



Kültürel doulanın amacı, doğum yaptığınızda size kendi dilinizde destek sağlamaktır.

Doula sizi ve ailenizi destekler ve doğum sırasında sağlık personeli ile iletişimi kolaylaştırır.

Doula, doğum sırasında destek sağlama konusunda eğitlidir ve aynı zamanda İsveç sağlık hizmetlerini de iyi bilir. Hamileliğiniz sırasında neler olacağını ve İsveç'te doğum bakımının nasıl çalıştığını açıklamaya yardımcı olabilir.

Doula hamilelik sırasında sizinle/ailenizle bir veya iki kez görüşebilir, böylece birbirinizi tanıyabilir ve doğumun nasıl olmasını istediğinizi birlikte planlayabilirsiniz. Bu toplantılar genellikle hafta içi gündüz saatlerinde yapılır.

Doula size tıbbi tavsiyede bulunamaz, ancak hamilelik sırasında ekstra yardıma veya bakım desteğine ihtiyacınız olursa doğru kişilerle iletişime geçmenize yardımcı olabilir.

Doula, hastaneye gitme zamanının geldiğine karar verme konusunda yardım almak için doğumhane ile iletişime geçmenize yardımcı olabilir.

Sağlık personeli doğumun başladığını ve hastanede kalmanız gerektiğini belirlediğinde doula sizinle doğum odasında buluşacak ve bebeğiniz doğana kadar yanınızda kalacaktır.

Doula hastaysa veya doğum zamanı geldiğinde gelemeyecek durumdaysa, onun yerine bir meslektaşı size yardımcı olacaktır.

Doula dilerseniz doğumdan sonra sizi hastanede veya evinizde de ziyaret edebilir. Ayrıca aile olarak sizin için etkinlikler ve buluşma yerleri hakkında tavsiyeler verebilir.

- Doğumun başlamasıyla doulayı çağırmanız önemlidir, böylece hazırlanmak için zamanı olur.
- Kültürel bir douladan yardım almak ücretsizdir.
- Doulanın gizlilik sözleşmesi vardır. Söyleyeceğin ya da yapacağın hiçbir şeyi başkalarına anlatmaz!
- Zamanı geldiğinde doğumhaneye kendiniz gitmelisiniz. Her şey normale İsveç'te ambulansla doğuma gidemezsiniz.