

## تحقیقات نشان می دهد که

هنگامی که زنان مشابه با احتمال خطر پیچیدگی اندک با هم مقایسه شوند: زنانی که ترجیح می دهند برای وضع حمل (زایمان) در منزل باشند تا شفاخانه:

- > بیشتر احتمال دارد که وضع حمل طبیعی داشته باشند و 85 الی 90 فیصد زنان زایمان طبیعی خواهند داشت
- > کمتر احتمال دارد که درد زایمان و مداخلاتی از قبیل گولی "تسریع جریان" وضع حمل، بی حسی با پیچکاری کمر، بریدگی فرج، کمک به وضع حمل با سامان هایی از قبیل فورسپس و/ یا عمل سزارین داشته باشند
- > کمتر احتمال دارد که پس از زایمان صدمه به فرج یا خونریزی پیدا کنند
- > بیشتر احتمال دارد شیر دادن با پستان را زودتر شروع کرده و برای مدت بیشتری شیر خود را به نوزاد بدهند

## نوزادان آنها:

- > کمتر احتمال دارد در بخش نوزادان شفاخانه بستری شوند
- > احتمال نوزاد مرده زاییدن یا نوزادشان پس از تولد فوت کند هم همان اندازه است

## انتقال به شفاخانه

اگر اولین زایمان شما باشد، بیشتر احتمال دارد که ضرورت انتقال شما به شفاخانه در دوران حاملگی، درد زایمان یا پس از وضع حمل باشد. برای زنانی که زایمان دوم و یابیشتر آن ها باشد (قریب به 30 فیصد در مقام مقایسه با 10 فیصد). نوزاد شما ممکن است پیچیدگی هایی را در نتیجه آن پیدا کند. ولی احتمال خطر کلی معمولاً کمتر است.

## در صورت داشتن همه شرایط ذیل می توانید در خانه وضع حمل کنید:

- > فقط یگانه (1) حامله باشید
- > دلیل طبی که مانع زایمان در خانه باشد نداشته باشید
- > وزن شما 100 کیلوگرم یا کمتر بوده و شاخص وزنی بدنی (BMI) شما 35 کیلوگرم / متر مربع یا کمتر باشد
- > در زایمان قبلی سزارین نشده باشید
- > تکلیف عمده ای در وضع حمل قبلی نداشته باشید (مثلاً خونریزی بیش از یک لیتر پس از وضع حمل)
- > در دوران حاملگی با تست عمومی (غربالگری) برای مرض شکر شده اید و ضرورتی به دوا برای میزان شکر بالا و غیر قابل کنترل نداشته باشید
- > شما برای شکل شناسی سونوگرافی (اولتراساوند) شده اید و بروز هیچ نوع پیچیدگی مشاهده نشده است
- > شما حاملگی طبیعی و بدون پیچیدگی داشته اید
- > شما بیش از 37 هفته و کمتر از 42 هفته حامله اید
- > قبل از اینکه درد زایمان شروع شود، سر نوزاد به طرف پایین آمده باشد
- > برای درد زایمان خود نیاز به گولی تسکین درد ندارید
- > برای نوزاد تولد نیافته تان هیچ نگرانی راجع به محافظت جنین وجود ندارد
- > شما حاضر هستید که در صورت لزوم، مصارف آمبولانس را برای انتقال به شفاخانه پرداخت کنید
- > به شما راجع به امریه بالینی پلان وضع حمل در خانه معلومات داده اند، و با شما قابل صحبت کرده و فورم رضایت خطر را برای پلان زایمان در خانه امضاء کرده اید

## می توانید پلان وضع حمل نوزادتان در خانه را داشته باشید اگر خانه شما:

- > به فاصله کمتر از 30 دقیقه از لحاظ زمانی با آمبولانس تا شفاخانه مربوطه باشد
  - > دارای سامان ارتباطات قابل اعتماد باشد: یک خط تلفون معمولی یا موبایل که "پوشش آنتن" داشته باشد
  - > در صورت ضرورت به آمبولانس دسترسی آسان میسر باشد
  - > دارای برق و آب نل شهری باشد
  - > نظیف باشد
  - > جایی داشته باشد که بتوان به طور امن حیوانات را دور از محل زایمان نگه داری کرد
- همچنین باید اطمینان حاصل کنید که سایر اطفال یا افراد تحت تکفل شما توسط نفری غیر از خود شما مواظبت شوند و شما هم در خانه، بخصوص در 24 ساعت اول پس از وضع حمل کمک داشته باشید .

## ممکن است ضرورت باشد، قبل یا بعد از زایمان به شفاخانه انتقال یابید اگر:

- > مدت درد زایمان شما آن طور که قابله توقع دارد پیش نرود
- > هر پیچیدگی دیگری که در دوران درد زایمان، در موقع تولد نوزاد یا فوری پس از زایمان پیش آید
- > برای سلامتی نوزادتان نگرانی هایی در دوران درد زایمان، در موقع تولد نوزاد یا پس از زایمان پیش آید
- > شما باید آماده باشید که اگر قابله فکر کرد ضرورت دارد به شفاخانه منتقل شوید، هر چه او گفت گوش کنید. دلایل این را از پیش باید قابله به شما گفته باشد و فهرستی از آن در امریه بالینی پلان زایمان در خانه (Planned Birth at Home (Clinical Directive نوشته شده است.

## چرا وضع حمل در خانه باشد؟

تولد فرزند تجربه ای لذت بخش و خصوصی است که باید نزد نزدیک ترین افراد به شما باشد. بنا بر این، جای تعجب نیست که مانند برخی از زنان، شما هم بخواهید که در محل راحت و خصوصی خانه تان وضع حمل نمایید.

زنانی که در خانه وضع حملی داشته اند، احساس خود مختاری و احساس مهار بیشتر جریان وضع حمل داشتند و محیط آن ها عاری از فشار و محدودیت هایی است که برخی از اوقات در مورد زایمان در شفاخانه حس می شود. زنان اشاره می کنند که این موضوع به احساس توانمندی و احساس کامیابی رهنمون می شود، که این به نوبه خود رضایت از تجربه وضع حمل و به طور کلی خوشبختی روانی را بهبود می بخشد.

زنان همچنین می گویند که چطور حضور و دخالت همسرشان و/یا خانواده یا دوستان آسان تر کار را تسهیل می کند، وقتی آنها اطمینان بخشی و حمایت را در حد اعلا فراهم می نمایند.

عوامل متعددی است که باید هنگام پلان ریزی برای وضع حمل در خانه در نظر داشت، برخی از آن ها شخصی و برخی دیگر طبق مقررات وزارت صحت و رفاه استرالیای جنوبی (South Australian Department for Health and Wellbeing) است. قابله های رسمی ایالتی که در کار وضع حمل در خانه دخالت دارند باید طبق امریه بالینی وزارت صحت استرالیای جنوبی برای وضع حمل در خانه (SA Health Planned Birth at Home Clinical Directive) و سایر پالیسی ها (به طور مثال، امریه بالینی مرحله اول درد زایمان و وضع حمل در خانه - First Stage Labour and Birth in Water Clinical Directive) عمل نمایند.

برای معلومات بیشتر

SA Maternal, Neonatal & Gynaecology  
Community of Practice  
Women's & Children's Health Network  
52 King William Rd  
North Adelaide SA 5006  
[www.sahealth.sa.gov.au](http://www.sahealth.sa.gov.au)

Public-14-A4



[www.ausgoal.gov.au/creative-commons](http://www.ausgoal.gov.au/creative-commons)

© Department for Health and Ageing, Government of South Australia. All rights reserved.



Government  
of South Australia

SA Health

# پلان زایمان در خانه

2018

دری / Dari

ایا پلان وضع حمل  
نوزاد در خانه بای شما  
مناسب است؟

معلومات برای زنان



Government  
of South Australia

SA Health