Tommy's
The pregnancy and baby charity

NHS

Gujarati

તમારું શિશુ હલનચલન કરે છે તેવી અનુભૂતિ થવી બતાવે છે કે તે સ્વસ્થ છે.

મોટાભાગની મહિલાઓ અને બાળકને જન્મ આપનારી વ્યક્તિઓને તેમના શિશુનું હલનચલન અનુભવાવાની શરુઆત ગર્ભાવસ્થાના 16 અને 24 મા અઠવાડિયા વચ્ચે થાય છે.

હલનચલન સામાન્ય હોવાનું બતાવતા કોઈ આંકડા નિર્ધારિત કરેલા નથી. દરેક શિશુ પોતાની રીતે અલગ હોય છે.

16-24 મા અઠવાડિયાથી લઈને 32 મા અઠવાડિયા સુધી તમને તમારા શિશુનું હલનચલન સતત વધતું જતું હોવાનું અનુભવાવું જોઈએ.

ત્યારથી લઈને, શિશુનો જન્મ થાય ત્યાં સુધી અને પ્રસૂતિ દરમ્યાન પણ હલનચલન લગભગ એકસરખું રહેવું જોઈએ.

મારું શિશુ હલનચલન કરતું હોય તે શા માટે અગત્યનું છે?

ક્યારેક, જે શિશુને ઑક્સિજન ઓછો મળતો હોય તે ઓછું હલનચલન કરતું હોય છે. ઓછું હલનચલન કરતાં બાળકોમાંના થોડાં બાળકો કસુવાવડમાં પરિણમે છે (આનો અર્થ છે કે તેઓ પ્રસૂતિ પહેલાં જ મૃત્યુ પામે છે).

આથી, જો તમારી ગર્ભાવસ્થા અત્યાર સુધી સામાન્ય રહી હોય અથવા તમને અત્યાર પહેલાં કોઈ સમસ્યાઓ ન થઈ હોય તો પણ તરત જ તપાસ કરાવી લેવી અગત્યની છે.

મારી તપાસ થઈ જાય તે પછી મારા શિશુનું હલનચલન ઓછું થાય તો શું કરવું?

તરત જ તમારા મેટરનિટી યુનિટનો સંપર્ક કરો.
જો તમે એ જ દિવસે પહેલાં તપાસ કરાવડાવી હોય અથવા તાજેતરમાં તમને તમારું શિશુ સ્વસ્થ હોવાનું જણાવાયું હોય, તો પણ તપાસ કરાવડાવશો.

આવું ભલે ગમે તેટલી વખત થાય, દર વખતે તપાસ કરાવડાવો.

હું હલનચલન બાબતે ચોક્કસ નથી, પરંતુ મને બસ એવું લાગે છે કે કંઈક ગરબડ છે. મારે શું કરવું જોઈએ?

તમારા શરીર અને તમારી ગર્ભાવસ્થા વિશે સૌથી વધુ તમે જ જાણતા હોવ.

જો તમને લાગે કે કંઈક ગરબડ છે, તો તમારા મેટરનિટી યુનિટનો સંપર્ક કરો અને તેમને જણાવો કે તમે ત્યાં આવી રહ્યાં છો.
જો તમે ખરેખર શું ગરબડ છે એ સચોટપણે ન સમજાવી શકતા હોવ તો પણ તમારે તેમનો સંપર્ક કરવો જોઈએ.

જો નીચે જણાવેલામાંથી કંઈ અનુભવાય તો તમારા મેટરનિટી યુનિટને કૉલ કરો અને તરત જ તપાસ કરાવવા જાઓ:

- તમારું શિશુ હંમેશા કરતાં ઓછું હલનચલ કરે છે
- હલનચલન સામાન્ય કરતાં નબળું લાગે
- હલનચલન અટકી ગયું હોય

- **તપાસ કરાવડાવવા માટે આગલા દિવસ સુધી રાહ ન જોશો. મેટરનિટી યુનિટ દિવસના 24 કલાક, અઠવાડિયાના 7 દિવસ ખુલ્લું હોય છે. તમે દિવસે કે રાત્રે કોઈપણ સમયે કૉલ કરીને તપાસ કરાવડાવી શકો છો.**

  જો તમે ઘરથી દૂર હોવ, તો તમે કોઈપણ મેટરનિટી યુનિટનો સંપર્ક કરી શકો છો.

- તમારા શિશુને હલનચલન કરાવવા માટે જાતે કંઈપણ **કરશો નહિ**.
- તમારા શિશુના હૃદયના ધબકારા તપાસવા માટે ઘરે હોય તેવા ડોપ્લર્સ, હાથમાં પકડીને વાપરવાના મોનિટર્સ કે ફોન ઍપ્સનો ઉપયોગ **કરશો નહિ**. તમને હૃદયના ધબકારા સંભળાય, તો પણ એનો અર્થ એવો નથી થતો કે તમારું શિશુ સ્વસ્થ છે.

ગર્ભાવસ્થા દરમ્યાન તમારા શિશુના હલનચલન વિશે વધુ જાણકારી વાંચો

Tommy's

The pregnancy and baby charity

NHS

Gujarati

હૉસ્પિટલમાં મારી તપાસ વખતે શું થશે?

જો તમારે માટે આ તપાસ અને પરીક્ષણો ન કરવામાં આવે, તો તમારે તેમને તે કરવા માટે કહેવું જોઈએ. આ લીફલેટ તમારા મિડવાઇફ અથવા ડૉક્ટરને બતાવો.

જો તમારા ડૉક્ટર અથવા મિડવાઇફ કોઈ અલગ તપાસ કરવા માંગતા હોય, તો તેમણે આને માટેનું તબીબી કારણ સમજાવવું જોઈએ. તે છતાં તમે આ લીફલેટમાં જણાવેલી તપાસ અને પરીક્ષણો કરવા પણ કહી શકો છો.

24-26 અઠવાડિયાની ગર્ભાવસ્થા

મિડવાઇફ અને ડૉક્ટર આમ કરશે:

- તમારા શિશુના હૃદયના ધબકારા સાંભળશે
- તમારા શિશુના હલનચલન વિશે જાણકારી પૂછશે
- તમારું બ્લડ પ્રેશર (રક્તદાબ) તપાસશે
- તમારા પેશાબની તપાસ કરશે
- તમારું પેટ કેટલું વધ્યું છે તે કદ તપાસશે

26 અઠવાડિયાથી આગળ

મિડવાઇફ અથવા ડૉક્ટર આમ પણ કરશે:

- તમારા પેટ સાથે બાંધેલા અને તમારા શિશુના હૃદયના ધબકારા બતાવતા મશીન - CTG મોનિટર વડે તમારા શિશુના હૃદયના ધબકારા પર દેખરેખ રાખશે.

ત્યાર પછી શું થશે?

જો તમારા ડૉક્ટર અથવા મિડવાઇફને કોઈ ચિંતાઓ હોય, તો તેઓ આગળ શું કરવું જોઈએ તે વિશે તમારી સાથે ચર્ચા કરશે.

નીચે જણાવેલી બાબતો ન થાય ત્યાં સુધી તમને ઘરે ન મોકલાવા જોઈએ:

- તમારા શિશુનું હલનચલન તમને પાછી ધરપત આપતું બની જાય
- કોઈ પરીક્ષણો બતાવે કે તમે અને તમારા શિશુ તે સમયે સ્વસ્થ છો

જો પરીક્ષણોમાં કોઈ સમસ્યાઓ જણાય, તો તમને કોઈ નિશ્ચિત યોજના વિના ઘરે ન મોકલાવા જોઈએ.

આ લીફલેટ તૈયાર કરવામાં ટેકા બદલ નિમ્નલિખિત સંસ્થાઓનો આભાર:

FIVEXMORE

KICKS COUNT™ empowering mums-to-be with knowledge & confidence

MAMA Academy The Safer Pregnancy Charity

sands Saving babies' lives. Supporting bereaved families.

Trusted Information Creator Patient Information Forum

પ્રતિસાદ pregnancyinfo@tommys.org પર આપો

ટોમીઝ એ નંબર 1060508 અને SC039280 થી નોંધાયેલી સખાવત સંસ્થા છે
જાન્યુઆરી 2026 માં સમીક્ષા થઈ. આગામી સમીક્ષા જાન્યુઆરી 2029

વધુ જાણકારી અહીં મળશે
www.tommys.org/pregnancy-information