ነፍሰጾር ምስ እትኾኒ ዝግበር ናይ ገዛ ምብጻሕ

ብሓባር ብምኽኗን ንዘለዉ ተኽእሎታት ምርኣይ

ሓበሬታዊ-ማህደር

Nederlands Centrum Jeugdgezondheid

JGZ ALMERE

Voor een kansrijke generatie in Almere

ነፍሰጾር ምኽንን ሻቕሎታትን?

ነፍሰጾር ምኳን ፍሉይ ዝኾነ ተሞክሮ እዩ። እንታይ ጥዕና ዘለዎ ምኳኑን ዘይምኳኑን ንበዓልቲ-ሞያ ሕርሲ ክትሓቲ ትኽእሊ ኢኺ።
ሓደ ሓደ ጊዜ ካልእ ሕቶታት ሕቶታት ክህልወኪ ይኽእል እዩ። ምናልባት ብዛዕባ ገንዘብ፣ ንቆልዓኺ ብኸመይ ከተዕብይዮ ከም እትኽእሊ፣ ወይ ብዛዕባ ምስ መጻምድትኺ ወይ ስድራኺ ዘለኪ ግርጭት ብዝምልከት ሻቕሎታት ይህልወኪ ይኸውን።

ብዛዕባ እዚኦም ሕቶታት ወይ ሻቕሎታት ብዝምልከት፣ ድሮ ነፍሰጾር ኣብ ዘለኽሉ እዋን ምስ እትዘራረብሎም ጽቡቕ እዩ። ከምኡ እውን ሓገዝ ክትረኽቢ ንኽትኽእሊ ጽቡቕ እዩ። ንዓኺ ብዝሰማማዓኪ ኣገባብ። ንሕቶታትኪ ክምልሰልክን፣ ከምኡ እውን ምሳኺ ብምሕሳብ ክሕግዘክን ዝኽእል ሰብ። ከምኡ ምስ እትገብሪ፣ ዝያዳ ምቑእነት ይስምዓኪ። ከምኡ እውን እዚ ነቲ ሕጻን እውን ይስምዮ እዩ።

ንሕና ኣብ ኔዘርላንድ ንኹሎም ቆልዑት ዝበለጸ ንክኾነሎም ንደልይ ኢና። ከምኡ እውን እዚ ድሮ ካብ እዋን ጥንሲ ይጅምር። በዓልቲ-ሞያ ሕርሲን ክንክን መወልዳንን ድማ፣ ብዛዕባ ኹሉ ነገር ጽቡቕ ምህላውክን ዘይምህላውክን ክከታተላኺ እየን። ንዓኺ ንምሕጋዝ ድማ ዘለዉ ተኽእሎታት ከናድያ እየን።

ሓደ ሓደ ግዜ በዓልቲ-ሞያ ሕርሲን ክንክን መወልዳንን ክሕግዛኺ ዘይክእላ ክኾና ይኽእላ እየን።

ከምኡ ምስ ዝኸውን፣ ነርስ-ቆልዑት ምናልባት ክትሕግዘኪ ትኽእል እያ። ስለዚ ብነርስ-ቆልዑት ንዝግበር ናይ ገዛ ምብጻሕ ኣብ ጥቕሚ ከተውዕልዮ ትኽእሊ ኢኺ። እዚ ይፍቐድ እዩ፣ ግን ድማ ናይ ግድን ኣይኮነን።
ብርግጽ፣ እቲ ብበዓልቲ-ሞያ ሕርሲን ክንክን መወልዳንን ዝግበር ክንክን ብንቡር ይቕጽል እዩ።

ከምዚ ዝበለ ናይ ገዛ ምብጻሕ ኣብ እዋን ጥንሲ ብኸመይ ይካየድ?

ርክብ

ኣበይ ቆጸራ ክትገብሪ ትደልዪ? እታ ነርስ-ቆልዑት ናብ ገዛኺ ክትመጽኣኪ ትኽእል እያ፣ ግን ድማ ኣብ ዝኾነ ካልእ ቦታ እውን ቆጸራ ክትገብሪ ትኽእሊ ኢኺ። መብዛሕትኡ ግዜ ኣብ ገዛ ዝያዳ ደስ ይብል፣ ምኽንያቱ ክትጎዓዚ ኣየድልየክን፣ ከምኡ እውን ኣብ ናይ ባዕልኺ ከባቢ ስለ እትኾኒ።

- ኣብ ዝኾነ ካልእ ቦታ ዲኺ ትመርጺ? ከምኡ ምስ ዝኸውን፣ ብዛዕብኡ ነታ ነርስ-ቆልዑት ሓብርያ።
- ኣብቲ ቆጸራ ምሳኺ ንኽህልዉ ንመጻምድትኺ፣ ንኣዴኺ ወይ ንዝኾነ ካልእ እትኣምንዮ ሰብ ክትሓቲ ትኽእሊ ኢኺ።

ዝርርብ

ንስኽን ስድራኽን ከመይ ከም ዘለኹም ብዝምልከት ምስ ነርስ-ቆልዑት ትመያየጢ። ነቲ ኩነት ክትገልጽዮ ትኽእሊ ኢኺ። ከምኡ እውን ሕቶታትክን ሻቕሎታትኪን ንገሪ።

ውጥን

ሓደ ሓደ ጊዜ እቲ ዝርርብ ኣዝዩ ሓጋዚ ብምዃኑ፣ ጸገምኪ ባዕልኺ ክትፈትሕዮ ክትደልዪ ኢኺ። እንተድኣ ዳሕራይ ገና ሕቶታት ኣለዉኺ ኮይኖም ድማ፣ ንነርስ-ቆልዑት ክትድውልላ ወይ መልእኽቲ ኢ-መይል ክትልእክላ ትኽእሊ ኢኺ።

ሓሓሊፉ ካብ ሓደ ዝርርብ ንላዕሊ የድልይ እዩ፡

- ሕጂ ብኸመይ ከም ዝቕጽል ድማ ንስኽን ነርስ-ቆልዑትን ብሓባር ውጥን ተዳልዋ።
- ሓደ ሓደ ግዜ ተወሳኺ ሓገዝ የድልይ እዩ። ከምኡ ምስ ዝኸውን፣ እታ ነርስ-ቆልዑት ጽቡቕ ሓገዝ ንኽትረኽቢ ክትሕግዘኪ እያ። ከምኡ እውን ኣብኡ ንኽትምዝገቢ ትሕግዘኪ።

ዝስዕብ ቆጸራ

ነርስ-ቆልዑትን ንስኽን ዝስዕብ ቆጸራ ክትገብራ ኢኽን። እዚ ድማ እቲ ውጥን ብጽቡቕ ይሰርሕ ምህላዉን ዘይምህላዉን ንምርኣይ እዩ። ንስኽን ስድራኽን ከመይ ከም ዘለኹም ንምርኣይ እውን።

ብነርስ-ቆልዑት ናይ ገዛ ምብጻሕ ንኽግበረልኪ ትደልዪ ዲኺ?

ናይ ገዛ ምብጻሕ ንኽግበረልኪ ትደልዪ እንተድኣ ኮይንኪ፣ ኣብዚ ታሕቲ ንዝርከብ መርበብ-ሓበሬታ ተመልከቲ።
ኣብቲ መርበብ-ሓበሬታ ድማ ክትምዝገቢ ትኽእሊ ኢኺ።
እንተድኣ ምስ ናትኪ በዓልቲ-ሞያ ሕርሲ ወይ ምስ ዝኾነ ካልእ ሰብ ብሓባር ብምኳን ክትምዝገቢ ትደልዪ ኮይንኪ ድማ፣ ንኽሕግዙኺ ሕተቲ።
ብድሕሪኡ እታ በዓልቲ-ሞያ ሕርሲ፣ ቆጸራ ንምግባር ክትድውለልኪ ወይ መልእኽቲ ኢ-መይል ክትልእከልኪ እያ። እቲ ዝግበር ናይ ገዛ ብምጻሕ ብዘይ ክፍሊት ብነጻ እዩ።

ብዛዕባ ናይ ገዛ ምብጻሕ ዝምልከት ሕቶታት ኣለኪ ድዩ?

ብዛዕባ ናይ ገዛ ምብጻሕ ዝምልከት ሕቶታት ምስ ዝህልወኪ፣ ክትድውሊ ወይ ናብዚ ኣብ ታሕቲ ተጠቒሱ ዝርከብ ኣድራሻ መልእኽቲ ኢ-መይል ክትልእኪ ትኽእሊ ኢኺ። ብዛዕባ ክንክን ጥዕና ቆልዑትን መንእሰያት ተወሳኺ ሓበሬታ ትደልዪ ዲኺ? ስለዚ ኣብ መርበብ-ሓበሬታ ናይቲ ተቕዋም ተመልከቲ።

መወከሲ ሓበሬታታት

ተቕዋም ክንክን ጥዕና ቆልዑትን መንእሰያትን [JGZ]:

JGZ Almere

መርበብ-ሓበሬታ:

www.jgzalmere.nl/zwanger/huisbezoek-bij-zwangerschap

ዝርከበሉ ኣገባብ

ኢ-መይል:

ተሌፎን:

088 002 99 90