



ਸੀਜ਼ੇਰੀਅਨ ਸੈਕਸ਼ਨ

ਜਨਮ ਯੋਜਨਾ

ਬੱਚੇ ਦਾ ਜਨਮ ਹਮੇਸ਼ਾ ਉਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਜਿਵੇਂ ਅਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਕਈ ਵਾਰ, ਸੀਜ਼ੇਰੀਅਨ ਕਰਵਾਉਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਦਾਈ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ (SNP) ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਨਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਿੰਨੀ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੋਵੇਗੀ, ਓਨਾ ਹੀ ਸੌਚ-ਸਮਝ ਕੇ ਚੋਣਾਂ ਕਰਨਾ ਵਧੇਰੇ ਆਸਾਨ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਤਜ਼ਰਬਾ ਓਨਾ ਹੀ ਵਧੇਰੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਹੋਵੇਗਾ।

naître
ET grandir

1 ਮੇਰਾ ਨਾਮ ਹੈ:

ਮੇਰੀ ਡਿਲੀਵਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਇਹ ਹੋਣਗੇ:

2 ਸੀਜ਼ੇਰੀਅਨ ਸੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ

ਕੇਵਲ ਓਥੇ ਹੀ ਸ਼ੇਵ ਕਰੋ ਜਿੱਥੇ ਚੀਰਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ

ਮੇਰੇ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਦੇ ਬਾਅਦ ਪਿਸ਼ਾਬ ਸਬੰਧੀ ਕੈਥੀਟਰ ਦਾਖਲ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਘੱਟ ਦਰਦਨਾਕ ਹੋਵੇ

ਐਪੀਡੂਰਲ ਜਾਂ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਰਾਹੀਂ ਦਰਦ-ਨਿਵਾਰਕ ਦਵਾਈਆਂ ਤਾਂ ਜੋ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੌਰਾਨ ਮੈਂ ਸੁਚੇਤ ਹੋਵਾਂ

ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੌਰਾਨ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਦਵਾਈ

3 ਹੋਰ ਤਰਜੀਹਾਂ:

ਜਨਮ ਸਾਥੀ ਓਪਰੇਟਿੰਗ ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ

ਕਾਰਜਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕਿਵੇਂ ਚੱਲ ਰਹੀ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਨਿਰੰਤਰ ਵਿਆਖਿਆ

ਓਪਰੇਟਿੰਗ ਟੇਬਲ 'ਤੇ ਕੋਈ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਨਹੀਂ, ਜਾਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਜਨਮ ਦੌਰਾਨ ਕੋਈ ਪਾਬੰਦੀ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਛੂਹ ਸਕਾਂ

ਪਰਦੇ ਨੀਵੇਂ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਤਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕਾਂ

ਸ਼ੀਸ਼ਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਜਨਮ ਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕਾਂ

ਜਨਮ ਸਾਥੀ ਨਾਭੀਨਾਲ ਨੂੰ ਕੱਟਦਾ ਹੈ

4 ਪੋਸਟਪਾਰਟਮ ਤਰਜੀਹਾਂ:

ਰਿਕਵਰੀ ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾਏ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੇਰੇ ਨਵਜਾਤ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਚਮੜੀ-ਤੋਂ-ਚਮੜੀ ਤੱਕ ਦੇਖਣ, ਛੂਹਣ ਅਤੇ ਪਕੜਨ ਦਾ ਮੌਕਾ

ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਜਨਮ ਸਾਥੀ ਦਾ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਰਿਕਵਰੀ ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਹੋਣਾ

ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਮੇਰੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਜਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਰੂਮਿੰਗ-ਇਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਾਂ

ਜਨਮ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੰਭਵ ਹੱਦ ਤੱਕ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ

5 ਜੇ ਬੱਚਾ ਠੀਕ-ਠਾਕ ਵਰਤਾਓ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ:

ਚਮੜੀ-ਤੋਂ-ਚਮੜੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਨ ਲਈ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਲਿਆਓ

ਜੇ ਮੈਂ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੇਰੇ ਜਨਮ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਕੜਨ ਲਈ ਕਹੋ

ਸਾਰੀਆਂ ਗੈਰ-ਜ਼ਰੂਰੀ ਜਾਂਚਾਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਮਾਤਾ ਜਾਂ ਪਿਤਾ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੇਰੇ 'ਤੇ ਕਰੋ

ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਨਾ ਨਹਾਓ, ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਂ ਪਹਿਲਾ ਖੁਦ ਨਹਾਉਣ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦੇਵਾਂਗੀ

ਮੇਰੇ ਜਨਮ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਾਂਚਾਂ ਅਤੇ ਚਮੜੀ-ਤੋਂ-ਚਮੜੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਾਸਤੇ ਲੈਣ ਲਈ ਕਹੋ ਜੇਕਰ ਮੇਰੇ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣਾ ਬਿਲਕੁਲ ਅਸੰਭਵ ਹੈ

6 ਫੀਡਿੰਗ ਸੰਬੰਧੀ ਤਰਜੀਹਾਂ:

ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣਾ (ਇਨਫੈਟ ਫਾਰਮੂਲਾ ਨਹੀਂ)

ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਓ ਅਤੇ ਸਿਰਫ ਮੇਰੀ ਆਗਿਆ ਨਾਲ ਹੀ ਇਨਫੈਟ ਫਾਰਮੂਲੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ

ਇਨਫੈਟ ਫਾਰਮੂਲਾ

ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਸੀਜ਼ੇਰੀਅਨ ਕਾਰਨ ਪਹਿਲੇ ਕੁਝ ਦਿਨ ਮੇਰੇ ਲਈ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ

ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸਲਾਹਕਾਰ ਤੋਂ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਾਉਣਾ

7 ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਵਾਧੂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰੋ:

ਮਾਤਾ ਦੇ ਦਸਤਖ਼ਤ

ਸਾਥੀ ਦੇ ਦਸਤਖ਼ਤ

ਡਾਕਟਰ, ਦਾਈ ਜਾਂ SNP ਦੇ ਦਸਤਖ਼ਤ



CÉSARIENNE

PLAN DE NAISSANCE

Un accouchement ne se déroule pas toujours comme on le souhaiterait. Parfois, la césarienne est inévitable. Pour cette raison, mieux vaut en discuter avec votre médecin, votre sage-femme ou votre infirmière praticienne spécialisée (IPS). En étant bien informée, vous pourrez faire des choix plus éclairés et votre expérience sera aussi plus positive.

naître
ET grandir

1 JE M'APPELLE :

PENDANT MON ACCOUCHEMENT, JE SERAI
ACCOMPAGNÉE PAR :

2 LORS DE LA PRÉPARATION POUR LA CÉSARIENNE, JE PRÉFÉRERAI :

- qu'on rase uniquement les poils qui se trouvent directement là où l'incision aura lieu;
- que la sonde urinaire soit installée après l'anesthésie afin de diminuer la douleur ressentie;
- être consciente durant l'intervention. Pour cette raison, je préférerais recevoir une analgésie péridurale ou rachidienne;
- qu'on me donne un médicament pour me relaxer durant la procédure.

3 JE SOUHAITERAIS AUSSI :

- que la personne qui m'accompagne soit présente à mes côtés dans la salle d'opération;
- être informée au fur et à mesure des interventions et du déroulement de la césarienne;
- ne pas être attachée sur la table d'opération, ou du moins être détachée au moment de la naissance afin de pouvoir toucher mon bébé;
- que le champ opératoire soit baissé pour que je puisse voir mon bébé;
- utiliser un miroir pour voir naître mon bébé;
- que la personne qui m'accompagne coupe le cordon.

4 APRÈS LA NAISSANCE, J'AIMERAI :

- voir, toucher et prendre mon bébé en peau à peau dès sa naissance, avant d'être envoyée en salle de réveil;
- que mon bébé et la personne qui m'accompagne soient avec moi en salle de réveil;
- retourner dans ma chambre le plus rapidement possible afin de faire connaissance avec mon enfant et commencer la cohabitation;
- que la personne qui m'accompagne puisse demeurer avec moi le plus possible.

5 SI MON BÉBÉ VA BIEN ET SI SON ÉTAT NE NÉCESSITE AUCUN SOIN PARTICULIER, J'AIMERAI :

- qu'il soit déposé immédiatement en peau à peau sur moi;
- qu'il soit remis à la personne qui m'accompagne si je suis inconfortable;
- que tous les soins non urgents soient faits en présence d'au moins un des parents et sur moi si possible;
- que mon bébé ne soit pas baigné le premier jour, car je préférerais attendre d'être levée pour lui donner son premier bain moi-même;
- que la personne qui m'accompagne prenne le relais pour les soins éventuels et le peau à peau s'il m'est absolument impossible de garder mon bébé près de moi.

6 JE SOUHAITE :

- allaiter mon bébé dès que possible et qu'il ne reçoive pas de suppléments de préparations lactées;
- allaiter mon bébé dès que possible et qu'on lui offre des suppléments de préparations lactées seulement avec mon autorisation;
- nourrir mon bébé avec des préparations lactées;
- recevoir du soutien pour l'allaitement, car les premiers jours risquent d'être difficiles pour moi en raison de la césarienne;
- recevoir la visite d'une consultante en lactation si mon allaitement est difficile.

7 JE CROIS QUE L'INFORMATION SUIVANTE VOUS SERA UTILE :

Signature de la mère

Signature du conjoint ou de la conjointe

Signature du médecin, de la sage-femme ou de l'IPS