



حاملہ، اگر ڈلیوری 40 ویں ہفتے تک نہیں ہوتی ہے، تو وہ خاتون جہاں صحت کے ادارے میں ڈلیوری ہوگی، بیماریوں کے بارے میں مطلع کیا جانا چاہئے اور فوری طور پر ماہر امراض نسوان کو درخواست دینے کی ضرورت ہے۔



ماں بننے والی؛ صحت مند حمل کے لیے، اپنی اور اپنے بچے کی صحت کی حفاظت کے لیے، اور ابتدائی مرحلے میں ہی خطرناک حالات کا پتہ لگانے کے لیے حمل کے دوران 8 بار ہیلتھ چیک اپ کرنے کی سفارش کی جاتی ہے۔

یہ اشاعت یورپی یونین کے مالی تعاون سے تیار کی گئی ہے۔ اس کے مشمولات صرف جمہوریہ ترکی کی وزارت صحت کی ذمہ داری ہیں اور وہ یورپی یونین کے خیالات کی عکاسی نہیں کرتی۔

مزید معلومات اور قریبی تعاون کے لیے امیگرٹ ہیلتھ سنٹر میں آئیں۔

صحیح جگہ سے اچھی سروس

f @ t v sihatproject

www.sihatproject.org

sihat



This project is funded by the European Union.  
Bu proje Avrupa Birliği tarafından finanse edilmektedir.  
هذا المشروع تم تمويله من قبل الاتحاد الأوروبي

صحت مند پیدائش  
کے لیے کم از کم 4  
حمل کہ فالو اپ



sihat |

## پہلا فالو اپ (پہلا فالو اپ)

یہ حمل کے پہلے 14 ہفتوں کے اندر کیا جانا چاہئے۔ 14 ویں ہفتے کے بعد حاملہ ہونے کا پتہ لگانے میں، حمل کے ہفتے سے قطع نظر کیے جانے والے فالو اپ کو «پہلا فالو اپ» سمجھا جاتا

خون کا ٹیسٹ کیا جاتا ہے۔  
حاملہ خاتون اور اس کے ساتھی کا بلڈ  
گروپ چیک کیا جاتا ہے۔  
روزے میں خون میں شوگر کی جانچ کی  
جاتی ہے  
یورینالیسس کیا جاتا ہے۔

12 ویں ہفتے سے وٹامن ڈی  
اور 12 ویں ہفتے سے آئرن کا  
استعمال تجویز کیا جائے۔ 16

پھکری ماہواری۔  
قد، وزن، بلڈ پریشر کی  
پیمائش  
بچے کے دل کی آواز

## دوسرا فالو اپ 24-18 ہفتے

خون کا ٹیسٹ کیا جاتا ہے۔  
حاملہ عورت اور اس کے ساتھی کا بلڈ گروپ چیک کیا  
جاتا ہے (اگر پہلے فالو اپ میں چیک نہ کیا گیا ہو)  
روزے میں خون میں شوگر کی جانچ کی جاتی ہے  
یورینالیسس کیا جاتا ہے۔

24-28 ہفتوں کے درمیان زبانی گلوکوز رواداری  
ٹیسٹ کے لیے حوالہ  
تشنج کی ویکسینیشن سے پوچھ گچھ کی جانی  
چاہئے اور اگر ضروری ہو تولگایا گاؤ

آخری ماہواری۔  
قد، وزن، بلڈ پریشر کی پیمائش  
بچے کے دل کی آواز

12 ویں ہفتے سے وٹامن ڈی اور  
12 ویں ہفتے سے آئرن کا استعمال  
تجویز کیا جائے۔ 16

آخری ماہواری۔  
قد، وزن، بلڈ پریشر کی پیمائش  
بچے کے دل کی آواز

12 ویں ہفتے سے وٹامن ڈی اور  
12 ویں ہفتے سے آئرن کا استعمال  
تجویز کیا جائے۔ 16

## تیسری فالو اپ 32-28 ہفتے

خون کا ٹیسٹ کیا جاتا ہے۔  
حاملہ عورت اور اس کے ساتھی کا بلڈ  
گروپ چیک کیا جاتا ہے (اگر پہلے فالو اپ  
میں چیک نہ کیا گیا ہو)  
روزے میں خون میں شوگر کی جانچ کی  
جاتی ہے  
یورینالیسس کیا جاتا ہے۔  
تشنج کی ویکسینیشن سے پوچھ گچھ کی  
جانی چاہئے اور اگر ضروری ہو تولگایا گاؤ

خون کا ٹیسٹ کیا جاتا ہے۔  
حاملہ عورت اور اس کے ساتھی کا بلڈ  
گروپ چیک کیا جاتا ہے (اگر پہلے فالو اپ  
میں چیک نہ کیا گیا ہو)  
روزے میں خون میں شوگر کی جانچ کی  
جاتی ہے  
یورینالیسس کیا جاتا ہے۔  
تشنج کی ویکسینیشن سے پوچھ گچھ کی  
جانی چاہئے اور اگر ضروری ہو تولگایا گاؤ

آخری ماہواری۔  
قد، وزن، بلڈ پریشر کی پیمائش  
بچے کے دل کی آواز

12 ویں ہفتے سے وٹامن ڈی اور  
12 ویں ہفتے سے آئرن کا استعمال  
تجویز کیا جائے۔ 16

## چوتھا فالو اپ 36-38 ہفتے

