

# رعاية ما قبل الولادة

## الحفاظ على الصحة أثناء الحمل

يمكنك الحصول على رعاية ما قبل الولادة بمجرد اعتقادك بأنك حامل.

ما هي رعاية ما قبل الولادة؟

إنها الرعاية الصحية التي تحصلين عليها أثناء الحمل.

من هم مقدمو رعاية ما قبل الولادة؟

- الطبيب يطلق عليه طبيب النساء أو يُعرف بالاختصار OB، أو طبيب الأسرة الحاصل على تدريب خاص
- قابلة التمرريض
- ممارسة التمرريض
- القابلة-شخص يقدم مساعدات مجتمعية خاصة لدعمك أثناء الحمل وبعده

لماذا أحتاج إلى رعاية ما قبل الولادة؟

سيساعد هذا في التمتع بحمل صحي وإنجاب طفل يتمتع بصحة جيدة. تمثل الرعاية المبكرة والرعاية المنتظمة قبل الولادة أهمية كبيرة. فهي تساعد في تحديد أي مشكلات في وقت مبكر. ويمكن أن تساعد في الحيلولة دون الولادة المبكرة (المبتسرة) أو ولادة أطفال يعانون من انخفاض الوزن (صغر الحجم الشديد).

يرجى المحافظة على المواعيد التالية مع مقدم رعاية ما قبل الولادة.

فترة الثلاثة أشهر	أسابيع	المواعيد
الأولى	1 - 12 أسبوع	• يرجى الرجوع إلى مقدم الرعاية بمجرد اعتقادك بأنك حامل ثم كل أربعة أسابيع.
الثانية	12 - 28 أسبوع	• يرجى الرجوع إلى مقدم الرعاية كل أربعة أسابيع.
الثالثة	28 أسبوع - الولادة	• يرجى مراجعة مقدم الرعاية كل أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع خلال الأسابيع من 28 إلى 36. • يرجى مراجعة مقدم الرعاية كل أسبوع من 36 أسبوع وحتى الولادة
بعد الولادة	عقب الولادة	• يرجى مراجعة مقدم الرعاية خلال 1 - 12 أسبوع بعد ولادة طفلك. يرجى تحديد موعد بمجرد ولادة طفلك.

المحافظة على مواعيد مقدمي الرعاية خلال الحمل سيساعدك على ولادة طفل صحي. سيتأكد مقدم الرعاية من حصولك على الرعاية المناسبة لك.

### هل لديك أسئلة؟

يرجى الاتصال بخط الاستشارات التمريضية الذي يعمل على مدار 24 ساعة. نحن هنا لمساعدتك

الإنجليزية: (888) 275-8750

الإسبانية: (866) 648-3537

بالنسبة إلى مستخدمي أجهزة الهواتف النصية TTY/أجهزة الاتصال للصم والبكم TDD، يمكنهم الاتصال على الرقم: 711



توزيع Molina Healthcare. كافة المعلومات الواردة في هذه النشرة لأغراض المعلومات فقط. وهي لا تحل محل مشورة مقدم الرعاية.

للحصول على هذه المعلومات بلغات أخرى وتنسيقات يسهل الوصول إليها، يرجى الاتصال بخدمات الأعضاء. هذا الرقم موجود على ظهر بطاقة هوية العضو.