আগস্ট 2024 –এ প্রকাশিত
পর্যালোচনার তারিখ: আগস্ট 2027

গর্ভাবস্থায় আপনার পছন্দসমূহ

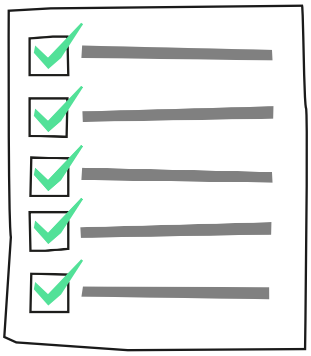
সহজ পাঠ্যের উপকরণ

এই উপকরণ একাধিক ভাষায় পাওয়া যায়। আরো তথ্যের জন্য আপনার মিডওয়াইফকে জিজ্ঞেস করুন।

Sussex
Local Maternity & Neonatal System

গর্ভাবস্থায় আপনার পছন্দসমূহ

আপনি যখন গর্ভবতী হবেন এবং যখন আপনি জন্ম দেবেন তখন কী ঘটবে তা আপনি বেছে নিতে পারবেন।



জন্মদান পরিকল্পনা আপনাকে জন্ম দেওয়ার জন্য প্রস্তুত হতে সাহায্য করতে পারে।

এতে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:

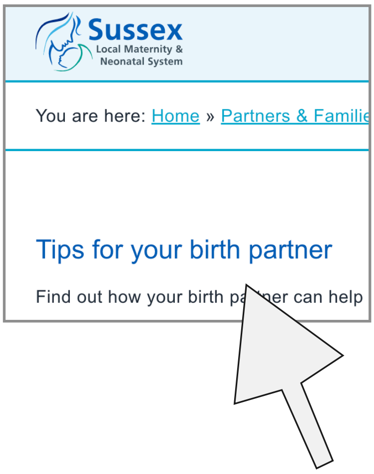
- আপনি কিভাবে জন্ম দিতে চান
- আপনি কোথায় জন্ম দিতে চান
- আপনি কখন জন্ম দিতে চান
- আপনার ব্যথা মোকাবেলায় সাহায্যের জন্য আপনি কী বেছে নিতে চান
- আপনি জন্ম দেওয়ার সময় আপনার সাথে কাকে চান

Sussex Local Maternity & Neonatal System

গর্ভাবস্থায় আপনার পছন্দসমূহ

আপনার মিডওয়াইফ আপনাকে সাথে করে আপনার জন্মদান সম্পর্কিত পরিকল্পনা পড়বেন।

এটি তাদেরকে আপনার কী প্রয়োজন তা বুঝতে সাহায্য করতে পারে।



আপনি যদি সন্তানের জন্ম দেওয়ার সময় আপনার সাথে কাউকে চান, সেক্ষেত্রে তাদের পরামর্শের প্রয়োজন হতে পারে।

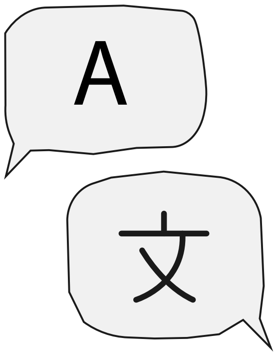
তাদেরকে নিচের লিংকে ক্লিক করতে বলুন। আপনার কাছে ইন্টারনেট না থাকলে, আপনার মিডওয়াইফকে একটি কপি প্রিন্ট করতে বলুন।

আপনি জন্ম দেওয়ার সময় আপনার সাথে কাকে চাইবেন তা বেছে নিতে পারবেন।

sussexlmns.org/partners-and-families/tips-for-your-birth-partner

Sussex Local Maternity & Neonatal System

গর্ভাবস্থায় আপনার পছন্দসমূহ



আপনি যদি ইংরেজি বলতে না পারেন তাহলে কী ঘটছে তা বুঝতে সাহায্য করার জন্য কাউকে চাওয়ার অধিকার আপনার রয়েছে।

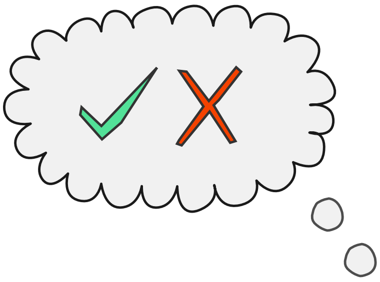
আপনি একজন দোভাষী চাইতে পারবেন যখন আপনি হাসপাতালে কল করেন তাদেরকে জানাতে যে আপনার প্রসব বেদনা শুরু হয়েছে।

জন্ম দেওয়ার জন্য আপনার সাহায্যের প্রয়োজন হতে পারে।

কিভাবে বাচ্চা বের হবে তা নিয়ে আপনার মিডওয়াইফ আপনার সাথে কথা বলবেন।

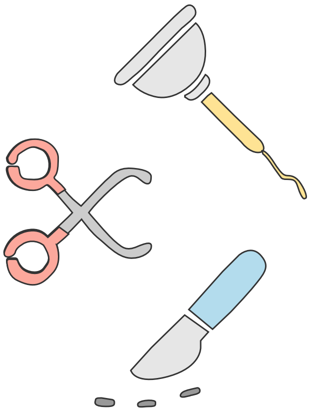
Sussex Local Maternity & Neonatal System

গর্ভাবস্থায় আপনার পছন্দসমূহ



আপনার মিডওয়াইফ আপনাকে এগুলো সম্পন্ন করার আগে সম্মত হতে বলবেন। এর মধ্যে রয়েছে:

- অ্যাসিস্টেড ডেলিভারি
- ইন্ডাকশন/শুরু হওয়া
- কনট্র্যাকশন/সংকোচন বাড়ানো।



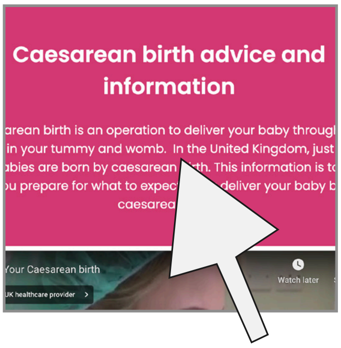
তিন ধরনের অ্যাসিস্টেড ডেলিভারি রয়েছে। এগুলো আপনার শিশুকে জন্ম নিতে সাহায্য করতে পারে।

এতে অন্তর্ভুক্ত থাকে:

- ফোর্সেপ ডেলিভারি
- ভেন্টাস ডেলিভারি
- সিজারিয়ান সেকশন

Sussex Local Maternity & Neonatal System

গর্ভাবস্থায় আপনার পছন্দসমূহ



আপনি একটি সিজারিয়ান সেকশনকে সি-সেকশন বলতে শুনতে পারেন। আরো বেশি জানতে নিচের লিংকে ক্লিক করুন।

আপনার কাছে ইন্টারনেট না থাকলে আপনার মিডওয়াইফকে একটি কপি প্রিন্ট করতে বলুন।

labourpains.org/caesarean-birth/caesarean-birth-advice-and-information

একটি ইন্ডাকশন হল যখন আপনার কেয়ার টিম আপনাকে জন্ম দেওয়া শুরু করতে সাহায্য করেন।

আপনার শিশুর বের হতে দেরী হলে অথবা আপনার গর্ভাবস্থা আপনার অথবা আপনার শিশুর জন্য বিপজ্জনক হলে আপনি এটি বেছে নিতে পারবেন।

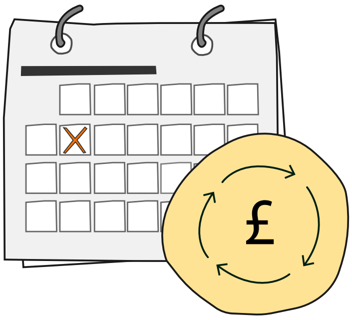
Sussex
Local Maternity &
Neonatal System

গর্ভাবস্থায় আপনার পছন্দসমূহ

ইনডাকশন সম্পর্কে আরো বেশি জানতে নিচের লিংকে ক্লিক করুন।

আপনার কাছে ইন্টারনেট না থাকলে আপনার মিডওয়াইফকে একটি কপি প্রিন্ট করতে বলুন।

sussexlmns.org/labour-and-birth/inducing-labour



আপনাকে ম্যাটারনিটি কেয়ারের জন্য অর্থ প্রদান করতে হতে পারে যদি:

- আপনি শুধুমাত্র অল্প সময়ের জন্য যুক্তরাজ্যে বসবাস করে থাকেন
- আপনি শুধুমাত্র অল্প সময়ের জন্য যুক্তরাজ্যে থাকার পরিকল্পনা করছেন।

যখন আপনি পরিচর্যা পাবেন তখন আপনাকে অর্থ প্রদান করতে হবে না। আপনি একটি পেমেন্ট প্ল্যান ঠিক করতে পারবেন।

আপনি অগ্রিম অর্থ প্রদান করতে না পারলেও আপনার প্রয়োজনের সময় পরিচর্যা পাওয়ার অধিকার রয়েছে।

গর্ভাবস্থায় আপনার পছন্দসমূহ

ম্যাটারনিটি কেয়ারের জন্য অর্থ প্রদান সংক্রান্ত পরামর্শের জন্য ম্যাটারনিটি অ্যাকশনের সাথে যোগাযোগ করুন।

ফ্রিফোন 0808 800 0041 নম্বরে কল করুন এবং একটি ভয়েসমেইল রাখুন।

ইমেইল
maternitycareaccess@maternityaction.org.uk

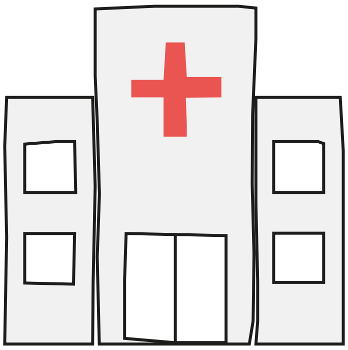
পরিচর্যার জন্য অর্থ প্রদানের বিষয়ে আরো পরামর্শ পেতে নিচের লিংকে ক্লিক করুন।

আপনার কাছে ইন্টারনেট না থাকলে, আপনার মিডওয়াইফকে এটি প্রিন্ট করতে বলুন।

maternityaction.org.uk/advice/dealing-with-debts-owed-to-the-nhs-for-maternity-care

Sussex
Local Maternity & Neonatal System

গর্ভাবস্থায় আপনার পছন্দসমূহ



আপনি নিচের নম্বরগুলোর মধ্যে একটিতে কল করে সাহায্য এবং সহায়তা পেতে পারবেন। আপনার মিডওয়াইফকে জিজ্ঞেস করুন আপনি যদি নিশ্চিত না হন যে কোন নম্বরে কল করবেন।

- কনকোয়েস্ট হসপিটাল, সেইন্ট লিওনার্ডস
  0300 131 4500
- ইস্টবোর্ন ডিসট্রিক্ট জেনারেল হসপিটাল
  0300 131 4500
- রয়্যাল সাসেক্স কাউন্টি হসপিটাল, ব্রাইটন
  01273 696955
- প্রিন্সেস রয়্যাল হসপিটাল, হেওয়ার্ডস হিথ
  01444 441881
- সেইন্ট রিচার্ডস হসপিটাল, চিচেস্টার
  01243 788122
- ওর্দিং হসপিটাল
  01903 205111
- ইস্ট সারে হসপিটাল
  01737 768511

Sussex
Local Maternity & Neonatal System

গর্ভাবস্থায় আপনার পছন্দসমূহ

আপনার শিশুর জন্ম এবং প্রাথমিক দিনগুলির জন্য প্রস্তুত করার জন্য আপনাকে সহায়তা করার জন্য আরও তথ্যের জন্য, অনুগ্রহ করে দেখুন:

প্রসবের জন্য আপনার ব্যাগ প্যাক করুন এনএইচএস ইউকে
nhs.uk/pregnancy/labour-and-birth/preparing-for-the-birth/pack-your-bag-for-labour

বুকের দুধ খাওয়ানো - সাসেক্স এলএমএনএস
sussexlmns.org/after-the-birth/breastfeeding

জন্মের পর | আপনার শিশুর জন্মের পর কী হয়?
sussexlmns.org/after-the-birth

নতুন মা-বাবার জন্য টিপস
sussexlmns.org/partners-and-families/tips-for-new-parents

লুলাবাই ট্রাস্ট প্রকাশনা – দ্য লুলাবাই ট্রাস্ট
lullabytrust.org.uk/professionals/publications

সাসেক্স রেজিস্টারিং দ্য বার্থ
sussexlmns.org/partners-and-families/registering-the-birth

গর্ভাবস্থার তথ্য - টমি’স
tommys.org/pregnancy-information

কৃষ্ণাঙ্গ এবং কৃষ্ণাঙ্গ মিশ্র-ঐতিহ্যবাহী মহিলাদের জন্য মিডওয়াইভস হেল্পলাইন - টমি’স
tommys.org/pregnancy-information/about-tommys-pregnancy-information/video-call-service

আপনার কাছে ইন্টারনেট না থাকলে আপনি আপনার মিডওয়াইফকে উপরের যেকোনো লিংক থেকে আপনার তথ্য প্রিন্ট করতে বলতে পারবেন।

Sussex
Local Maternity & Neonatal System