

## حمایت یک دولای فرهنگی هنگام زایمان

یک دولای فرهنگی هنگام زایمان از شما حمایت می‌کند. او پیش از زایمان، در هنگام زایمان و پس از زایمان در کنار شما خواهد بود و به همان زبانی که شما صحبت می‌کنید، صحبت می‌کند. او به شما کمک می‌کند تا احساس امنیت کنید و کارکنان بیمارستان را بهتر درک کنید. دولا با سیستم بهداشتی آشنا است و می‌تواند آن را برای شما توضیح دهد. دولا یک فرد مددکار بخش زایمان است و اجازه ندارد به شما مشاوره پزشکی بدهد، اما می‌تواند به شما کمک کند تا در صورت نیاز، کمک مناسب را از خدمات درمانی دریافت کنید.

**قبل از زایمان:** دولا در دوران بارداری با شما و همسران ملاقات می‌کند تا با یکدیگر آشنا شوید و برنامه‌ریزی کنید که چگونه می‌خواهید زایمانتان انجام شود. مهم است که پدر آینده نیز دولا را ملاقات کند تا همکاری میان شما به بهترین شکل ممکن انجام شود.



**در هنگام زایمان:** دولا می‌تواند به شما کمک کند تا هنگام شروع دردهای زایمان با بیمارستان تماس بگیرید. مهم است که به‌موقع با دولا تماس بگیرید تا او بتواند به‌موقع خود را آماده کند.

دولا زمانی که ماما تشخیص دهد که وقتش رسیده، به بیمارستان می‌آید تا در لحظه‌ای که بیشترین نیاز را دارید، از شما حمایت کند. او در حین زایمان از شما حمایت می‌کند تا احساس امنیت داشته باشید و به شما کمک می‌کند تا متوجه شوید چه اتفاقی می‌افتد و کارکنان درمانی چه می‌گویند.

دولا وظیفه رازداری دارد. او هرگز چیزی را که شما می‌گویید یا انجام می‌دهید، برای کسی تعریف نمی‌کند.

**پس از زایمان:** دولا بعد از زایمان نیز در بیمارستان یا در خانه با شما ملاقات می‌کند. او می‌تواند به شما کمک کند تا پاسخ سوالات مربوط به نوزاد و دوره بعد از زایمان را دریافت کنید.

دریافت حمایت از یک دولا رایگان است، اما اگر بخواهید این حمایت را لغو کنید، لطفاً در اسرع وقت اطلاع دهید تا دولا بتواند به فرد دیگری کمک کند. زنان زیادی هستند که خواهان حمایت دولا هستند. شما می‌توانید این موضوع را به ماما یا مستقیماً به دولا اطلاع دهید.

