حمل اور بچہ کی پیدائش سے آگہی کا پروگرام

مریضوں اور ان کے خاندان کے لیے معلومات

آغا خان یونیورسٹی ہسپتال کی آؤٹ پیشینٹ سروسز، حمل اور بچہ کی پیدائش کے بارے میں معلوماتی پروگرام پیش کرتی ہے۔ اس پروگرام کا مقصد والدین کو حمل کے تجربے، بچہ کی پیدائش اور والدین کا کردار نبھانے کے لیے ایڈجسٹ ہونے میں مدد فراہم کرتا ہے۔

آغا خان یونیورسٹی ہسپتال، کراچی
The Aga Khan University Hospital, Karachi

A Unit of The Aga Khan Hospital and Medical College Foundation; Licensed under Section 42 of the Companies Ordinance
Registered Office: Stadium Road, P.O. Box 3500, Karachi 74800, Pakistan

بہت بہت مبارک باد!

آپ ماں بننے والی ہیں!

یہ خبر کہ آپ ماں بننے والی ہیں آپ کے لیے خوشی کی خبروں میں سب سے زیادہ پرمسرت اور بھرپور ہوگی اور اس متوقع خوشی سے آپ پھولے نہیں سمارہی ہوں گی۔ آپ تھوڑا خوفزدہ محسوس کریں گی اور آپ کے زہن میں بہت سے سوالات بھی ہوں گے۔ جیسے جیسے آپ کا بچہ بڑھتا رہے گا اور آپ کو اس بات کا علم ہوگا کہ آپ اس دوران کیا توقع کرسکتی ہیں تو آپ زیادہ پراعتماد محسوس کریں گی اور اپنے حمل سے بہت لطف اندوز ہوں گی۔

آغا خان یونیورسٹی ہسپتال کی آؤٹ پیشنٹ سروسز حمل اور بچہ کی پیدائش کے بارے میں معلوماتی پروگرام پیش کرتی ہیں۔ اس پروگرام کا مقصد والدین کو حمل کے تجربے، بچہ کی پیدائش اور والدین کا کردار نبھانے کے لیے ایڈجسٹ ہونے میں مدد فراہم کرنا ہے۔ آپ کو اپنی سیکھنے کی ضرورت اور دلچسپیوں کے بارے میں جاننے اور بھرپور حصہ لینے کے لیے، شرکت کی دعوت دی جاتی ہے۔

براہ مہربانی حمل کے آغاز میں ہی، اپنی مرضی کی کلاس میں اپنا اندراج کروالیں۔ یہ چار روزہ پروگرام ہے جس کا ہر ہفتے کی صبح اہتمام کیا جاتا ہے۔

پہلا سیشن: حمل کے دوران جسمانی اور جذباتی تبدیلیاں، ان کی نظامت اور جسمانی ورزشیں۔

دوسرا سیشن: چھاتی سے دودھ پلانے کے فوائد، اس سے متعلق پیچیدگیاں اور اس کی نظامت۔ حمل اور دودھ پلانے کے عرصے کے دوران غذائیت۔

تیسرا سیشن: زچگی کے آثار و علامات، دردزہ کی جھوٹی یا اصل پہچان، زچگی کے دوران سانس لینے کی مشقیں، زچگی کے بعد اپنی دیکھ بھال اور خاندانی منصوبہ بندی۔

چوتھا سیشن: زچگی کے دوران درد سے آرام کا اختیار، ماں اور بچے کے لیے باپ کا کردار، لیبر روم، پرائیویٹ روم، سیمی پرائیوٹ روم اور جنرل وارڈ کے دورے۔ اس سیشن میں باپ کو بھی شرکت کی دعوت دی جاتی ہے۔

ہم آپ سے ملنے کے خواہاں ہیں

کلاس کے مواد، دن تاریخ، وقت اور جگہ کے بارے میں معلومات کنسلٹنگ کلینک 4 سے ان نمبروں پر حاصل کی جاسکتی ہیں۔

مزید معلومات کے لیے، براہ مہربانی رابطہ کریں

کنسلٹنگ کلینک 4
آغا خان یونیورسٹی ہسپتال کراچی۔
فون: 3493 0051، ایکسٹینشن: 79-36-1033

ICN # S-.216885 - July 2018