

Prenatal Care

Prenatal care is the health care you get while pregnant. Schedule a prenatal visit as soon as you think that you are pregnant. These visits help you have a healthy pregnancy and can help find problems before they become serious for you or your baby. Your doctor will want to see you every 4 to 6 weeks for the first 6 months of pregnancy. You will need to see your doctor more often during the last three months of pregnancy.

This is a guide. If you have problems, the doctor may want to see you more often or do more tests.

What to Expect at Your Prenatal Visits

Your First Visit

Your **first visit** will be your longest visit. During this visit:

- Your height, weight and blood pressure are checked.
- Your blood is drawn to check for diseases and low iron levels.
- You will need to give a urine sample to check for infection, sugar and protein.
- You will be given a due date, an estimate of the day your baby will be born.
- You will be asked questions about you, your partner, family members, and medicines and herbs you are taking.
- Your doctor will do a physical exam including a pelvic exam with pap smear.
- The doctor will tell you to start taking a prenatal vitamin with folic acid.
- Make an appointment for your next visit.

رعاية ما قبل الولادة

رعاية ما قبل الولادة هي الرعاية الصحية التي تتلقاها أثناء الحمل. حددى مواعيد ثابتة للزيارات الطبية قبل الولادة بمجرد اعتقادك بأنك حامل. تساعدك هذه الزيارات الطبية على الحمل الصحي كما يمكنك من التعرف على المشاكل قبل أن تمثل خطراً عليك أو على طفلك. سيطلبك الطبيب بزيارته للكشف عليك كل أربعة إلى ستة أسابيع في الشهور الستة الأولى من الحمل. وستحتاجين إلى زيارة الطبيب أكثر من ذلك أثناء الشهور الثلاثة الأخيرة من الحمل. طبيبك هو دليلك. إذا كنت تعانين من مشاكل صحية، فقد يطالبك الطبيب بزيارته لمرات عديدة أو إجراء المزيد من التحاليل.

الأشياء المتوقعة في زيارات ما قبل الولادة

الزيارة الأولى

ستكون زيارتك الأولى هي أطول زيارة. أثناء هذه الزيارة:

- يتم قياس طولك ووزنك ونسبة ضغط دمك.
- سوف يتم أخذ عينة دم لفحص الأمراض ومستويات الحديد المنخفضة.
- سيطلب منك تقديم عينة بول لتحليلها لمعرفة إذا كان هناك أي عدوى ومعرفة نسبة السكر والبروتين في جسمك.
- سوف يذكر لك الطبيب موعد ولادة الجنين، وهو مجرد تقدير مبدئي لليوم الذي سيولد فيه المولود.
- سوف يتم توجيه بعض الأسئلة إليك عن نفسك وزوجك وأعضاء أسرتك والأدوية والأعشاب التي تتناولها.
- سوف يجري لك الطبيب فحصاً يتضمن فحصاً لعنق الرحم.
- سوف يخبرك الطبيب بالبدء في تناول فيتامينات الحمل الغنية بحمض الفوليك.
- سيتم تحديد موعد لزيارتك التالية.

At All Prenatal Visits

- Your blood pressure, weight, urine, and general health are checked.
- Your baby's heart rate and growth are checked.
- Other tests such as a blood test or an ultrasound may be done.
- **Ask questions and share any concerns about yourself and your baby.**

Tests

You may have these tests:

- **Blood tests to check for:**
 - ▶ Blood type
 - ▶ A protein called Rh factor. This blood test checks to see if you are Rh positive or negative.
 - ▶ Iron level
 - ▶ Hepatitis B
 - ▶ Antibodies to show you are immune to German measles (rubella)
 - ▶ Antibodies to show you are immune to chickenpox (varicella)
 - ▶ Cystic fibrosis
 - ▶ Sickle cell anemia
 - ▶ Syphilis
 - ▶ Some types of birth defects in your baby. This test is called a **quad screen** and is a group of blood tests that check for increased risk of some types of birth defects in your baby. This test includes an alpha fetoprotein (AFP) test. The quad screen is done between 15 and 20 weeks of pregnancy.
 - ▶ Gestational diabetes. The test is called **Glucose Tolerance Test (GTT)** or **Glucose Screening Test**. It is done between 24 and 28 weeks of pregnancy to check for high blood sugar in pregnancy. You are given a sweet soda to drink and then samples of your blood are taken.

في جميع زيارات ما قبل الولادة:

- يتم قياس ضغط الدم والوزن وفحص البول والصحة العامة.
- يتم قياس معدل نبضات قلب الطفل ونموه.
- قد يتم إجراء تحاليل أخرى مثل تحليل الدم أو عمل موجات فوق صوتية.
- وجهي الأسنان وأطلعينا على أية مخاوف بشأنك أو بشأن طفلك.

الاختبارات

قد تجرى لك الاختبارات التالية:

• اختبارات الدم لفحص:

- ◀ فصيلة الدم
- ◀ بروتين يسمى معامل Rh. يتيح هذا الاختبار معرفة ما إذا كان معامل Rh لديك موجباً أم سالباً.
- ◀ مستوى الحديد
- ◀ الالتهاب الكبدي الوبائي ب
- ◀ الأجسام المضادة لإظهار أنك محصنة ضد الحصبة الألمانية (روبيلا)
- ◀ الأجسام المضادة لإظهار أنك محصنة ضد الجدري (فاريسيلا)
- ◀ تليف المثانة
- ◀ أنيميا الخلايا المنجلية
- ◀ الزهري
- ◀ بعض أنواع عيوب الولادة لدى طفلك. ويُطلق على هذا الاختبار اسم الاختبار الرباعي وهو عبارة عن مجموعة من اختبارات الدم التي تفحص زيادة مخاطر بعض أنواع عيوب الولادة في طفلك. ويشمل هذا اختبار ألفا فيتو بروتين (AFP). يتم إجراء الاختبار الرباعي بين 15 و 20 أسبوع من الحمل.
- ◀ سكري الحمل. يطلق على هذا الاختبار تحليل تحمل الجلوكوز (GTT) أو اختبار فحص الجلوكوز. وسيتم إجراؤه بين 24 و 28 أسبوع من الحمل لفحص ارتفاع السكر بالدم خلال الحمل. سوف يقدم لك مشروب الصودا المحلاة لتشر بينه ليتم بعد ذلك أخذ عينات الدم.

- ▶ HIV. Mothers can pass this infection to their babies during pregnancy, labor and breastfeeding. All pregnant women are encouraged to get this blood test. You may be asked to sign a consent form before the test. Test results are confidential.
- **Amniocentesis:** This test checks for genetic diseases and is often done between 15 and 20 weeks of pregnancy. The doctor puts a needle through the woman's abdomen to remove a small amount of amniotic fluid. The fluid is sent to a lab for testing.
- **Chorionic Villus Sampling (CVS):** This test is an alternative to the amniocentesis test. A sample of cells is removed from the placenta to check for genetic diseases. This test can be done earlier in pregnancy (at 10 to 12 weeks), but the risks of this test are higher.
- **Group B Streptococcus (GBS):** GBS is a common bacteria found in the vaginas of women. It can cause infection in the baby. This test involves swabbing the vagina and rectum, usually between 35 and 37 weeks of pregnancy.
- **Tests to monitor fetal health:**
 - ▶ Fetal Movement Count – This test is done at home. You lie on your side and count how long it takes your baby to have 10 movements.
 - ▶ Ultrasound – You will have at least 1 ultrasound during your pregnancy, often at 18 to 20 weeks of pregnancy. Your doctor may want to do more ultrasounds to check your baby's growth or condition.
 - ▶ Doppler Ultrasound – This test is done to check blood flow to the baby.
 - ▶ Non-Stress Test – This test measures the baby's heart rate in response to his or her movements. This test is painless and involves putting patches on the mother's abdomen.
 - ▶ Biophysical profile – This test involves monitoring the baby's heart rate as well as doing an ultrasound.
 - ▶ Modified biophysical profile – This test involves monitoring the baby's heart rate as well as doing an ultrasound. Amniotic fluid is also checked.

◀ نقص المناعة المكتسبة "HIV". يمكن للأم نقل هذه العدوى إلى طفلها أثناء الحمل والولادة والرضاعة من الثدي. ونحن نحث جميع النساء الحوامل على إجراء تحليل الدم هذا. وقد يُطلب منك التوقيع على نموذج موافقة قبل الاختبار. علماً بأن نتائج الاختبار سرية.

- سحب عينة من السائل الأمنيوسي المحيط بالجنين: يحدد هذا الاختبار الأمراض الوراثية ويتم إجراؤه في الغالب بعد مرور 15 و20 أسبوعاً على الحمل. يضع الطبيب إبرة في بطن المرأة لسحب كمية صغيرة من السائل الأمنيوسي. يتم إرسال السائل إلى المعمل لتحليله.
- عينة الزغابات المشيمية (CVS): وهذا الاختبار بديل لاختبار سحب عينة من السائل الأمنيوسي. يتم إزالة عينة من خلايا المشيمة لفحص الأمراض الوراثية. ويمكن إجراء هذا الاختبار في وقت مبكر من الحمل (في الأسابيع 10 إلى 12)، لكن مخاطر هذا الاختبار مرتفعة.
- عقديبة المجموعة ب (GBS): عقديبة المجموعة ب هي بكتيريا شائعة توجد في مهبل المرأة. ويمكن أن تؤدي إلى إصابة الطفل بالعدوى. ويشمل هذا الاختبار أخذ عينة من المهبل والمستقيم، وعادة ما يكون ذلك بين الأسابيع 35 و37 من الحمل.
- اختبارات مراقبة صحة الجنين:

- ◀ عد حركة الجنين – يتم القيام بهذا الاختبار في المنزل. تستلقيين على جانبك وتعددين طول الفترة التي تستغرقها 10 حركات من الجنين.
- ◀ الموجات فوق الصوتية – سوف تخضعين لاختبار واحد على الأقل بالموجات فوق الصوتية أثناء حملك، غالباً عند الأسابيع من 18 إلى 20 من الحمل. قد يرغب طبيبك في إجراء المزيد من اختبارات الموجات فوق الصوتية لمعرفة نمو طفلك وحالته.
- ◀ موجات دوبلر فوق الصوتية – يتم إجراء هذا الاختبار لمعرفة تدفق الدم إلى الطفل.
- ◀ اختبار عدم الإجهاد – يقيس هذا الاختبار معدل نبض قلب الطفل استجابة لحركاته. هذا الاختبار غير مؤلم ويتضمن وضع رُقَع على بطن الأم.
- ◀ معلومات البيولوجيا الفسيولوجية – يتضمن هذا الاختبار مراقبة معدل نبض قلب الطفل وكذا إجراء اختبار بالموجات فوق الصوتية.
- ◀ معلومات البيولوجيا الفسيولوجية المعدلة – يتضمن هذا الاختبار مراقبة معدل نبض قلب الطفل وكذا إجراء اختبار بالموجات فوق الصوتية. يتم أيضاً فحص السائل الأمنيوسي.

- ▶ Contraction Stress Test – This test measures the baby’s heart rate when the uterus contracts.

At anytime during your pregnancy, call your doctor right away if:

- Your membranes or bag of water break or leak.
- You have any vaginal bleeding.
- You have cramping or contractions that occur more than 4 to 6 times in an hour.

2007 – 11/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children’s Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

◀ اختبار إجهاد الانقباض – يقيس هذا الاختبار معدل نبض قلب الطفل عند انقباض الرحم.

يرجى الاتصال بطبيبك على الفور في أي وقت أثناء الحمل في الحالات التالية:

- تمزق الأغشية أو الكيس المائي أو تسرب محتواه.
- الإصابة بأي نزيف مهبلية.
- المعاناة من تقلص مؤلم في العضلات أو انقباضات تحدث لأكثر من 4-6 مرات في خلال ساعة واحدة.

2007 – 11/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Prenatal Care. Arabic.