

آپکے بچے کی حرکت اہم ہے۔

مجھے کیا کرنا چاہیے؟



کسی بھی موقع پر، اگر آپکو اپنے بچے کی حرکت میں تبدیلی کی وجہ سے فکر ہو تو فوری طور پر اپنی مڈوائف یا ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔

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

میرے بچے کی حرکت اہم کیوں ہے؟

اگر بیٹھ میں بچے کی حرکت کا انداز بدل جائے 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۔

آگے کیا ہو سکتا ہے؟



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

چھان بین میں یہ شامل ہو سکتا ہے:

- بچے کے دل کی دھڑکن چیک کرنا
- بچے کی بڑھوتری کی پیمائش
- الٹراساؤنڈ سکین
- خون کا ٹیسٹ

میرے بچے کو کتنا اکثر حرکت کرنی چاہیے؟

نارمل حرکتوں کی کوئی مقررہ تعداد نہیں ہے۔ آپکو اپنے بچے کی حرکت کے انفرادی انداز سے واقفیت حاصل کرنی چاہیے۔



بیٹھ 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 اور ہفتہ 24 کے درمیان بچے کی حرکت محسوس ہونا شروع ہو گی، چاہے آپکا پلاسینٹا کسی بھی جگہ پر ہو۔

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 دردزہ کے دوران بھی آپکو بچے کی حرکت محسوس ہوتی رہنی چاہیے۔

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



مزید معلومات حاصل کریں: movementsmatter.org.au

نوٹیف کنڈنہ: رائل آسٹریلین اینڈ نیوزی لینڈ کالج آف اسٹریٹیکس اینڈ گائناکالوجی (RANZCOG)، Sands • Bears of Hope اور مندرجہ ذیل تنظیمیں، Tommy's UK کے شکرگزار ہیں کہ انہوں نے ہمارے مقصد کے لیے ہمیں اپنی مہم کا مواد اخذ کرنے کی اجازت دی۔ یہاں ہم سے رابطہ کریں: stillbirthcare@mater.uq.edu.au