

2

びょういん れんらく 病院に連絡をするとき

(कस्तो बेलामा अस्पतालमा सम्पर्क गर्ने?)



なにか 何かがおこっているとき

1. お腹が痛い、かたい
2. 血がでた
3. 赤ちゃんの動きが少ない
4. 水が流れた (破水)
5. 頭が痛い



यस्ता लक्षणहरु देखिएमा

1. पेट दुखेको छ, पेट कडा भएको छ
2. योनीबाट रगत बग्यो
3. बच्चाको हलचल कम भयो
4. योनीबाट पानी बग्यो (पानी फुट्यो)
5. टाउको दुख्यो



しゅつさん 出産のとき

1. 陣痛
規則的におなかがはる
1時間に6回以上のおなかのハリがある

2. 水が流れた (破水)
水のようなものがでます。尿とは違って自分ではとめられません。
破水は、たくさんの量がでることもあるし、ごく少ない量のときもあります。また、破水は陣痛がきていなくてもおこることがあります。清潔なナプキンをあてて、すぐ病院に連絡してください。

बच्चा जन्मिने बेलामा

1. बेथा लाग्नु
नियमित रूपमा पेट संकुचन (पेट खुम्चिन्छ) हुन्छ। १ घण्टामा करिब ६ पटक भन्दा बढी पेटमा संकुचन हुन्छ।

2. योनीबाट पानी बग्नु (पानी फुट्नु)
पानी जस्तो तरल पदार्थ बग्छ। पिसब आएको होईन, त्यसैले आफैले रोक्न सक्दैन।
यो धेरै पनि आउन सक्छ, थोरै पनि आउन सक्छ। त्यस्तै यो बेथा नलागेको (संकुचन नभएको) बेला पनि आउन सक्छ। सफा प्याड प्रयोग गर्नुहोस र तुरुन्त अस्पतालमा सम्पर्क गर्नुहोस।

どんな場合でも迷ったら病院に連絡してください。
病院の電話番号

()

कुनै अन्योल भएमा अस्पतालमा सम्पर्क गर्नुहोस ।
अस्पतालको फोन नम्बर:

()

入院のときに必要なもの

以下は、入院のときに必要であると思われるものの一例です。病院にも確認してください。

- 母子手帳
- 保険証
- 診察券
- パジャマなどの衣類
- タオル
- 下着
- ナプキン
- スリッパ
- 洗面用具
- ジュースなどの水分補給のできるもの
- 自分がリラックスできるために必要なもの

さらに、必要なものがあればかいてみましょう。

-
-
-
-

अस्पताल भर्ना हुन चाहिने आवश्यक सामाग्रीहरु

तल अस्पताल भर्ना हुन चाहिने सकने आवश्यक सामाग्रीहरुको लिस्ट लेखिएको छ। अस्पतालमा पनि सोधेर हेर्नुहोला।

- मातृशिशु स्वास्थ्य पुस्तिका
- स्वास्थ्य बीमा कार्ड
- उपचार जाँच गर्ने टिकट
- राती सुत्ने लुगा (अन्य लुगाहरु)
- टावलहरु
- अन्दरवेयर
- प्याड
- स्लिपर (चप्पल)
- मुख धुन, दाँत माइन्, हातधुन चाहिने सामाग्रीहरु
- झोल, पिउने कुराहरु जस्तै जूस आदि
- आफुलाई आराम हुन चाहिने सामानहरु

अरु पनि चाहिने सामानहरु छ भने लेख्नुहोस।

-
-
-
-

