسجة غدديّة تنتج اللبن ثم ينتقل إلى القنوات اللبنية ليتجمع في الجيوب اللبنية التي تقع تحت هالة الثدي استعداداً للخروج من الحلمة إلى فم الرضيع عندما يمصه. في اليوم الأول والثاني يأتي إفراز أصفر اللون ثم بعدها تحدث عملية إدرار اللبن. وتأخذ عملية الطلب والعرض ما بين الرضيع وأمه عدة أيام حتى تتوازن كمية اللبن.

لا يحتاج الرضيع إلى أي سائل أخرى غير لبن الأم. لبن الأم كافي. يجب تجنب وضع أي مواد سكرية داخل الرضاعة لأنها موازية لنمو أسنان الطفل.

الرضاعة والرجوع إلى العمل

يجب على المرضعة الاستمرار في الرضاعة بعد الرجوع إلى العمل. وهذا على ضوء توجيهات القابلة القانونية أو الأخصائية. والحوار مع صاحب العمل.





بعد الولادة.

فحوصات بعد الولادة.

عليك أخذ موعد مع الطبيب أو القابلة (الحكيمة) في فترة بين (٤-٦) أسابيع بعد الولادة. والفحوصات هي:
- فحص عام للجهاز التناسلي وفي نفس الوقت يعطى لك معلومات عن تنظيم الأسرة.

فحوصات للطفل عند أخصائي الأطفال.

عليك أخذ موعد مع الطبيب أو الأخصائي أو طبيب العائلة لإجراء الفحص الأول للطفل بعد (٤) أسابيع من الولادة. يجب أن لا ننسى إجراء الفحوصات لطفلك بصفة مستمرة من أجل الوقاية من الأمراض ومعالجتها بسرعة. وأن الطفل ينمو باستمرار فالعناية به ضرورية جدا.

نصائح عامة

الفحوصات الخاصة والمتعلقة بالرضاعة

عليك الاتصال بالقابلة في حالة توجيه أي سؤال أو أي مشكلة متعلقة بالرضاعة أو إذا رغبت في إيقاف الرضاعة (للعلم التامين الصحي مكفل بدفع أجرة ثلاثة فحوصات).

مراكز رعاية الطفولة.

في حالة احتياجك أي جواب لأسالتك فاتصلي بالمركز الموجود في منطقتك، عن طريق الاتصال بالمستشفى أو القابلة سوف تزودين بكافة العناوين. والمتخصصين برعاية الطفل من سن (يوم - ٥ سنوات) فهم يعطون كافة النصائح (الرضاعة، غذاء الطفل، نموه، رعايته وتربيته) وهذه الفحوصات عادة مجانا أو للمساهمة بمبلغ رمزي.

كل ما هو متعلق بالقانون (الهيئات القانونية – التامين الصحي)



معلومات للأم الواضحة: اذا لديك عمل وظيفي مدفوعة الأجر أو عمل مستقل سوف تحصلى على أجازة مدة ١٤ أسبوعا، وعلى ٨٠% من المرتب خلال هذه الأجازة. تم هذا التغيير من تاريخ ١ يوليو ٢٠٠٥ بظهور تأمين دولى فى سويسرا لحالات الأمومة. يمكن الاستعلام على حقوقك من صاحب العمل.

التامين الصحي لكل مواطن أو مقيم في سويسرا أو يعمل فيها فهو اجبارى.

التامين الصحي يتكفل بدفع

- (٦) فحوصات للحمل بشرط أن يقوم بها طبيب أو قابلة قانونية. (٢) فحص أشعة تلفزيونية. بعض التحاليل.
- إن التامين الصحي يتكفل مبلغا قيمته 150 فرنك سويسري للانضمام للدورات التحضيرية ما قبل الولادة والتي تقدمها القابلة القانونية بشكل فردي أو للمجموعات
- جميع تكاليف الولادة في المستشفى بشرط أن تكون الغرفة خصوصية (أو فردية) تكاليف القابلة في حالة الولادة في بيت الولادة.
- فترة النفاس ما بعد الولادة تحت إشراف القابلة القانونية وحتى سنة وخمسين يوما (غير مرتبطة بمكان الولادة).
- الفحوصات بعد الولادة التي يقوم بها الطبيب أو القابلة القانونية (وهو فحص واحد). بين الأسبوع السادس والعاشر.
- (٣) فحوص المتعلقة بالرضاعة.
- أما بالنسبة للخدمات التالية فالتامين الأساسى يطبق النظام القانونى وهو الأشتراك فى تكاليف العلاج. أما بالنسبة للأولاد فهم لا يدفعون المساهمه السنويه. الأولاد يدفعون نصف المساهمه الذاتيه فقط.
- التطعيم (لقاحات الطفل) (الحصبة الألمانية، الحصبة، التهاب نكفى – ابوكعيب، مرض التيتانوس، السعال الديكى، الدفتريا، مرض شلل الأطفال، مرض النزف الوراثى انفلونزا نوع ب).
- تكاليف (٨) فحوصات التي تجرى للطفل لحد سن المدرسة.

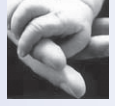
فى حالة مرض او مضاعفات مرضيه فصندوق الضمان الصحي يتكفل بدفع التكاليف الايضافيه (وهذا طبقا لائحة الأسعار).

أمام الوالدين أخذ التامين لطفلها قبل الولادة أو الثلاثة الأشهر الأولى بعد الولادة.

الاحتفاظ ب (سرية المهنة)

نود إعلامك بأن كافة العاملين بهذا المجال يقومون بالاحتفاظ بكافة المعلومات فى سرية تامة ولن تعلن إلا بموافقة صاحبها (المريض) أو الوالدين.

المشاركون في "ندوة الحمل والأمومة" في سويسرا



نصوص

Penelope Held, Monika Schmid, Sylvie Uhlig Schwaar

بطاقة الحمل

Evelyne Roulet

بالتعاون مع مجموعة العمل لدائرة الأتحاد السويسري لقاءات

Sages-femmes de toute la Suisse

Représentantes de différentes communautés étrangères

Déléguées du «Schweizerischer Berufsverband für Geburtsvorbereitung»
e de Pro Juventute

إخراج وتصميم

Anne Monard

ترجمة

جورجيت برنييه عازر

الشكر القدير

Sandoz Stiftung, Lausanne

لدائرة الصحة الأتحادية برن

للأتحاد الصحي العالمي صديق الأم والطفل حديث الولادة

مركز التنظيم السويسري: الهجرة والصحة الأنجابية: بال

للطلب

Fédération suisse des sages-femmes,

Rosenweg 25c, 3000 Berne 23, 031 332 63 40

info@hebamme.ch



Schweizerische Hebammenverband
Rosenweg 25C,
Postfach
3000 Bern 23
031 332 63 40
info@hebamme.ch
www.hebamme.ch

Sexuelle Gesundheit Schweiz
Marktgasse 36
3011 Bern
031 311 44 08
info@sexuelle-gesundheit.ch
www.sante-sexuelle.ch

Schweizerischer Verband der
Mütterberaterinnen
Elisabethenstrasse 16,
Postfach 8426
8036 Zurigo
044 382 30 33
svm@bluewin.ch
www.muetterberatung.ch

Travail.Suisse
Hopfenweg 21
3001 Bern
031 370 21 11
info@travailsuisse.ch
www.travailsuisse.ch

Berufsverband schweizerischer
Stillberaterinnen IBCLC
Postfach
6055 Alpnach Dorf
041 671 01 73
office@stillen.ch
www.stillen.ch