သိကောင်းစရာ အချက်အလက်များစာစောင်

EASTERN HEALTH Maternity Services

အရှေ့ပိုင်းနယ်မြေ သားဖွားခြင်းဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ

အကယ်၍သင့်မှာ အင်္ဂလိပ်ဘာသာစကား ပြောရန် အခက်အခဲရှိပါက ကျေးဇူးပြု၍ ဝန်ထမ်းများကို စကားပြန်တစ်ဦး စီစဉ်ပေးရန် ပြောပါ။
အိမ်မှဆက်သွယ်မည်ဆိုပါက တယ်လီဖုန်းနှင့်စကားပြန်လုပ်ပေးသော ဝန်ဆောင်မှုကို **131450** တွင်ဆက်ပါ။
ဝန်ဆောင်မှုများသည် အခမဲ့ ဖြစ်ပါသည်။ ဤသိကောင်းစရာ အချက်အလက်များကို သင်နှစ်သက်ရာ ဘာသာစကားဖြင့် ရနိုင်/မရနိုင် ဝန်ထမ်းများကိုမေးပါ။

သင် ကလေးမီးဖွားရန် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

သင် ကလေးမီးဖွားရန် ဆေးရုံသို့လာခြင်းသည် အထူးအချိန်အခါဖြစ်သည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ သိရှိပါသည်။ ဆေးရုံမှာရှိနေစဉ် သင့်အား ကူညီပံ့ပိုးရန်အတွက် အကြောအဆစ်တို့အားနှိပ်နယ်ခြင်း၊ ဓာတ်ရောင်ခြည်တို့ဖြင့်ကုသခြင်း၊ လူမှုရေးလုပ်ဆောင်ချက် အာဟာရဗေဒ၊ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာစိတ်ပညာ၊ ဆီးချိုရောဂါ ပညာပေးခြင်း၊ အမျိုးသမီးငယ်များအတွက်ဝန်ဆောင်မှု စသည့် အထူး ဝန်ဆောင်မှုများပေးကာ အရှေ့ပိုင်းနယ်မြေ ကျန်းမာရေးဌာနသို့လာစဉ် သင် အတွေ့အကြုံကောင်းများ ရစေဖို့ ကျွန်ုပ်တို့ ကူညီပံ့ပိုးပါမည်။

ကျွန်ုပ်တို့က သင် Angliss သို့မဟုတ် Box Hill ဆေးရုံများတွင် တက်ရောက်ကုသဖို့ ပြင်ဆင်ရာတွင် သင့်ကို အကူအညီဖြစ်စေရန်အတွက် ဖေါ်ပြပါ သိကောင်းစရာ အချက်အလက်များ ပံ့ပိုးပေးပြီး သင်နှင့် သင်ဧည့်သည်များ ကို ကြိုဆိုရန် စောင့်မျှော်နေပါသည်။ အကယ်၍ သင် ကျွန်ုပ်တို့၏ အကူအညီကို နောက်ထပ်လိုအပ်ပါက ကျေးဇူးပြု၍ အောက်ဖေါ်ပြပါ တယ်လီဖုန်းနံပါတ်များကို အသုံးပြုကာ သင် မီးဖွားမည့် ဆေးရုံသို့ ဆက်သွယ်ပါ။ -

ဆေးရုံ ဖုန်းနံပါတ်များ

အဲ(င်း) ဂလစ်စ် (ANGLISS) ဆေးရုံ သားဖွားခြင်းဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ	ဘောက်စ်ဟီးလ် (BOX HILL) ဆေးရုံ သားဖွားခြင်းဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ
ဖုန်း - 9764 6111	**ဖုန်း - 9975 6300**
သင့်ကိုယ်ဝန် သို့မဟုတ် မီးဖွားခြင်းနှင့်ပတ်သက်သော ကိစ္စရပ်များကို သားဖွားဆရာမနှင့် ဆွေးနွေးရန် မွေးခန်း (Birth Suite) ကို တောင်းပါ။ ဆေးရုံသို့လာရန် ရက်ချိန်းများ သို့မဟုတ် ဆေးခန်းဆိုင်ရာ ရက်ချိန်းများ တောင်းရန် ထိုနံပါတ်ကိုပင် ဆက်သွယ်ပါ။	သင့်ကိုယ်ဝန် သို့မဟုတ် မီးဖွားခြင်းနှင့်ပတ်သက်သော ကိစ္စရပ်များကို သားဖွားဆရာမနှင့် ဆွေးနွေးရန်၊ ဆေးရုံသို့လာရန် ရက်ချိန်းများ သို့မဟုတ် ဆေးခန်းဆိုင်ရာ ရက်ချိန်းများနှင့် မီးဖွားခြင်းဆိုင်ရာ ပညာပေး သင်တန်းများအတွက် ရက်ချိန်းများတောင်းရန် ဤနံပါတ်ကို ဆက်သွယ်ပါ။

လာရမည့်နေရာ

အဲ(င်း) ဂလစ်စ် (ANGLISS) ဆေးရုံ သားဖွားခြင်းဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ
Talaskia Road, Upper Ferntree Gully

အကယ်၍ သင်သည် မီးဖွားရန် ဗိုက် စနာနေလျှင် သို့မဟုတ် ည ၉ နာရီ နောက်ပိုင်း ဖြစ်နေပါက ဝင်ပေါက်မှာ Albert Street ဘက်မှ အရေးပေါ် လူနာဌာန (Emergency Department) မှ တဆင့် ဝင်ရသည်။ Level 3 မှာရှိသည့် မွေးခန်း (Birth Suite) ကို ဓါတ်လှေခါးဖြင့် တက်လာပါ။ လိုအပ်ပါက ဧည့်ကြိုနေရာတွင် လူနာတင် တွန်းလှည်း စီစဉ်ပေးနိုင်ပါသည်။

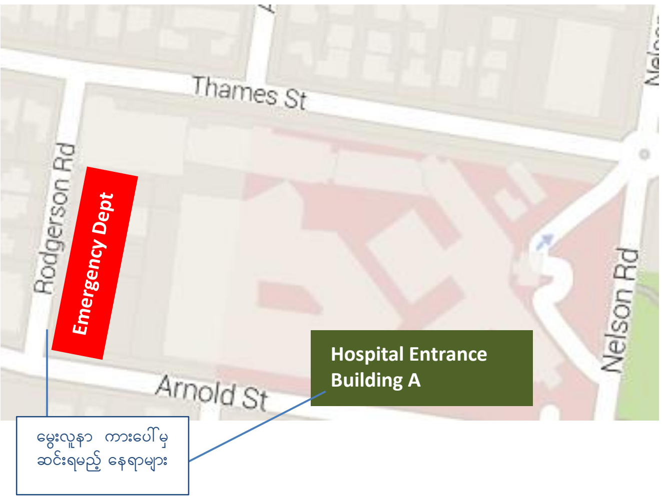
ဆေးခန်းဆိုင်ရာ ရက်ချိန်းများအတွက် Talaskia Road ဘက်ရှိ ဆေးရုံ၏ ပင်မဝင်ပေါက် မှတဆင့် ဝင်ရပါသည်။ Level 3 သို့ လှေခါး သို့မဟုတ် ဓါတ်လှေခါးဖြင့်လာပါ။ ဆေးရုံ၏ပင်မဝင်ပေါက် (Main Entrance) မှာ တစ်ပါတ်လျှင် (၇) ရက်လုံး နေ့တိုင်း နံနက် ၇ နာရီမှ ည ၉ နာရီအထိ ဖွင့်ထားပါသည်။

Burmese

ဘောက်စ်ဟီးလ် (BOX HILL) ဆေးရုံ သားဖွားခြင်းဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ
8 Arnold Street, Box Hill

အကယ်၍ သင် မီးဖွားရန် ဗိုက် စနာနေလျှင် Rodgerson Road ဘက်ရှိ (Emergency Department) မှတဆင့် Level 3 ရှိ သားဖွားခြင်းဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများဌာန (Maternity Services) သို့ လာပါ။

ဆေးခန်းပြရန် ရက်ချိန်းများနှင့် သန္ဓေသားကို စစ်ဆေးခြင်းများအတွက် Building A, 8 Arnold Street ၏ ပင်မဝင်ပေါက်မှတဆင့် Level 3 သို့ ဓါတ်လှေခါးဖြင့် တက်လာပါ။



ယာဉ်ရပ်နားရန် နေရာ

အဲ(င်း) ဂလစ်စ် (ANGLISS) ဆေးရုံ သားဖွားခြင်းဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ	ဘောက်စ်ဟီးလ် (BOX HILL) ဆေးရုံ သားဖွားခြင်းဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများ
အချိန်တို/အရေးပေါ်လူနာချထားခြင်းများအတွက် ယာဉ်ရပ်ရန်နေရာမှာ Talaskia Road ဘက်ရှိ ဆေးရုံ၏ ရှေ့ဘက်တွင်၎င်း၊ Albert Street ဘက်ရှိ အရေးပေါ်လူနာဌာန၏ ရှေ့ဘက်တွင်၎င်း ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ ငွေပေးရသော ယာဉ်ရပ်နားရန်နေရာများ Talaskia Road ပေါ်မှ အများပြည်သူသုံး ယာဉ်ရပ်နားနေရာတွင် ရှိသည်။ ဆေးရုံပတ်လည် လမ်းပေါ်တွင်ယာဉ်ရပ်ခြင်းများနှင့်စပ်လျဉ်းပြီး ကောင်စီ၏ ယာဉ်ရပ်ခြင်းဆိုင်ရာ ကန့်သတ်ချက်များ ရှိသည်။	အချိန်တို/အရေးပေါ်လူနာချထားခြင်းများအတွက် ယာဉ်ရပ်နားနေရာမှာ Rodgerson Road ၏ တစ်ဖက်တစ်ချက် Emergency Department ၏ အရှေ့တွင် ရှိပါသည်။ လူနာချထားရုံ ယာဉ်ရပ်နားနေရာမှာ Building A ၏အဝင်ဝတွင် ရှိပါသည်။ ငွေပေးရသော ယာဉ်ရပ်နားရန်နေရာများ Rodgerson Road ဘက်မှ ဝင်ရသည့် Building A ၏ မြေအောက်ထပ် ယာဉ်ရပ်ရန်နေရာတွင်ရှိပြီး Level 3 သို့တက်ရန် ဓါတ်လှေခါး ရှိပါသည်။ အချိန်ပြမီတာဖြင့်တွက်၍ ရပ်နားခပေးရသော ယာဉ်ရပ်နားနေရာမှာ ဆေးရုံ ပတ်လည်ဝန်းကျင်မှ လမ်းများပေါ်တွင် ရှိပါသည်။ ထိုနေရာများတွင် ငွေအကြွေများ သို့မဟုတ် အကြွေးယူကတ်များဖြင့် ပေးချေရသည်။

ဆေးရုံသို့ ဆက်သွယ်ရမည့်အချိန်
သင့်မှာ အောက်ဖေါ်ပြပါအခြေအနေများဖြစ်လာလျှင် ဆေးရုံသို့ဆက်သွယ်ပြီး သားဖွားဆရာမထံမှ အကြံဉာဏ်ရယူရန် အရေးကြီးပါသည်။ -

- သင့် သားမွေးလမ်းကြောင်းမှ သွေးဆင်းနေလျှင်
- သင့်ကလေးမွေးမည်ဟု မျှော်မှန်းထားသောရက် (သန္ဓေတည်သည့်ကာလ ၃၇ ပါတ်) မတိုင်မီ သုံးပါတ်ထက်စောပြီး ကျုံ့ခြင်းများ၊ သို့မဟုတ် ဝမ်းဗိုက်တွင် ကြွက်သားများ ကျုံ့ညှစ်ခြင်းများ ဖြစ်လာလျှင်
- အကယ်၍ သင့်ကလေးက ဓါတိုင်းလောက် လှုပ်လှုပ်ရှားရှား မရှိလျှင်
- သင် ရေမွှာပေါက်လျှင် သို့မဟုတ် ရေမွှာပေါက်သည်သည်ဟု ယူဆလျှင်၊ - ၎င်းကို သင့် သားမွေးလမ်းကြောင်းမှ ပန်းပြီးထွက်လာခြင်း သို့မဟုတ် နည်းနည်းစီ စိမ့်ကျနေခြင်းကို သင် သတိထားမိနိုင်သည်။
- အကယ်၍ သင်သည် ခေါင်းမူးနေခြင်း၊ သို့မဟုတ် အမြင် မှုံဝါးဝါးဖြစ်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် မျက်စိရှေ့တွင် အစက်အပျောက်များ ဖြစ်နေခြင်း စသည်တို့ကဲ့သို့ အမြင်ဆိုင်ရာ ပြဿနာများ စဉ်ဆက်မပြတ်ဖြစ်နေလျှင် - ၎င်းသည် သင့်သွေးဖိအား အလွန်မြင့်နေသည်ဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။
- လက်များ၊ ခြေ၊ သို့မဟုတ် ခြေထောက်များ ဖြန်းစားကြီး သို့မဟုတ် တဖြေးဖြေး ရောင်လာလျှင် - တစ်ခါတစ်ရံ ၎င်းသည် သင့်သွေးဖိအား အလွန်မြင့်နေသည်ဟု ဆိုလိုနိုင်ပါသည်။
- နာကျင်ကိုက်ခဲမှုမှာ ပြင်းပြင်းထန်ထန် သို့မဟုတ် ဆက်တိုက် ဖြစ်နေလျှင်
- အန်လျှင်
- သင့်မှာ မီးဖွားရန် ဗိုက်နာနေပြီး ကျုံ့ခြင်းဆွဲညှစ်သလိုဖြစ်ခြင်းများ မှန်မှန်ဆက်ဖြစ်နေလျှင် - (၎င်းတို့ကိုဝမ်းဗိုက်အောက်ပိုင်း သို့မဟုတ် နောက်ကျောတွင် သင် ခံစားရတတ်သည်)၊ ထို့အပြင် သင် အိမ်မှာနေရသည်မှာ သက်တောင့်သက်သာ မဖြစ်တော့လျှင်
- သင့်အတွက် သို့မဟုတ် ကလေးအတွက် စိတ်ပူပန်မှုများ ရှိနေလျှင်

ကလေးမီးဖွားရန် ယူဆောင်လာရမည့် ပစ္စည်းများ

- Eastern Health မှ သင့် လက်ကိုင် သားဖွားခြင်းဆိုင်ရာမှတ်တမ်း (Maternity Record)၊ Medicare နှင့်/သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အာမခံကတ်တို့ကို သင်နှင့်တပါတည်း ယူလာရန် မမေ့ပါနှင့်။

သင့်အတွက်

- ကလေးမွေးချိန်နှင့် မီးဖွားဆောင်တဝိုက် ဝတ်ဆင်ရန် သက်တောင့်သက်သာရှိသော နေ့ဘက်ဝတ်သည့် အဝတ်အစားများ
- ညဘက်ဝတ်သည့် အဝတ်အစားများ
- အတွင်းခံ (ဘောင်းဘီများနှင့် မီးဖွားချိန်ဝတ်သည့် ဘရာစီယာများ)
- အပေါ်ရုံ အင်္ကျီရှည်
- ကွင်းထိုးဖိနပ်များ/ရှူးဖိနပ်များ/ညပ်ဖိနပ်များ
- ရာသီသွေးခံ ဓမ္မတာထိန်း (သားဖွား)
- ရင်သားခံ ဝွမ်းဖတ်များ (လျှော်ပြီးပြန်သုံးနိုင်သော သို့မဟုတ် တစ်ခါသုံးများသာ၊ ပလတ်စတစ်ခံထားသောပစ္စည်းများ မဖြစ်ရ)
- တကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေး ပစ္စည်းများ (ဆပ်ပြာ၊ ခေါင်းလျှော်ရည်၊ သွားပွတ်တံ၊ သွားတိုက်ဆေး၊ ကိုယ်နံ့ပျောက်ဆေး)
- တစ်ရှူးဘူး
- ဘောပင်
- သင့်ခေါင်းအုံး (လိုအပ်လျှင်)
- အနွေးဓါတ်/အအေးဓါတ် ပေးသည့်အထုပ်များ (ဂျယ်ပါသောအထုပ်များ မသုံးရ။ အဆီနှစ်ပါသော အထုပ်များက ပိုသင့်တော်သည်။)
- မိုဘိုင်းဖုန်းနှင့် အားသွင်းပစ္စည်း

သင့် ခရီးဆောင် လက်ဆွဲသေတ္တာ သို့မဟုတ် အိတ်ထဲတွင် သင်ကလေးမွေးချိန်နှင့် ကလေးမွေးပြီးပြီးခြင်း သင်လိုအပ်မည့် ပစ္စည်းများ လွယ်လွယ်ကူကူရနိုင်အောင် ထည့်ထားနိုင်လျှင် အကျိုးရှိပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ သက်သာစွာဝတ်နိုင်မည့် ညဝတ်အင်္ကျီရှည် သို့မဟုတ် မီးဖွားချိန်ဝတ်ရန် တီရှပ်အရှည်၊ ညဝတ်နောက်ထပ်တစ်စုံနှင့် သို့မဟုတ် အိပ်ရာဝင် ဝတ်စုံ၊ အတွင်းခံများ၊ တကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေး ပစ္စည်းများ၊ ရာသီသွေးခံ ဓမ္မတာထိန်းများ၊ ဂလူးကို့စ်ပါသော ချိုချဉ်ပလုတ်တုပ်များနှင့် ကလေးဝတ်စုံ တစ်စုံ (စွပ်ကျယ်၊ မွေးစကလေးဝတ်စုံနှင့် ကလေးအနှီး)

သင့် အိမ်ထောင်ဘက်အတွက် (Box Hill ဆေးရုံအတွက်သာ)
(အကယ်၍ သင်သည် တစ်ယောက်ခန်းတွင်နေရပါက) မိခင်ရော ကလေးကိုပါ စောင့်ရှောက်ရာတွင် ကူညီရန် သင်တို့၏အိမ်ထောင်ဘက်များကို သင်တို့နှင့်အတူ နေရန် တိုက်တွန်းအားပေးပါသည်။ ကျေးဇူးပြုပြီး အိပ်ရာဝင်ဝတ်စုံများ၊ အပေါ်ရုံအင်္ကျီရှည်၊ ညပ်ဖိနပ်များ၊ တကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးပစ္စည်းများနှင့် မျက်နှာသုတ်ပုဝါ တစ်ထည် ယူခဲ့ပါ။

သင့်ကလေးအတွက်
ပစ္စည်းအားလုံးကို လျှော်ဖွတ်ခဲ့ရန် မမေ့ပါနှင့်။

- ဦးထုပ်နှင့် သိုးမွေးဖိနပ်ငယ်
- မွေးကာစ ကလေးဝတ်စုံ ၄ စုံ
- စွပ်ကျယ် ၄ ထည်
- ကလေးအနှီး ၂ ထည်
- ဝါဂွမ်းလုံး တစ်ထုပ်
- ကလေးရေချိုးသည့် ဆပ်ပြာရည် သို့မဟုတ် ကလေးသုံး ဆပ်ပြာ
- တစ်ခါသုံး ကလေးခါးတောင်းကျိုက်များ
- အိမ်အပြန် ကလေးဝတ်သွားရန်အဝတ်များနှင့် ခါးတောင်းကျိုက်

နောက်ထပ် ယူလာရမည့် ပစ္စည်းများ

- ကင်မရာ (ယူလာချင်မှသာ)၊ ကလေးမီးဖွားနေချိန် ဗီဒီယို ရိုက်ကူးခြင်းကို ခွင့်မပြုပါ။

ကျေးဇူးပြု၍ အဖိုးတန် လက်ဝတ်ရတနာများနှင့် ငွေသားပမာဏများများ ယူမလာပါနှင့်။ လူနာများ၏ပစ္စည်းများ ပျောက်ဆုံးခြင်း သို့မဟုတ် ပျက်စီးခြင်းအတွက် ဆေးရုံမှ တာဝန်မယူပါ။

ကလေးကို နို့တိုက်ကျွေးခြင်း
ကျွန်ုပ်တို့၏ သားဖွားဆရာမများက သင် မည်သည့်နည်းလမ်းကို ရွေးသည်ဖြစ်စေ သင့်ကလေးကို နို့တိုက်ကျွေးရာတွင်ကူညီပံ့ပိုးပါလိမ့်မည်။ ကလေး၏ပထမ ခြောက်လအရွယ်တွင် မိခင်နို့ကိုသာတိုက်ရန် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးဌာနက အကြံပြုထားပါသည်။ အကယ်၍ သင်က နောက်ထပ် ကူညီပံ့ပိုးမှုလိုလျှင် နို့ချို တိုက်ကျွေးခြင်း (မိခင်နို့တိုက်ခြင်း) ဆိုင်ရာ အကြံပေးသူများ၏ အကူအညီနိုင်ပါသည်။

မိခင်နို့တိုက်ခြင်းသည် ရောဂါကူးစက်ခြင်းနှင့်ဓာတ်မတည့်ခြင်း အန္တရာယ်များလျော့နည်းစေခြင်းအပါအဝင် အကျိုးကျေးဇူးများစွာ ရှိသည်သာမက သင့်ကလေးသည် ရင်ကျပ်ပန်းနာနှင့် ဆီးချိုစသည့် ရောဂါများ ရနိုင်ချေ နည်းပါးပါသည်။ အကယ်၍သင့်ကလေးကို ဖော်မြူလာနို့ တိုက်ရန်ရွေးချယ်ပါက သင့် မွေးကင်းစကလေးအတွက် မွေးကင်းစကလေးတိုက်သည့် ဖော်မြူလာနို့ကို သင့်ဘာသာသင် တစ်ဘူး ယူလာခဲ့ပါ။

အကယ်၍သင်က ကလေးကို ဖော်မြူလာနို့သာတိုက်ရန် အစီအစဉ်ရှိပါက ဖော်ပြပါအချက်များကို သတိထားပါ။ -

အဲ(င်း) ဂလစ်စ် (ANGLISS) ဆေးရုံ သားဖွားခြင်းဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ	ဘောက်စ်ဟီးလ် (BOX HILL) ဆေးရုံ သားဖွားခြင်းဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများ
ကျေးဇူးပြု၍ မဖောက်ရသေးသော မွေးစကလေး ဖေါ်မြူလာနို့ တစ်ဘူးယူခဲ့ပါ။	နို့ဘူးနှစ်လုံး၊ နို့သီးခေါင်းများနှင့် မဖောက်ရသေးသော မွေးစကလေး ဖေါ်မြူလာနို့ တစ်ဘူး
ကျေးဇူးပြု၍ ပစ္စည်းအားလုံးကို အမည် ထင်ထင်ရှားရှားတပ်ပါ။	

ဆေးရုံတွင် သင့်အား စောင့်ရှောက်ခြင်း

အထူးကုဆရာဝန်များ (သားဖွားဆရာဝန်များ၊ ကလေးအထူးကု ဆရာဝန်များနှင့် မေ့ဆေးဆရာဝန်များ) သည် ၂၄ နာရီ "ခေါ်လျှင် ချက်ခြင်းလာရန် အဆင်သင့်" ဝန်ဆောင်မှုပေးပြီး ဆေးရုံဆရာဝန်များက ကူညီပံ့ပိုးကြပါသည်။ အရှေ့ပိုင်းနယ်မြေ ကျန်းမာရေးဌာနသည် အများပြည်သူကို ကုသရင်း ပညာသင်ပေးသောနေရာ ဖြစ်သဖြင့် သင့်အား စောင့်ရှောက်ရာတွင် ပါဝင်နိုင်သည့် သားဖွားဆရာမ သင်တန်းသူများနှင့် ဆေးကျောင်းသားကျောင်းသူများကို ပံ့ပိုးပေးပါသည်။

ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းဆိုင်ရာ စည်းကမ်း

အရှေ့ပိုင်းနယ်မြေ ကျန်းမာရေးဌာနမှ နေရာအားလုံးသည် ဆေးလိပ်မသောက်ရပါ။ ဆေးရုံနယ်မြေတစ်ခုလုံးတွင် ဆေးလိပ်သောက်ခွင့် မရှိပါ။

ဧည့်သည်တွေ့ချိန်

အဲ(င်း) ဂလစ်စ် (ANGLISS) ဆေးရုံ သားဖွားခြင်းဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ	ဘောက်စ်ဟီးလ် (BOX HILL) ဆေးရုံ သားဖွားခြင်းဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများ
နံနက် ၈ နာရီမှ ည ၈ နာရီအထ	နံနက် ၈ နာရီမှ ည ၈ နာရီအထိ

ဆေးရုံဆင်းခြင်း

ကလေးကို ကားပေါ်တွင် အန္တရာယ်မဖြစ်အောင် ထိန်းထားနိုင်သည့် အရာများ

ကလေးများသည် အသက်အရွယ်နှင့်ကိုက်ညီသော ထိုင်ခုံ သို့မဟုတ် အန္တရာယ်မဖြစ်အောင် ထိန်းထားပေးသည့် ခပ်ခွက်ခွက်ခုံငယ်လေးအတွင်း ရှိနေရမည်ဟု တရားဥပဒေက ပြဌာန်းထားပါသည်။

သားဖွားဆရာမ၏ အိမ်တွင်း စောင့်ရှောက်မှု (အိမ်တိုင်ရာရောက်လာသော စောင့်ရှောက်မှု)

သင် ဆေးရုံမှဆင်းသည့်အခါ ကျွန်ုပ်တို့၏ သားဖွားဆရာမတစ်ယောက်သည် သင်နှင့် သင့်ကလေးတို့ ကောင်းမွန်စွာရှိနေကြောင်း စစ်ဆေးဖို့ သင့်အိမ်ကို လာရန် ရက်ချိန်းစီစဉ်ရေးအတွက် သင့်ကိုဆက်သွယ်ပါလိမ့်မည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ သားဖွားဆရာမက သင်နှင့်သင့်ကလေးအတွက် အိမ်တိုင်ရာရောက်လာသော စောင့်ရှောက်မှု ပြီးဆုံးသည့်အခါ သင့်အိမ်နှင့်အနီးဆုံး မိခင်နှင့်ကလေးများ ကျန်းမာရေးဌာနမှ သူနာပြုက စဉ်ဆက်မပြတ် စောင့်ရှောက်မှုကို ဆက်လက်၍ ပြုလုပ်ပေးပါလိမ့်မည်။

အသုံးဝင်မည့် အကြံပြုချက်များ

အောက်ဖေါ်ပြပါအကြံပြုချက်များက သင်ကလေးနှင့် ဆေးရုံမှဆင်းသည့်အခါ အကူအညီဖြစ်စေပါလိမ့်မည်။ -

- ဖြစ်နိုင်ပါက ပထမ ၁ ပါတ်မှ ၄ ပါတ်အတွင်း ခင်ပွန်း၊ ဆွေမျိုး သို့မဟုတ် မိတ်ဆွေတစ်ဦးဦးက မိမိကို အကူအညီပေးဖို့ စီစဉ်ပါ။
- ဆေးရုံမှာဖြစ်စေ၊ အိမ်မှာဖြစ်စေ အလွယ်တကူသုံးနိုင်ရန် ကလေးအဝတ်အစားများနှင့် ကလေးခါးတောင်းကျိုက်များ အဆင်သင့်ထားပါ။
- အကယ်၍သင်က ကလေးကို နို့ဘူးဖြင့်တိုက်ရန် အစီအစဉ်ရှိပါက အိမ်မှာ ရောဂါပိုးသတ်သည့် ကိရိယာများ အဆင်သင့်ဆောင်ထားပါ။
- အိမ်မှာ သင့်ကလေး အန္တရာယ်ကင်းစွာ အိပ်နိုင်မည့်နေရာ စီစဉ်ပါ။ အကယ်၍သင့်အိမ်မှာ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်များရှိပါက ၎င်းတို့ကို ကလေးနှင့်ဝေးရာ သီးခြားအခန်းထဲတွင် ထားသင့်သည်။ အကယ်၍သင် သို့မဟုတ် သင့်ခင်ပွန်းသည် ဆေးလိပ်သောက်ပါက အကောင်းဆုံးသည် အပြင်ဘက်တွင်၎င်း သို့မဟုတ် ကလေးအိပ်သည့်နေရာနှင့် ဝေးသောနေရာတွင်၎င်း သောက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ကိုယ်ဝန်ဆောင်များအတွက် သိကောင်းစရာ အတော်များများကို Eastern Health ၏ ဝက်ဘ်ဆိုက်ဖြစ်သော www.easternhealth.org.au/services/maternity-services တွင် ရနိုင်ပါသည်။

အခြားသော အကူအညီဖြစ်စေမည့် အကြောင်းအရာများ အကူအညီများကို ရနိုင်သည့် နေရာများမှာ -

Better Health Channel	www.betterhealth.vic.gov.au
Raising Children Network	www.raisingchildren.net.au
SIDS and Kids	www.sidsandkids.org/safe-sleeping/
Australian Breastfeeding Association	www.breastfeeding.asn.au/

သင့် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ကိစ္စရပ်များကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်း

Eastern Health က သင့် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ကိစ္စရပ်များကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရန် အသေအချာ ခိုင်မာစွာ ဆောင်ရွက်နေပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် သင့် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ အချက်အလက်များကို လုံခြုံစွာထိန်းသိမ်းပြီး တရားဥပဒေအရ လိုအပ်မှသာ ထုတ်ပြန်ပေးပါမည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် သက်ဆိုင်ရာ အချက်အလက်များနှင့် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာဆိုင်ရာ ဥပဒေပြဌာန်းချက်ကို လိုက်နာပါသည်။ အကယ်၍ သင် ပိုမိုသိလိုပါက ကျေးဇူးပြု၍ ဝန်ထမ်းတစ်ဦးဦးကိုမေးပါ၊ သို့မဟုတ် www.easternhealth.org.au တွင်ရှိသော ကျွန်ုပ်တို့၏ ဝက်ဘ်ဆိုက်တွင် ကြည့်ပါ။

Eastern Health ကို Australian Council on Healthcare Standards မှ စံမီသည်ဟု အသိအမှတ်ပြုထားပါသည်။

5 Arnold Street, Box Hill, Victoria 3128
1300 342 255
© Eastern Health 2015