

چگونه احتمال سزارین را کاهش دهیم؟

یک سوم نوزادان متولدشده در ایالات متحده با سزارین به دنیا می‌آیند. بسیاری از این سزارین‌ها برای حفظ جان مادر و نوزاد ضرورت پزشکی دارند. اما از بسیاری از موارد سزارین می‌توان اجتناب کرد.

برای کاهش احتمال سزارین، چه کاری می‌توانید انجام دهید؟

نظرات خود را بگویید. با پزشک یا پرستار-مامای خود صحبت کنید. به آن‌ها بگویید که فقط در صورت نیاز قطعی، مایل به انجام سزارین هستید. سپس با همکاری یکدیگر، احتمال آن را برای خود کاهش دهید.

به‌کارگیری پشتیبان بارداری (Doula) را مدنظر قرار دهید. پشتیبان بارداری یک فرد آموزش‌دیده است که می‌تواند قبل، حین و بعد از زایمان به شما کمک کند. اثبات شده است که داشتن پشتیبانی مداوم، به زنان کمک می‌کند تا نتایج زایمان بهتری داشته باشند. Molina خدمات پشتیبان بارداری را پوشش می‌دهد.

با پزشک خود صحبت کنید تا بدانید در چه مرحله‌ای از زایمان باید به بیمارستان بروید. **ثبت‌نام در کلاس همگانی زایمان** در بیمارستان محل زایمان‌تان را مدنظر قرار دهید.

تیم مراقبت زایمان خود را ایجاد کنید

از پزشک یا پرستار-مامای خود درباره رویکردشان به زایمان و تولد نوزاد و اینکه چگونه می‌توانید از سزارین اجتناب کنید سوال پرسید.

دریافت کمک از یک پشتیبان بارداری را مدنظر قرار دهید. با برنامه **Motherhood Matters** ما به

شماره 891-2320 (866) تماس بگیرید یا به نشانی

MHCDoulaSupport@MolinaHealthcare.com

برای ما ایمیل بفرستید.



سوالاتی دارید؟ با خط 24 ساعته مشاوره پرستاری ما تماس بگیرید. ما آماده کمک به شما هستیم.



انگلیسی: (888) 275-8750 | اسپانیایی: (866) 648-3537 | TTY/TDD: 711

برای دریافت این اطلاعات به زبان‌های دیگر و قالب‌های مناسب معلولان، لطفاً با خدمات تماس بگیرید. این شماره در پشت کارت شناسایی عضویت‌تان درج شده است.

توزیع‌شده توسط Molina Healthcare. تمام مطالب این بروشور فقط برای اطلاع‌رسانی است. جایگزین توصیه‌های ارائه‌دهنده‌تان نمی‌شود.