

Hrvatski > Zdravlje > **Trudnoća /porod**

Trudnoća /porod

Trudnoća, porod i prvi put s djetetom posebno je vrijeme. Najvažnije je da ste vi i vaše dijete zdravi.

Saznajte o vremenu trudnoće u ranoj fazi. Također je važno da se pripremite za porod.

Kako bi vam pružili podršku, postoje mnoga savjetovišta koja će vas osobno savjetovati, a možda čak i na vašem jeziku.

Kanton St.Gallen također nudi mnoge usluge koje će vam pružiti podršku u ovom razdoblju nakon rođenja.

Trudnoća

Na preglede možete otići ginekologu. Primalje su također dostupne da vas prate i savjetuju tijekom trudnoće. Važne informacije možete dobiti i u Obiteljskom centru ili u Savjetovalištu za majke/očeve. U bolnici i sa svojom bobicom možete pohađati tečaj o pripremi poroda.

Vaše **zdravstveno osiguranje plaća** liječničke preglede i porod.

Brošura o trudnoći i porodu (višejezična)

-  [Pregnancy / Birth \(englisch\)](#)  EN  PDF, 331 kB
-  [Trudnoća /porod \(kroatisch\)](#)  HR_HR  PDF, 314 kB
-  [Embarazo / parto \(spanisch\)](#)  ES  PDF, 362 kB
-  [การตั้งครรภ์ / การคลอดบุตร \(thai\)](#)  TH_TH_TH  PDF, 1301 kB
-  [Grossesse / Naissance \(français\)](#)  FR  PDF, 1574 kB
-  [Uurka / Dhalmada \(somalí\)](#)  PDF, 416 kB
-  [Gravidanza/parto \(italienisch\)](#)  IT  PDF, 443 kB
-  [Gravidez / parto \(portugiesisch\)](#)  PT  PDF, 419 kB
-  [Hamilelik / Doğum \(türkisch\)](#)  TR_TR  PDF, 554 kB
-  [Schwangerschaft / Geburt \(deutsch\)](#)  DE  PDF, 1665 kB
-  [الولادة / الحمل \(arabisch\)](#)  AR_TN  PDF, 1231 kB

Trudnoća - Informativna stranica na mnogim jezicima

-  [Sexandfacts.ch - njemački](#)  deutsch
-  [Sexandfacts.ch - Hrvatski](#)  englisch
-  [Sexandfacts.ch - francuski](#)  français
-  [Sexandfacts.ch - talijanski](#)  italienisch
-  [Sexandfacts.ch - albanski](#)  albanisch
-  [Sexandfacts.ch - Srpski](#)  serbisch
-  [Sexandfacts.ch - španjolski](#)  spanisch
-  [Sexandfacts.ch - portugalski](#)  portugiesisch
-  [Sexandfacts.ch - Turski](#)  türkisch
-  [Sexandfacts.ch - Tigrinya](#)  tigrinya
-  [Sexandfacts.ch - Somalijski](#)  somalisch

Priprema za porođaj

Na pregledu možete otići ginekologu. Primalje su također dostupne da vas prate i savjetuju tijekom trudnoće. Važne informacije možete dobiti i u Obiteljskom centru ili u Savjetovalištu za majke/očeve. U bolnici i sa svojom babicom možete pohađati tečaj o pripremi poroda.

Vaše **zdravstveno osiguranje plaća** liječničke preglede i porod.

Brošura o trudnoći i porodu (višejezična)

-  [Pregnancy / Birth \(englisch\)](#)  EN  PDF, 331 kB
-  [Trudnoća / porod \(kroatisch\)](#)  HR_HR  PDF, 314 kB
-  [Embarazo / parto \(spanisch\)](#)  ES  PDF, 362 kB
-  [การตั้งครรภ์ / การคลอดบุตร \(thai\)](#)  TH_TH_TH  PDF, 1301 kB
-  [Grossesse / Naissance \(französisch\)](#)  FR  PDF, 1574 kB
-  [Uurka / Dhalmada \(somali\)](#)  PDF, 416 kB
-  [Gravidanza/parto \(italienisch\)](#)  IT  PDF, 443 kB
-  [Gravidez / parto \(portugiesisch\)](#)  PT  PDF, 419 kB
-  [Hamilelik / Doğum \(türkisch\)](#)  TR_TR  PDF, 554 kB
-  [Schwangerschaft / Geburt \(deutsch\)](#)  DE  PDF, 1665 kB
-  [الحمل / الولادة \(arabisch\)](#)  AR_TN  PDF, 1231 kB

Tečajevi pripreme za porod na različitim jezicima

Mamamundo nudi pripremne tečajeve za rođenje na raznim jezicima, stoga iskoristite ponudu na **svom materinjem jeziku** ako imate bilo kakvih pitanja o porodu:

Ponude od mamamundo

Primalja

Primalja prati i savjetuje vas i vašu obitelj holistički tijekom trudnoće, poroda, puerperija i tijekom cijelog razdoblja dojenja.

Primalju možete odabrati sami. U idealnom slučaju, trebali biste vidjeti svoju babicu 3-4 mjeseca prije poroda.

 [Potraga za primaljama u kantonu St.Gallen](#)

Doula porodna pomoćnica

Doula prati žene i parove tijekom trudnoće, tijekom poroda i nakon njega. Doula preuzima ulogu fizičke i emocionalne podrške i ne obavlja medicinske radnje i konzultacije.

 [Pronađite doule u svojoj blizini](#)

Rođenje

Vi odlučujete gdje želite roditi svoje dijete: bilo kod kuće, u bolnici ili u rodilištu. Vaša primalja će vas pratiti.

Rođenje djeteta morate prijaviti matičnom uredu u mjestu prebivališta u roku od 3 dana. Ovaj zadatak obično obavlja bolnica ili porođajni centar. Zatim možete naručiti rodni list u [Zivilstandsamt](#) ( [Matični ured ovjerava rođenja, brakove, partnerstva i smrti](#)) u mjestu prebivališta.

Zdravstveno osiguranje

SVAKA beba treba svoje osnovno osiguranje. Ovo možete izvaditi prije rođenja (a najkasnije 3 mjeseca nakon poroda).

Ako želite sveobuhvatno osigurati svoje nerođeno dijete, vrijedi se registrirati prije rođenja. Također možete sklopiti dopunsko osiguranje prije poroda.

> **zdravstveno osiguranje**

-  [Ženska klinika Kantonalne bolnice St.Gallen](#)
-  [Ženska klinika Spital Grabs - Regija Rheintal Werdenberg Sarganserland](#)  deutsch
-  [Ženska klinika bolnica Linth](#)
-  [Regija opstetričke bolnice Fürstenland Toggenburg](#)
-  [Pretraživanje rodnog mjesta](#)
-  [Matični uredi kantona St.Gallen](#)

Informacijski centri

Fapla - Savjetovalište za planiranje obitelji, trudnoću i seksualnost

"Fapla" je službeno savjetovalište za planiranje obitelji, trudnoću i seksualnost kantona SG, AI i AR.

Ponuda uključuje vrijednosno neutralno savjetovanje i sveobuhvatni seksualni odgoj.

U četiri regionalna ureda (St.Gallen, Sargans, Wattwil i Rapperswil-Jona) savjetovanje se odvija po dogovoru osobno, telefonom ili putem interneta.

Savjetovanje je besplatno. Svi zaposlenici su dužni čuvati povjerljivost.

 [Savjetovališta za planiranje obitelji, trudnoću i seksualnost "fapla"](#)

Savjetovalište za majke i očeve

Vaše se dijete vrlo brzo razvija u prvoj fazi života. To također donosi izazove. Vama kao roditeljima i skrbnicima savjetujemo se besplatno u svim situacijama.

Savjetnici Savjetovališta za [Mütter- und Väterberatung](#) ( [Savjetovalište za majke i očeve](#)) stručnjaci su za ove teme:

- Opći razvoj djeteta od 0 do 5 godina
- Dojenje
- Formula za dojenčad (Formula za dojenčad)
- Spavati
- Uvod u komplementarnu hranu
- Opća prehrana kod djece od 0 do 5 godina
- Obrazovanje / Zdravlje / Prevencija
- Suočavanje sa sukobima u obitelji
- Umrežavanje s drugim obiteljima

Ovdje možete pronaći savjetovalište u mjestu Vašeg prebivališta:

Direktorij kantona St. Gallen

Daljnje savjetodavne usluge

Ovdje ćete pronaći daljnje savjetodavne usluge:

-  [Usluge savjetovanja i podrške – Kompass St.Gallen](#)
-  [Savjetovanje za roditelje 24/7](#)
-  [Savjetovalište za muškarce i očeve Švicarska](#)
-  [Online savjetovanje za očeve na niudad.ch](#)

Financijska potpora / doprinosi za roditeljstvo

U slučaju rođenja djeteta, roditelji (s prebivalištem u kantonu St.Gallen) imaju pravo na roditeljske doprinose. To se primjenjuje ako se barem jedan roditelj osobno posvećuje skrbi i odgoju djeteta, a životne potrebe nisu pokrivene dohotkom.

Roditelj koji se uglavnom brine o djetetu ima pravo na potraživanje.

Da biste se registrirali i imali bilo kakvih pitanja, obratite se izravno općini prebivališta.

 [Informacije o roditeljskim doprinosima iz kantona St.Gallen](#)

Zdravlje i seksualnost jednostavno objašnjeni - na 14 jezika

Švicarski zdravstveni vodič - Brošura na 19 jezika

- ## Ostati mentalno zdrav kao roditelji - brošura na 12 jezika

Así consigo ser una madre o un padre fuerte emocionalmente (spanisch) ES PDF, 22797 kB

Ben bir anne veya baba olarak ruhsal gücümü böyle koruyabilirim (türkisch) TR_TR PDF, 22799 kB

Così posso essere una mamma o un papà mentalmente forte (italienisch) IT PDF, 22789 kB

Kështu unë si nënë ose baba qëndroj e/i fortë shpirtërisht (albanisch) SQ_AL PDF, 22835 kB

Na ovaj način ću kao majka ili otac ostati snažnog duha (kroatisch) HR_HR PDF, 22784 kB

Na ovaj način ću kao majka ili otac ostati snažnog duha (serbisch) SH_YU PDF, 22799 kB

Pernacecer mentalmente forte enquanto mãe ou pai (portugiesisch) PT PDF, 23241 kB

Renforcer sa santé mentale en tant que parent (französisch) FR PDF, 981 kB

So bleibe ich als Mutter oder Vater seelisch stark (deutsch) DE PDF, 22797 kB

Staying emotionally strong as a mother or father (englisch) EN PDF, 22795 kB

هكذا أبقى كالم أو أب قويًا نفسيًا (arabisch) AR_TN PDF, 22840 kB

ဟော့ မိမိ ထား ဟော့ မိမိ ကိုယ်တိုင် (tigriña) PDF, 23334 kB

 Mutterglück DE PDF, 644 kB

 Pretraživanje primalja

 Pretraživanje liječnika po specijalnosti/stranom jeziku

Pronađite pravu kontaktnu točku, savjet ili autoritet u svom području: **Kontaktno mjesto**