

## शोध से पता चलता है कि:

जटिलताओं के कम खतरे वाली एक जैसी महिलाओं की तुलना करते समय; अस्पताल में प्रसव के बजाय घर में जन्म देने का इरादा रखने वाली महिलाओं में:

- > 85-90% महिलाओं की अधिकतर सामान्य प्रसव की संभावना होती है
- > प्रसव और जन्म में हस्तक्षेपों की कम संभावना होती है जैसे कि प्रसव-पीड़ा को बढ़ाने के लिए दवाई, एपिडूरल से पीड़ा-नाश, भगछेदन (एपिसीयाटमी), उपकरणों के साथ सहायता, जैसे चिमटी और / या सीज़ेरियन सेक्शन
- > जन्म के बाद गंभीर सीवन (पेरीनल) आघात या रक्तस्राव का अनुभव करने की संभावना कम होती है
- > स्तनपान जल्दी शुरू कराने और लंबे समय तक स्तनपान कराने की अधिक संभावना होती है

## उनके बच्चों को:

- > नर्सरी में जाने की आवश्यकता कम होने की संभावना है
- > गर्भपात और नवजात मौत का समान खतरा है

## अस्पताल में स्थानांतरण:

- > यदि आपका पहला बच्चा है, तो उन औरतों जिनके दूसरे या उसके बाद बच्चे (लगभग 30% बनाम 10%) होने की तुलना में गर्भावस्था, प्रसव-पीड़ा या जन्म के बाद अस्पताल में स्थानांतरण की आवश्यकता की अधिक संभावना होती है। परिणामस्वरूप आपके बच्चे को और अधिक जटिलताएं हो सकती हैं, लेकिन समय जोखिम कम रहता है।

## यदि आप पर निम्नलिखित सभी लागू होते हैं तो आप अपने बच्चे को घर पर जन्म देने की योजना बना सकते हैं:

- > आप केवल एक (1) बच्चे के साथ गर्भवती हैं
- > आपका कोई चिकित्सीय कारण नहीं है जो आपको घर पर जन्म देने से रोक देगा
- > आपका वजन 100 किलो या उससे कम है और आपका बीएमआई (बॉडी मास इंडेक्स) 35 किलो / एम 2 या उससे कम है
- > आपका पहले सीज़ेरियन सेक्शन नहीं हुआ है
- > आपको पिछले प्रसव में महत्वपूर्ण समस्याएं नहीं हुईं (उदाहरण के लिए जन्म के बाद लीटर से अधिक रक्तस्राव)
- > आपने गर्भावस्था में मधुमेह के लिए स्क्रीनिंग की है और आपको अनियंत्रित चीनी के स्तर के लिए दवा की आवश्यकता नहीं है
- > आपने आकृति (मॉर्फोलॉजी) अल्ट्रासाउंड करवाया है जिसमें कोई महत्वपूर्ण जटिलता नहीं है
- > आपकी गर्भावस्था जटिलताओं के बिना सामान्य रही है
- > आप 37 सप्ताह से अधिक लेकिन 42 सप्ताह से कम गर्भवती हैं
- > प्रसव शुरू होने से पहले आपके बच्चे का सिर नीचे है
- > आप प्रसव- पीड़ा के लिए दर्द राहत दवा नहीं चाहती हैं
- > आपके अजन्मे बच्चे के लिए कोई बाल संरक्षण चिंता नहीं
- > यदि आवश्यक हो तो आप अस्पताल में जाने के लिए एम्बुलेंस परिवहन की लागत को कवर करने के लिए तैयार हैं
- > आपको होम क्लीनिकल डायरेक्टिव पर एसए हैल्थ नियोजित जन्म के बारे में सूचित किया गया है, अपनी

दाई के साथ चर्चा की है और नियोजित गृह जन्म के लिए सहमति पत्र पर हस्ताक्षर किए हैं

## आप घर पर अपने बच्चे को जन्म देने की योजना बना सकते हैं अगर आपका घर:

- > एम्बुलेंस द्वारा सहायक अस्पताल जाने के लिए यात्रा का समय तीस (30) मिनट से कम है
- > विश्वसनीय दूरसंचार है; 'क्वरेज' के साथ लैंडलाइन या मोबाइल है
- > आवश्यकता पड़ने पर एम्बुलेंस की आसान पहुंच है
- > साफ़ चलता पानी और बिजली है
- > साफ़ है
- > जहाँ जानवरों को सुरक्षित रखने के लिए एक क्षेत्र है जो प्रसव स्थान से परे हो
- > आपको यह सुनिश्चित करने की भी आवश्यकता होगी कि घर में अन्य बच्चों या आश्रित व्यक्तियों की देखभाल करने के लिए आपके बजाय कोई अन्य व्यक्ति है, और आपको घर पर सहायता प्राप्त है, विशेष रूप से जन्म के पहले 24 घंटों के बाद।

## प्रसवकाल के दौरान या जन्म के बाद आपको अस्पताल में स्थानांतरित करने की ज़रूरत हो सकती है यदि:

- > आपकी दाई द्वारा अपेक्षित आप प्रसव में प्रगति नहीं कर पा रही हैं
- > जन्म के दौरान या जन्म के तुरंत बाद प्रसव में कोई अन्य जटिलताएं विकसित होती हैं
- > प्रसव, जन्म या आपके बच्चे के जन्म के बाद आपके बच्चे की भलाई के लिए चिंता है

आपको अपनी दाई की सलाह स्वीकार करने के लिए तैयार रहना चाहिए, यदि उसे लगता है कि आपको अस्पताल में स्थानांतरित करना आवश्यक है। इस के कारणों की आपकी दाई के साथ पहले से चर्चा की जा सकती है और ये होम क्लीनिकल डायरेक्टिव में नियोजित जन्म में सूचीबद्ध हैं।

## घर पर जन्म क्यों?

आपके बच्चे का जन्म अपने निकटतम लोगों के साथ साझा करने के लिए एक सुखद और अंतरंग अनुभव है। यह कोई आश्चर्य की बात नहीं है, कि कुछ महिलाओं की तरह, आप अपने घर के आराम और गोपनीयता में जन्म देना चाहती हैं।

जिन महिलाओं ने घर पर जन्म दिया है, वे स्वयं को दृढ़ संकल्प और जन्म प्रक्रिया और उनके पर्यावरण में अधिक नियंत्रण होने की भावना का वर्णन करती हैं, जो कभी-कभी अस्पताल में जन्म के समय होने वाले दबाव और रुकावटों से मुक्त होता है। महिलाएं बताती हैं कि इससे सशक्तिकरण और उपलब्धि की भावना उत्पन्न होती है, जो बदले में प्रसव के अनुभव में संतुष्टि और समग्र मनोवैज्ञानिक स्वास्थ्य में सुधार लाता है।

महिलाएं यह भी बताती हैं कि कैसे उनके साथी और / या करीबी परिवार या दोस्तों की मौजूदगी और भागीदारी आसानी से सुलभ होती है, जो उच्च आश्वासन और समर्थन प्रदान करती है।

घर पर जन्म देने की योजना बनाने पर विचार करने के कई कारक हैं, कुछ व्यक्तिगत और कुछ दक्षिण ऑस्ट्रेलियाई स्वास्थ्य और कल्याण विभाग द्वारा शासित हैं। सरकारी नियोजित पंजीकृत मिडवाइव्स जो नियोजित गृह जन्म में भाग लेती हैं, उन्हें गृह नैदानिक निर्देश और अन्य प्रासंगिक नीतियों (जैसे प्रसव का प्रथम चरण और जल क्लीनिकल निर्देश में जन्म) पर एसए हेल्थ नियोजित जन्म का पालन करना चाहिए।

### अधिक जानकारी के लिए

एसए मातृ, नियोनेटल एंड गायनॉकोलॉजी  
कम्युनिटी ऑफ प्रैक्टिस  
महिलाओं और बच्चों का स्वास्थ्य नेटवर्क  
52 किंग विलियम रोड  
उत्तरी एडीलेड एसए 5006  
[www.sahealth.sa.gov.au](http://www.sahealth.sa.gov.au)

Public-I4-A4



© स्वास्थ्य और एजिंग विभाग, दक्षिण  
ऑस्ट्रेलिया सरकार।

सर्वाधिकार सुरक्षित।

## नियोजित गृह जन्म 2018

क्या आपके घर पर आपके  
बच्चे के जन्म की योजना  
सही है?

महिलाओं के लिए जानकारी