

جب آپ جنم دینے والے ہوتے ہیں تو ثقافتی ڈولا آپ کو مدد فراہم کرتا ہے۔ وہ بچے کی پیدائش سے پہلے، دوران اور بعد میں آپ کی مدد کرتی ہے اور آپ جیسی زبان بولتی ہے۔ وہ آپ کو محفوظ محسوس کرنے اور ہسپتال کے عملے کو زیادہ آسانی سے سمجھنے میں مدد کرتی ہے۔ ڈولا جانتا ہے کہ صحت کی دیکھ بھال کیسے کام کرتی ہے اور آپ کو اس کی وضاحت کر سکتی ہے۔ ڈولا ایک معاون شخص ہے اور آپ کو طبی مشورہ نہیں دے سکتی، لیکن اگر آپ کو ضرورت ہو تو وہ صحت کی دیکھ بھال سے صحیح مدد حاصل کرنے میں آپ کی مدد کر سکتی ہے۔

اس سے پہلے: حمل کے دوران ڈولا آپ اور آپ کے ساتھی سے ملتا ہے تاکہ آپ ایک دوسرے کو جان سکیں اور مل کر منصوبہ بنا سکیں کہ آپ ولادت کے دوران کیسا ہونا چاہتے ہیں۔ یہ ضروری ہے کہ حاملہ والد بھی ڈولا سے ملے تاکہ تعاون ممکن حد تک اچھا ہو۔

ڈیلیوری: جب ہسپتال جانے کا وقت ہو تو ڈولا آپ کو پیدائشی مرکز کو کال کرنے میں مدد کر سکتا ہے۔ یہ ضروری ہے کہ جب مشقت شروع ہو تو آپ ڈولا کو پہلے سے اچھی طرح کال کریں تاکہ اس کے پاس تیاری کا وقت ہو۔



ڈولا اس وقت ہسپتال آتا ہے جب دایہ طے کرتی ہے کہ یہ وقت ہے، تاکہ جب آپ کو مشقت کے دوران آپ کی مدد کرتا doula سب سے زیادہ ضرورت ہو تو آپ کو مدد ملے۔ یہ تاکہ آپ محفوظ محسوس کریں اور آپ کو یہ سمجھنے میں مدد ملے کہ کیا ہو رہا ہے اور صحت کی دیکھ بھال کرنے والے پیشہ ور افراد کیا کہہ رہے ہیں۔

ڈولا رازداری کا پابند ہے۔ کچھ بھی نہیں جو آپ کہیں گے یا کریں گے وہ کسی اور کو نہیں بتائے گی۔

بعد: پیدائش کے بعد، ہسپتال یا گھر پر ڈولا بھی آپ سے ملتا ہے۔ اس کے بعد وہ بچے اور پیدائش کے بعد کے وقت کے بارے میں سوالات کے جوابات حاصل کرنے میں آپ کی مدد کر سکتی ہے۔

ڈولا سے مدد حاصل کرنے میں کچھ خرچ نہیں ہوتا، لیکن اگر آپ ڈولا سپورٹ کو منسوخ کرنا چاہتے ہیں، تو آپ کو اسے جلد از جلد کرنا ہوگا، تاکہ ڈولا اس کی بجائے کسی اور کی مدد کر سکے۔ بہت سی خواتین ڈولا چاہتی ہیں۔ آپ اپنی دایہ یا ڈولا کو خود بتا سکتے ہیں۔

