

Shqip > Shëndeti > Shtatëzania / Lindja e fëmijës

## Shtatëzania / Lindja e fëmijës

**Shtatëzania, lindja e fëmijës dhe hera e parë me fëmijën tuaj është një kohë e veçantë. Gjëja më e rëndësishme është që ju dhe fëmija juaj të jeni të shëndetshëm.**

Zbuloni kohën e shtatëzënise në një fazë të hershme. Është gjithashtu e rëndësishme që të përgatiteni për lindjen e fëmijës.

Për t'ju ndihmuar, ka shumë qendra këshillimi që do t'ju këshillojnë personalisht dhe ndoshta edhe në gjuhën tuaj.

Kantoni St.Gallen gjithashtu ofron shumë shërbime për kohën pas lindjes për t'ju mbështetur gjatë kësaj kohe.

### Shtatëzania

Ju mund të shkoni te një gjinekolog për ekzaminimet. Mamitë janë gjithashtu në dispozicion për t'ju shoqëruar dhe këshilluar gjatë shtatëzënise. Ju gjithashtu mund të merrni informacione të rëndësishme nga qendra familjare ose nga shërbimi i këshillimit të nënave/baballarëve. Në spital dhe me maminë, mund të ndiqni një kurs për përgatitjen e lindjes.

**Sigurimi juaj shëndetësor** do të mbulojë koston e ekzaminimeve mjekësore dhe lindjes së fëmijës.

### Broshura e shtatëzënise dhe lindjes së fëmijës (shumëgjuhëshe)

-  [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 \(somalí\)](#)  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

### Shtatëzania - faqe informative në shumë gjuhë

-  [Sexandfacts.ch - gjermanisht](#)  deutsch
-  [Sexandfacts.ch - Anglisht](#)  englisch
-  [Sexandfacts.ch - Frëngjisht](#)  französisch
-  [Sexandfacts.ch - Italisht](#)  italienisch
-  [Sexandfacts.ch - Shqip](#)  albanisch
-  [Sexandfacts.ch - Serbisht](#)  serbisch
-  [Sexandfacts.ch - Spanjisht](#)  spanisch
-  [Sexandfacts.ch - Portugalisht](#)  portugiesisch
-  [Sexandfacts.ch - Turqisht](#)  türkisch
-  [Sexandfacts.ch - Tigrinya](#)  tigrinya
-  [Sexandfacts.ch - Somali](#)  somalisch

### Përgatitja e lindjes

Ju mund të shkoni te një gjinekolog për ekzaminimet. Mamitë janë gjithashtu në dispozicion për t'ju shoqëruar dhe këshilluar gjatë shtatzënisë. Ju gjithashtu mund të merrni informacione të rëndësishme nga qendra familjare ose nga shërbimi i këshillimit të nënave/baballarëve. Në spital dhe me maminë, mund të ndiqni një kurs për përgatitjen e lindjes.

**Sigurimi juaj shëndetësor** do të mbulojë koston e ekzaminimeve mjekësore dhe lindjes së fëmijës.

## Broshura e shtatzënisë dhe lindjes së fëmijës (shumëgjuhëshe)

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

## Përgatitja e kurseve për lindjen e fëmijës në gjuhë të ndryshme

Mamamundo ofron kurse përgatitore për lindjen e fëmijës në gjuhë të ndryshme. Përfitoni nga oferta në **gjuhën tuaj amtare** nëse keni ndonjë pyetje rreth lindjes së fëmijës:


**Oferta nga mamamundo**

---

## Mamitë

Mamia ju shoqëron dhe ju këshillon juve dhe familjen tuaj në mënyrë holiste gjatë shtatzënisë, lindjes, periudhës së paslindjes dhe gjatë gjithë gjidhënies.

Mund ta zgjedhësh vetë maminë. Në mënyrë ideale, duhet të kërkonti maminë tuaj 3-4 muaj para lindjes.

 [Kërko mami në kantonin St. Gallen](#)

## Doula Birth Companion

Një doula shoqëron gratë dhe çiftet gjatë shtatzënisë, gjatë lindjes dhe në kohën pas. Një doula merr rolin e mbështetjes fizike dhe emocionale dhe nuk kryen procedura dhe konsultime mjekësore.

 [Gjej doula pranë teje](#)

---

## Lindja

Ju vendosni se ku doni të lindni fëmijën tuaj: qoftë në shtëpi, në spital apo në një qendër lindjeje. Mamia juaj do t'ju shoqërojë.

Ju duhet të raportoni lindjen e fëmijës tuaj në zyrën e regjistrimit civil në vendin tuaj të banimit brenda 3 ditëve. Kjo detyrë zakonisht kryhet nga spitali ose qendra e lindjes. Më pas mund të porosisni certifikatën e lindjes nga [Zivilstandsamt](#) (📍 [Zyra e regjistrimit certifikon lindjet, martesat, partneritetet dhe vdekjet](#)) në vendin tuaj të banimit.

## Sigurimi shëndetësor

Çdo fëmijë ka nevojë për sigurimin e vet bazë. Ju mund ta merrni këtë para lindjes (dhe jo më vonë se 3 muaj pas lindjes).

Nëse doni ta siguronit fëmijën tuaj të palindur në mënyrë gjithëpërfshirëse, ia vlen të regjistroheni para lindjes. Ju gjithashtu mund të merrni sigurim shtesë para lindjes.

### > [sigurim shëndetësor](#)

- [Klinika e Grave e Spitalit Kantonal të St.Gallenit](#)
- [Klinika e Grave Spital Grabs - Rajoni i Luginës së Rhinit Werdenberg Sarganserland](#) 🌐 deutsch
- [Klinika e grave Spitali Linth](#)
- [Rajoni i Spitalit Obstetrik Fürstenland Toggenburg](#)
- [Kërkimi i vendlindjes](#)
- [Zyrat e Regjistrimit Civil të Kantonit St.Gallen](#)

## Qendrat e informacionit

## Qendra e Këshillimit për Planifikimin Familjar, Shtatzëninë dhe Seksualitetin "fapla"

Qendra specialiste për planifikimin familjar, shtatzëninë dhe seksualitetin "fapla" e Qendrës së Grave ju informon për tema të ndryshme që kanë të bëjnë me shtatzëninë dhe lindjen e fëmijës, prindërimin, dëshirën e paplotësuar për të pasur fëmijë, humbjen e shtatzënisë.

Konsultimet janë **falas**.

[↗](#) Qendrat e këshillimit për planifikimin familjar, shtatzëninë dhe seksualitetin "fapla"

## Mütter- und Väterberatung (🔗 Qendra e këshillimit për nënat dhe baballarët)

Fëmija juaj zhvillohet shumë shpejt në fazën e parë të jetës. Kjo vjen edhe me sfida. Si prindër dhe kujdestarë, ju do të merrni këshilla falas në të gjitha situatat.

Këshilltarët e Shërbimit të Këshillimit të Mütter- und Väterberatung (🔗 Qendra e këshillimit për nënat dhe baballarët) janë ekspertë në temat e mëposhtme:

- Zhvillimi i përgjithshëm i fëmijës nga 0 deri në 5 vjeç
- Ushqyerja me gji
- Formula e foshnjave (Formula)
- Fli
- Hyrje në ushqime plotësuese
- Ushqyerja e përgjithshme tek fëmijët nga 0 deri në 5 vjeç
- Arsimi / Shëndetësia / Parandalimi
- Përballimi i konflikteve në familje
- Rrjetëzimi me familje të tjera

Këtu mund të gjeni qendrën e këshillimit në vendin tuaj të banimit:

## Directory e kantonit St. Gallen

### Shërbime të mëtejshme këshillimore

Këtu mund të gjeni shërbime të mëtejshme këshillimore:

- [↗](#) Shërbimet e këshillimit dhe mbështetjes – Kompass St.Gallen
- [↗](#) Këshillimi i prindërve 24/7
- [↗](#) Këshillim për burrat dhe baballarët në Zvicër
- [↗](#) Këshillim online për baballarët në niudad.ch

## Ndihma financiare / Kontributet prindërore

Në rast të lindjes së një fëmije, prindërit (që banojnë në kantonin St.Gallen) kanë të drejtë për kontribute prindërore. Kjo vlen nëse të paktën një prind është personalisht i përkushtuar ndaj kujdesit dhe rritjes së fëmijës dhe nevojat e fëmijës nuk mbulohen nga të ardhurat.

Prindi që është kujdestari kryesor i fëmijës ka të drejtë të pretendojë.

Për t'u regjistruar dhe nëse keni pyetje, ju lutemi kontaktoni direkt me komunën tuaj të banimit.

[↗](#) Informacion mbi tarifën prindërore në kantonin St. Gallen

**Shëndeti dhe seksualiteti shpjegohen në 14 gjuhë**

## Udhëzuesi shëndetësor Zvicër - Broshurë në 19 gjuhë

