

# حرکات پهل تان مهم است.

Dari

## چکار باید بکنم؟



در هر مورد، اگر شما راجع به یک تغییر در حرکات طفل تان نگران هستید، با نرس ولادی یا داکتر تان تماس بگیرید.

شما وقت تانرا ضایع نمی کنید.

## دلیل مهم بودن حرکت کردن طفلم؟



اگر طرز حرکت کردن طفل تان تغییر کند، این ممکن است علامت عدم صحتمندی وی باشد.

تقریباً نصف زنانیکه طفل شان نقصان شده است متوجه شده اند که حرکت کردن طفل شان آهسته یا متوقف شده بود.

## بعد از آن چه اتفاق می افتد؟



نرس ولادی یا داکتر تان از شما تقاضا خواهند نمود تا به بخش ولادی بیایید (مجهز با کارمندان بطور 24 ساعته و 7 روز در هفته).

معاینات ممکن است شامل نکات ذیل باشد:

- معاینه نمودن ضربات قلب طفل تان
- اندازه کردن نموی طفل تان
- عکسبرداری تلویزیونی (سونوگرافی)
- معاینه خون

## هر چند وقت یکبار باید طفلم حرکت کند؟



خودتان باید تعداد حرکات عادی طفل تانرا تشخیص دهید.

شما باید شیوه خاص حرکات طفل تانرا بفهمید.

حرکات اطفال مشمول از لگد زدن گرفته تا شور خوردن و غلط زدن می باشد.

احساس نمودن حرکات طفل تان بین ایامر ذیل شروع می شوید. هفته های 16 و 24 حاملگی تان، صرفنظر از موقعیت جفت جنین.

## خرافه های معمول راجع به حرکات طفل

این 3 حقیقت ندارد که اطفال در دوران آخر حاملگی کمتر شور می خورند.

شما باید حرکت کردن طفل تانرا در طول دوران حاملگی الی زمان شروع درد ولادت و تولد شدن طفل تان احساس کنید.

اگر در مورد حرکت کردن طفل تان نگران هستید، خوردن یا نوشیدن چیزی برای تحرک دادن طفل تان مفید واقع نمی شود.



برای کسب معلومات بیشتر: [movementsmatter.org.au](http://movementsmatter.org.au)

تأیید شده توسط: (RANZCOG) Royal Australian and New Zealand College of Obstetrics and Gynaecology و Bears of Hope and Sands و سازمان های ذیل. ما از Tommy's UK بخاطر تبدیل کردن کمپاین شان مطابق اهداف ما اظهار سپاس می کنیم. با ما تماس بگیرید در وب سایت [stillbirthcare@mater.uq.edu.au](mailto:stillbirthcare@mater.uq.edu.au)