

Kur i ndjeni lëvizjet e foshnjës do të thotë se foshnja është mirë

Shumica e grave dhe personave që lindin fillojnë të ndiejnë lëvizjen e foshnjës së tyre midis javës së 16-të dhe të 24-të të shtatzënisë.

Nuk ka një numër të caktuar lëvizjesh normale. Çdo foshnjë është e ndryshme.

Nga java e 16-të deri në javën e 24-të, duhet ta ndjeni fëmijën tuaj të lëvizë gjithnjë e më shumë deri në javën e 32-të.

Që nga kjo kohë, lëvizjet duhet të mbeten afërsisht të njëjta deri në lindje dhe si dhe gjatë lindjes.

Pse janë të rëndësishme lëvizjet e foshnjës sime?

Ndonjëherë, një foshnjë që lëviz më pak nuk po merr oksigjen të mjaftueshëm. Një numër i vogël foshnjash që lëvizin më pak lindin të vdekura (kjo do të thotë se ato vdesin para se të lindin).

Pra, është e rëndësishme të kontrolloni menjëherë, edhe nëse shtatzënia juaj ka qenë e lehtë ose nuk keni pasur probleme më parë.

Po sikur fëmija im të lëvizë më pak pasi të kem bërë kontrollin?

Kontaktoni menjëherë pavijonin tuaj të maternitetit. Bëjeni këtë edhe nëse jeni vizituar më herët po atë ditë ose nëse kohët e fundit ju është thënë se foshnja juaj është mirë.

Kontrollohuni gjithmonë, pavarësisht sa herë ndodh kjo.

Nuk jam e sigurt për lëvizjet, por thjesht ndiej se diçka nuk shkon. Çfarë duhet të bëj?

Ti e njeh më mirë trupin tënd dhe shtatzëninë tënde.

Nëse mendon se diçka nuk shkon, kontaktoni pavijonin e maternitetit dhe u thoni atyre se do të vini. Duhet ta bëni këtë edhe nëse nuk mund ta shpjegoni saktësisht pse mendoni se diçka nuk shkon.



Telefononi pavijonin tuaj të maternitetit dhe shkoni menjëherë për t'u kontrolluar nëse:

- foshnja juaj lëviz më pak se normalja
- lëvizjet ndihen më të dobëta se normalja
- lëvizjet kanë ndaluar

- **Mos prisni deri ditën tjetër për t'u kontrolluar.** Pavijoni i maternitetit është e hapur 24 orë në ditë, 7 ditë të javës. Mund të telefononi dhe të kontrolloni në çdo kohë të ditës ose të natës.

Nëse jeni larg shtëpisë, mund të kontaktoni çdo pavijon materniteti.

- **Mos bëni** asgjë për të provuar ta bëni fëmijën tuaj të lëvizë.
- **Mos përdorni** doppler në shtëpi, monitorë dore ose aplikacione telefoni për të kontrolluar rrahjet e zemrës së foshnjës suaj. Edhe nëse dëgjoni një rrahje zemre, kjo nuk do të thotë që foshnja juaj është mirë.

Lexoni më shumë rreth lëvizjeve të foshnjës suaj gjatë shtatzënisë



Çfarë do të ndodhë kur të kontrollohem në spital?

Nëse nuk i kryeni këto kontrolle dhe analiza, duhet t'i kërkon. Tregojini këtë fletëpalosje mami së ose mjekut tuaj.

Nëse mjeku ose mamia juaj dëshiron të bëjë kontrolle të ndryshme, ata duhet të shpjegojnë arsyen mjekësore pse. Ju sërish mund të kërkon kontrollet dhe analizat në këtë fletëpalosje.

24-26 javë shtatzënë

Një mami ose mjek do të:



dëgjoni rrahjet e zemrës së foshnjës suaj



pyesni për lëvizjet e foshnjës suaj



kontrolloni tensionin e gjakut



kontrolloni urinën tuaj



kontrolloni madhësinë e barkut tuaj

26 javë e tutje

Një mami ose mjek **gjithashtu** do të:



Monitoroni rrahjet e zemrës dhe lëvizjet e foshnjës suaj duke përdorur një monitor CTG - një pajisje që është e lidhur në stomakun tuaj dhe tregon rrahjet e zemrës së foshnjës suaj.



Çfarë do të ndodhë më pas?

Nëse mjeku ose mamia juaj kanë ndonjë shqetësim, ata do të flasin me ju për atë që duhet të ndodhë më pas.

Nuk duhet të dërgoheni në shtëpi derisa:

- Lëvizjet e foshnjës suaj janë qetësuese për ju
- çdo test tregon se ju dhe foshnja juaj jeni mirë në atë kohë

Nëse testet tregojnë ndonjë problem, nuk duhet të dërgoheni në shtëpi pa një plan të qartë.

Falenderojmë organizatat e mëposhtme për mbështetjen e zhvillimit të kësaj fletëpalosjeje:

