



Humber and North Yorkshire  
Health and Care Partnership

# Local Maternity and Neonatal System

## A guide to pregnancy

### مقامی زچگی اور نوزائیدہ نظام

### حمل کے لیے ایک گائیڈ

زچگی کی دیکھ بھال فراہم کرتا ہے — بشمول قبل از پیدائش، پیدائش، اور بعد از پیدائش کی NHS: دیکھ بھال — ان خواتین کو مفت فراہم کرتا ہے جو درج ذیل زمروں میں آتی ہیں

برطانیہ میں عام طور پر رہائشی: ایک شخص کو برطانیہ کے اندر قانونی طور پر، رضاکارانہ طور پر اور آباد ہونے کے مقصد کے ساتھ رہنے کی ضرورت ہے۔

کے شہری کسی دوسری یورپی ریاست کے ذریعے بیمه شدہ EEA

الزمات سے مستثنی افراد: بشمول پناہ گزین، پناہ کے متلاشی، کم از کم 12 مہینوں کے قانونی رہائشی، برطانیہ کی ایک تنظیم کے ذریعہ ملازمت کرنے والے کارکنان، اور خود روزگار افراد۔

**The NHS provides maternity care — including antenatal, birth, and postnatal care — free of charge to women who fall within the following categories:**

Ordinarily resident in the UK: requires a person to live within the UK lawfully, voluntarily, and with the purpose of settling.

EEA nationals insured by another European state.

Those exempt from charges: including refugees, asylum seekers, legal residents for at least 12 months, workers employed by a UK organization, and self-employed persons.

## To book for maternity care please contact:

زچگی کی دیکھ بھال کے لیے بک کروانے کے لیے رابطہ کریں

براه کرم 01482 605304 07825 280822 پر براہ راست رسائی والی دائیوں سے رابطہ پر ای میل کریں۔ وہ دائی سے ملنے کے لیے آپ کی hyp-tr.direct.access@nhs.net کریں یا پہلی ملاقات کا بندوبست کریں گے۔

گریمزبی کی ڈیانا شہزادی آف ولز بسپتال

براه کرم نارتھ ایسٹ لنکن شائر مڈوانفری اڈے کو 03033 305232 پر یا لاوتھ بسپتال 01507 631210 کے لیے کال کریں۔

سکنٹھورپ جنرل بسپتال اور گول اور ڈسٹرکٹ بسپتال

براه کرم مناسب مڈوانفری بیس کو کال کریں جیسا کہ ذیل میں تفصیل ہے۔

بریگ - 30686 03033، بارٹن/ونٹرٹن - 6600520 01652، Goole - 03033 304079،

کائیج بیک - 303295 03033، آئل ٹائم - 712925 01724

یارک بسپتال اور سکاربورو جنرل بسپتال

کے ذریعے سیلف ریفرل کے عمل تک رسائی حاصل کریں۔ BadgerNotes براہ کرم



### Hull Women and Children's Hospital

Please contact the direct access midwives on 01482 605304 text 07825 280822 or email hyp-tr.direct.access@nhs.net. They will arrange your first appointment to see a midwife.

### Grimsby's Diana Princess of Wales Hospital

Please call the North East Lincolnshire midwifery base on 03033 305232 or for Louth Hospital 01507 631210.

### Scunthorpe General Hospital and Goole and District Hospital

Please call the appropriate midwifery base as detailed below.

Goole - 03033 304079, Brigg - 03033 30686, Barton/Winterton - 01652  
6600520, Cottage Beck - 03033 303295, Isle Team - 01724 712925.

## York Hospital and Scarborough General Hospitals

Please access the self-referral process through BadgerNotes.



**If you do not speak English you may need to have someone with you to help with a telephone call, the person you have called will call you back with an interpreter.**

اگر آپ انگریزی نہیں بولتے ہیں تو آپ کو ٹیلیفون کال میں مدد کے لیے اپنے ساتھ کسی کو رکھنے کی ضرورت پڑ سکتی ہے، جس شخص نے آپ کو کال کی ہے وہ آپ کو ایک مترجم کے ساتھ واپس کال کرے گا۔



When you are pregnant you will have regular appointments with a midwife. It is advisable to have your first appointment before 12 weeks.

جب آپ حاملہ ہوں گی تو آپ کی دائی کے ساتھ باقاعدہ ملاقاتیں ہوں گی۔ یہ مشورہ دیا جاتا ہے کہ آپ اپنی پہلی ملاقات 12 ہفتوں سے پہلے کر لیں



A midwife cares for women and their families during pregnancy, birth and after the birth.

ایک دایہ حمل، پیدائش اور پیدائش کے بعد خواتین اور ان کے خاندانوں کی دیکھ بھال کرتی ہے۔



Some women also need to see a doctor as well as a midwife, when they are pregnant.

Your midwife will arrange this.

جب وہ حاملہ ہوتی ہیں تو کچھ خواتین کو ڈاکٹر کے ساتھ ساتھ دائی کو بھی نیکھنا پڑتا ہے۔ آپ کی دایہ اس کا انتظام کرے گی



Your midwife appointments might be at a Doctors surgery, a Children's Centre or another clinic.

آپ کی مٹواں کی تقریب ڈاکٹروں کی سرجری، بچوں کے مرکز یا کسی اور کلینک میں ہو سکتی ہے۔



My Midwife's name is:

میری مٹوائف کا نام ہے



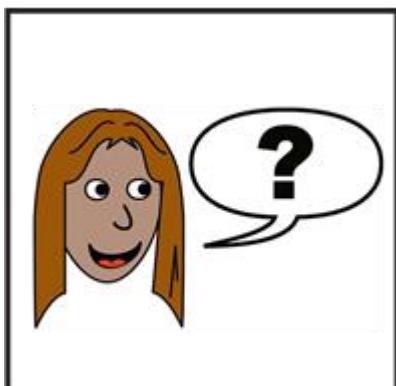
Telephone number:

ٹیلی فون نمبر:



My clinic is:

میرا کلینیک ہے



At the first appointment, your midwife will give you your maternity notes. You will take these notes to every appointment during your pregnancy. The midwife will make you an appointment for an ultrasound scan at this appointment.

پہلی ملاقات پر، آپ کی دایہ آپ کو زچگی کے نوٹس دے گی۔ آپ یہ نوٹ اپنے حمل کے دوران ہر ملاقات میں لے جائیں گے۔ اس ملاقات پر دائی آپ کو التراساؤنڈ اسکین کے لیے اپوانٹمنٹ دے گی۔



You can bring a friend or relative with you to the appointments. The midwife will use an interpreter if you do not speak English.

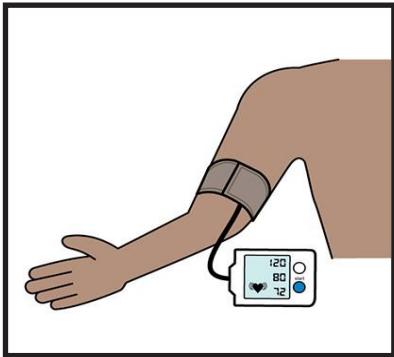
آپ ملاقاتوں میں اپنے ساتھ کسی دوست یا رشته دار کو لا سکتے ہیں۔ اگر آپ انگریزی نہیں بولتے ہیں تو دائی مترجم کا استعمال کرے گی۔



If you're expecting your first child, you'll have up to 10 antenatal appointments.

If you have had a baby before, you will have around 7 appointments, but sometimes you may have more – for example, if you develop a medical condition.

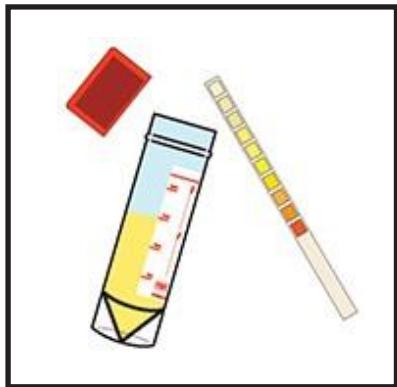
اگر آپ اپنے پہلے بچے کی توقع کر رہے ہیں، تو آپ کو 10 قبل از پیدائش ملاقاتیں ہوں گی۔ اگر آپ کو پہلے بچہ ہوا ہے، تو آپ کے پاس تقریباً 7 ملاقاتیں ہوں گی، لیکن بعض اوقات آپ کے پاس زیادہ بھی ہو سکتے ہیں۔ مثلاً کے طور پر، اگر آپ کو کوئی طبی حالت ہے۔



**Every time you see  
your midwife they will:**

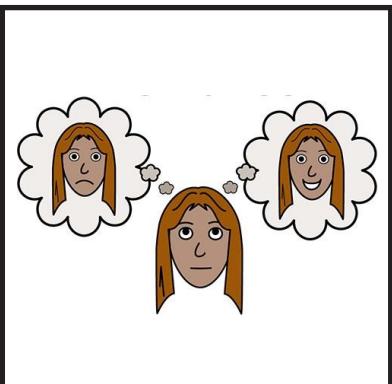
Take your blood  
pressure.

جب بھی آپ اپنی دایہ کو دیکھیں  
گے وہ کریں گی  
اپنا بلاڈ پریشر لے لو۔



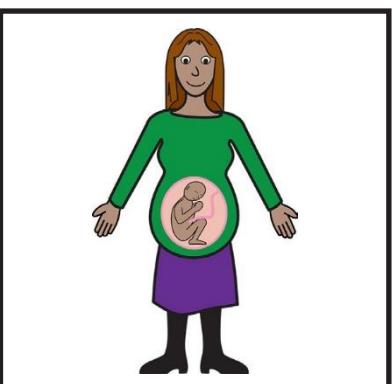
**Test your urine.**

اپنے پیشاب کی جانچ کریں۔



**Talk to you about how  
you are feeling  
emotionally and can refer  
you for extra support.**

آپ سے اس بارے میں بات کریں  
کہ آپ جذباتی طور پر کیسا  
محسوس کر رہے ہیں اور اضافی  
مدد کے لیے آپ سے رجوع کر  
سکتے ہیں۔



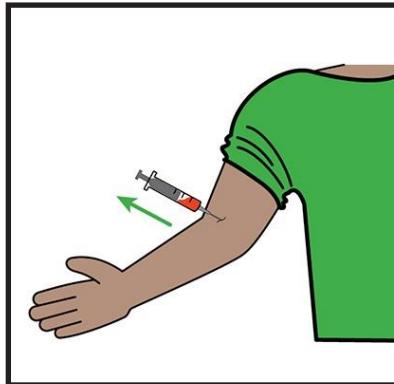
**Talk to you about your  
baby's movements.**

اپنے بچے کی حرکات کے بارے  
میں آپ سے بات کریں۔



As your baby grows, your midwife will measure your bump with a tape measure and plot your baby's growth in your maternity notes.

جیسے جیسے آپ کا بچہ بڑا ہوتا ہے، آپ کی دایہ آپ کے ٹکرانے کی پیمائش ٹیپ کی پیمائش سے کرے گی اور آپ کے زچگی کے نوٹوں میں آپ کے بچے کی نشوونما کا منصوبہ بنائے گی۔



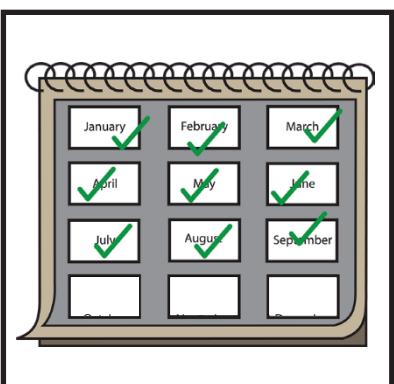
Your midwife will offer you some blood tests at the first appointment and at the 28 week appointment. These check for your blood group, an iron count and infection screen.

آپ کی مذکوّنہ آپ کو پہلی ملاقات اور 28 ہفتے کی ملاقات پر خون کے کچھ ٹیسٹ کرائے گی۔ یہ آپ کے بلڈ گروپ، آئرن کی گنتی اور انفیکشن اسکرین کی جانب کرتے ہیں۔



Scans are done at the hospital. These are routinely performed at approximately 12 weeks and 20 weeks. Some women will need extra scans.

اسکین ہسپتال میں کیے جاتے ہیں۔ یہ معمول کے مطابق تقریباً 12 ہفتوں اور 20 ہفتوں میں 12 کیے جاتے ہیں۔ کچھ خواتین کو اضافی اسکینوں کی ضرورت ہوگی۔



Pregnancy lasts 9 months or 40 weeks.

حمل 9 ماہ یا 40 ہفتوں تک رہتا ہے۔



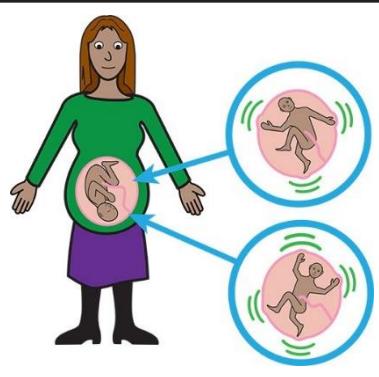
Call a midwife on:  
York Maternity Triage -  
01904 726869  
Scarborough Maternity  
Triage - 01723 236869  
if you find any of the  
following:

: ایک دائی کو کال کریں

.....

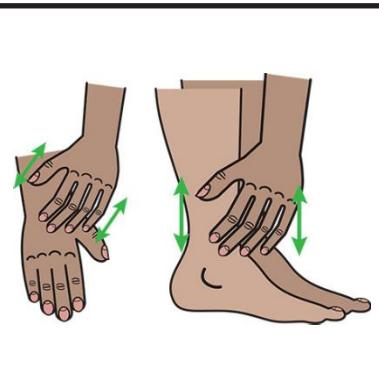
.....

اگر آپ کو درج ذیل میں سے  
کوئی ملتا ہے:



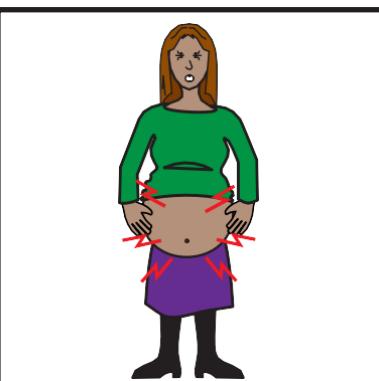
Change in baby's  
movements.

چھے کی حرکات میں تبدیلی۔



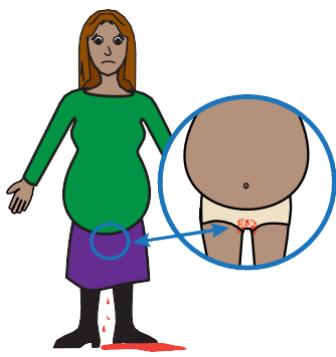
Itching hands or feet.

ہاتھوں پا پیروں میں خارش۔



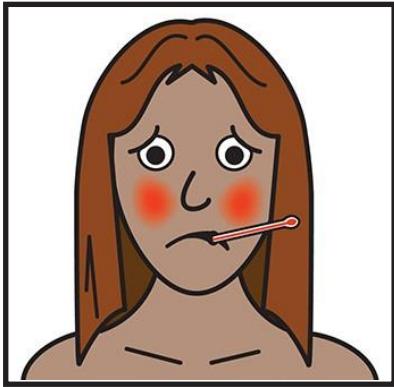
Contractions or pain in  
the stomach which is  
getting worse.

پیٹ میں سنکچن یا درد جو بدتر ہو  
رہا ہے



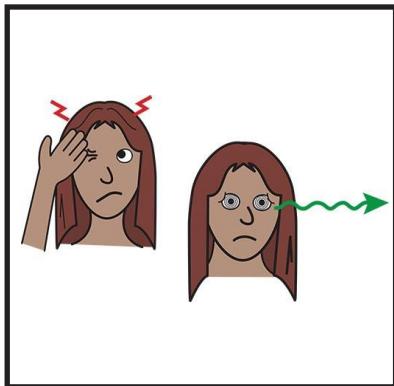
Spotting or bleeding.

دھنے یا خون بہنا۔



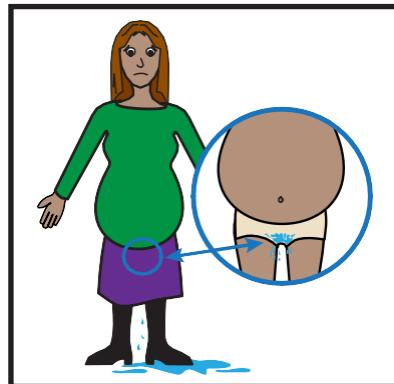
High temperature.

اعلیٰ درجہ حرارت.



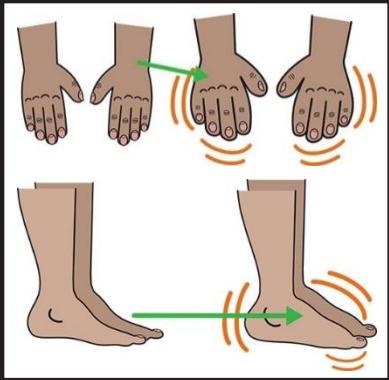
Severe headache or blurred vision.

شدید سر درد یا بصارت کا دھنلا پن۔



Leaking fluid.

لیک ہونے والا سیال۔

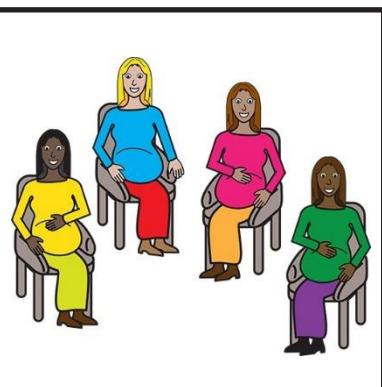


### Swollen hands or feet.

This can be normal if you do not have any other symptoms, but if you are worried, please contact your hospital.

ہاتھ یا پاؤں میں سوجن۔

اگر آپ کو کوئی دوسری علامت نہ ہوں تو یہ معمول کی بات ہو سکتی ہے، لیکن اگر آپ پریشان ہیں، تو براہ کرم اپنے ہسپتال سے رابطہ کریں۔



It is good to go to some classes to learn about what is happening to your body and to learn about your baby.

آپ کے جسم کے ساتھ کیا ہو رہا ہے اور اپنے بچے کے بارے میں جانتے کے لیے کچھ کلاسوں میں جانا اچھا ہے۔

**زچگی کی دیکھ بھال فرایم کرتا ہے —** بشمول قبل از پیدائش، پیدائش، اور بعد از پیدائش کی دیکھ بھال NHS ان خواتین کو مفت فرایم کرتا ہے جو درج ذیل زمروں میں آتی ہیں —

برطانیہ میں عام طور پر ربانشی: ایک شخص کو برطانیہ کے اندر قانونی طور پر، رضاکارانہ طور پر اور آباد ہونے کے مقصد کے ساتھ رہنے کی ضرورت ہے۔

کے شہری کسی دوسری یورپی ریاست کے ذریعے بیمه کرائے گئے ہیں۔ EEA

الزمات سے مستثنی افراد: بشمول پناہ گزین، پناہ کے متلاشی، کم از کم 12 مہینوں کے قانونی ربانشی، برطانیہ کی ایک تنظیم کے ذریعے ملازمت کرنے والے کارکنان، اور خود روزگار افراد۔

**The NHS provides maternity care — including antenatal, birth, and postnatal care — free of charge to women who fall within the following categories:**

Ordinarily resident in the UK: requires a person to live within the UK lawfully, voluntarily, and with the purpose of settling.

EEA nationals insured by another European state.

Those exempt from charges: including refugees, asylum seekers, legal residents for at least 12 months, workers employed by a UK organisation, and self-employed persons.



سروس ہے جو سوچ میڈیا پر یا LMNS کے پاس Ask the Midwife ہے۔ مزید جانے کے لیے براہ hny.lms@nhs.net کرم یہاں پر ای میل کے ذریعے چلانی جاتی ہے۔

جائیں: <https://www.humberandnorthyorkshirematernity.org.uk/support1/ask-a-midwife/>

مزید معلومات <https://www.humberandnorthyorkshirematernity.org.uk/> تک رسائی حاصل کریں کے لیے ان لوگوں کی مدد کے لیے جو بچے پیدا کرنے کا سوچ رہے ہیں، جو پہلے سے حاملہ ہیں یا جن کے ہاں حال بی میں بچہ ہوا ہے۔

The LMNS has an Ask the Midwife service which is run over social media or by emailing [hny.lms@nhs.net](mailto:hny.lms@nhs.net). To find out more please go to:

<https://www.humberandnorthyorkshirematernity.org.uk/support1/ask-a-midwife/>

Access <https://www.humberandnorthyorkshirematernity.org.uk/> for more information to support people who are thinking of having children, who are already pregnant or who have recently had a baby.