

# Assessing postnatal discomfort and pain, medications and breastfeeding

## INSTRUCTIONS FOR STAFF:

This Cue Sheet has been developed to assist midwives and doctors to communicate with postnatal women during times when an interpreter is not easily available.

The written questions and likely possible answers may assist the understanding of non-verbal cues occurring between the woman and the midwife or doctor.

**Health care interpreter services in person or by phone are ALWAYS preferable.** This Cue Sheet must only be used short-term until an interpreter is available.

Be aware that not all women are literate, in which case this may not be a useful tool for you. However, there may be a family member who is literate who might help you.

LANGUAGE: DARI

ASSESSING POSTNATAL DISCOMFORT AND PAIN, MEDICATIONS AND BREASTFEEDING:

1	<p>Hello, how are you? سلام، حال شما چطور است؟</p>	<p><b>Well,</b> خوب، <b>OK,</b> خوب است ، <b>tired</b> خسته</p>	<p><b>Not well:</b> خوب نیستم Do you feel any <b>pain</b>? احساس درد می کنید؟  Do you have a <b>fever</b>? تب دارید؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes: بله:</b>  Could you show me where you feel pain, please? می توانید لطفاً جای درد را به من نشان بدهید؟ I will take your temperature. حرارت شما را اندازه خواهم گرفت.</p>
2	<p>Do you have <b>period-type pain</b>? آیا درد شما مثل درد <b>مریضی</b> ماهانه است؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes:</b> بله: Has your bleeding increased with the pain? آیا خونریزی شما همراه درد زیادتر شده؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes: بله:</b> Could I see your pads please? لطفاً می توانم کتکس شما را ببینم؟ Could I feel your abdomen to <b>check your uterus</b>, please? لطفاً می توانم به شکم شما برای معاینه رحم تان دست بزنم؟</p>
3	<p>Do you have pain with the <b>sutures (stiches) in your perineum</b>? آیا درکوکهای بین جلو و پشت جان خود احساس درد می کنید؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes:</b> بله: Could I see your sutures to check they are healing well, please? لطفاً می توانم کوکهای شما را ببینم تا جور شدن آنها را معاینه کنم؟</p>		<p>I could give you a small ice-pack to help ease pain and swelling, OK? می توانم به شما یک بسته یخ خرد بدهم تا درد و پندیدگی را بهتر کند، خوب است؟</p>

**ASSESSING POSTNATAL DISCOMFORT AND PAIN, MEDICATIONS AND BREASTFEEDING:**

4	<p>Do you have pain around your <b>Caesarean wound</b>?</p> <p>آیا در جای زخم عملیات خود احساس درد می‌کنید؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes: بله:</b> Could I see your wound, please? می‌توانم زخم شما را معاینه کنم؟</p>		
5	<p>Would you like some tablets/injection to help ease your <b>pain</b>?</p> <p>می‌خواهید به شما گلی و یا پیچکاری برای کم شدن درد بدهم؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes: بله:</b> I can give you می‌توانم به شما بدهم</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes: بله:</b> We could do something else می‌توانیم کار دیگری برای شما بکنیم</p>
6	<p>Are you <b>allergic</b> to any medications or anything else?</p> <p>آیا به دوا یا چیز دیگر حساسیت دارید؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes: بله:</b> Please tell me لطفاً به من بگویید</p>		
7	<p>Do you have <b>wind pain</b> (common following Caesarean birth)?</p> <p>آیا احساس درد باد شکم می‌کنید (این درد بعد از عملیات سزارین زیاد است).</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes: بله:</b> It helps to move about and drink water. حرکت و نوشیدن آب به بهبود حالتان کمک می‌کند. I could give you some peppermint water which might help. می‌توانم به شما کمی آب نعناع بدهم شاید کمک کند.</p>	<p><b>OK</b> خوب است</p>	<p>I will fill your water jug. جگ آب‌تان را پر می‌کنم. I will get it for you now. حال برایتان می‌آورم.</p>
8	<p>Do you feel <b>nauseated</b> or need to <b>vomit</b>?</p> <p>آیا احساس دل‌بدی می‌کنید یا استفراغ می‌کنید؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes: بله:</b> Would you like a tablet or injection to stop the nausea? می‌خواهید به شما گلی و یا پیچکاری برای جلوگیری از دل‌بدی بدهم؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes: بله:</b> I will get it for you now. حال برایتان می‌آورم</p>

**ASSESSING POSTNATAL DISCOMFORT AND PAIN, MEDICATIONS AND BREASTFEEDING:**

9	<p><b>Do you have a headache?</b> آیا سردرد هستید؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes: بله:</b> Drink water and other fluids, and plan to get rest between feeding your baby. آب و مایعات دیگر بنوشید و در بین هر دفعه شیردادن استراحت کنید. I will fill your water jug. من حال جگ آبتان را پر می‌کنم.</p>		<p>I will take your blood pressure. حال فشار خون شما را می‌بینم.</p>
10	<p><b>Do you have burning or stinging pain when you pass urine (water)?</b> آیا در هنگام ادرار احساس سوخت و یا درد همراه سوزن زدن می‌کنید؟</p> <p><b>Have you passed urine since your catheter was removed?</b> آیا از وقت کشیدن سوند ادرار داشته‌اید؟</p> <p><b>Are you passing normal amounts of urine?</b> آیا مقدار ادرار شما به اندازه نرمال است؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p> <p><b>Yes</b> بله</p> <p><b>Yes</b> بله</p>	<p><b>Yes: بله:</b> Do you need to pass small amounts of urine frequently? آیا ادرار شما کم و بصورت زود زود است؟</p> <p><b>No: نخیر</b> Please try to pass urine soon. لطفاً کوشش کنید ادرار کنید.</p> <p><b>No: نخیر</b> Next time, please pass urine into this jug and leave in the room over there. لطفاً دفعه بعد در این جگ ادرار خود را بگیرید و آنرا در آن اتاق بگذارید.</p>	<p><b>No</b> نخیر</p> <p><b>Yes</b> بله</p>	<p>Drink water and other drinks, OK? لطفاً آب و دیگر مایعات بنوشید، بسیار خوب؟</p>

ASSESSING POSTNATAL DISCOMFORT AND PAIN, MEDICATIONS AND BREASTFEEDING:

11	<p>Do you have pain in <b>your lower leg</b>? آیا در پایین پای خود احساس درد می‌کنید؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes: بله:</b> Could you show me please? می‌توانید به من نشان دهید؟</p>		
12	<p>Have you ever had any <b>blood clots</b> in your legs or lungs before? آیا در گذشته <b>لخته خون</b> در پا و یا شش خود داشته‌اید؟</p> <p>It will help to wear these firm stockings to prevent blood clots, OK? پوشیدن این جوراب‌های دراز محکم، به پیشگیری از لخته شدن خون کمک می‌کند، بسیار خوب؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p> <p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes: بله:</b> What treatment did you have? چه تداوی برای آن داشته‌اید؟</p> <p><b>Yes, OK</b> بله، بسیار خوب.</p>		
13	<p>You are taking <b>iron</b> tablets to increase iron levels in your blood after your blood loss at the birth, OK? شما گلی آهن را برای بیشتر شدن آهن خونتان بعد از خونریزی زمان ولادت می‌خورید، درست است؟</p>		<p>They work best if taken with Vitamin C, and 2 hours before or after: ○ Tea, coffee, coke ○ Antibiotics ○ Methyldopa (<i>Aldomet</i>) for high blood pressure</p> <p>آنها بهتر تاثیر میکنند اگر با ویتامین C و ۲ ساعت پیش یا پس از خوردن مواد زیر استفاده شوند</p> <p>○ چای، قهوه، نوشابه ○ چرک خشک کن ها ○ Methyldopa (<i>Aldomet</i>) برای فشار خون</p>		
14	<p>You are taking <b>antibiotics</b>, please tell me if you feel unwell, have any itchy rashes or swelling anywhere شما چرک خشک کن استفاده می‌کنید، لطفاً اگر احساس مریضی می‌کنید، بخار همراه با خارش دارید یا جایی از بدنتان پندیدگی دارد، به من بگویید</p>	<p><b>I am well</b> من خوب هستم</p>	<p><b>I do not feel well :</b> <b>: حال خوب نیست</b> Explain how you feel توضیح دهید چه حال دارید Please show me your rash or swelling لطفاً محل بخار یا پندیدگی را به من نشان دهید</p>		

**ASSESSING POSTNATAL DISCOMFORT AND PAIN, MEDICATIONS AND BREASTFEEDING:**

15	<p><b>How often is your baby feeding?</b> چند دفعه به طفل شیر می دهید؟</p>		<p>Every hour? هر ساعت؟</p> <p>About every 2-3 hours? هر ۲ یا ۳ ساعت؟</p> <p>More than 3 hours between feeds? بیشتر از ۳ ساعت بین هر دفعه فاصله است؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p> <p><b>No</b> نخیر</p> <p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes</b> بله</p> <p><b>Yes</b> بله</p> <p><b>Yes</b> بله:</p> <p>Try feeding your baby every 3 hours کوشش کنید هر ۳ ساعت یکبار به طفلتان شیر بدهید.</p>
16	<p><b>How many wet nappies today?</b> امروز چند پمپر استفاده کرده اید؟</p>		<p>1 - 2 - more than 3 ۱ - ۲ - بیشتر از ۳</p>		
17	<p><b>What colour are baby bowel motions today?</b> امروز تشناب کلان طفل چه رنگ است؟</p>		<p>Black - Dark green سیاه - سبز تیره</p> <p>Light green - Yellow سبز روشن - زرد</p>		<p>Show me please لطفا به من نشان دهید؟</p>
18	<p><b>Do you have pain in your breasts or nipples?</b> آیا در سینه و یا نوک پستان خود احساس درد می کنید؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes:</b> بله:</p> <p>Could I see your breasts please? لطفا می توانم سینه شما را ببینم؟</p> <p>Do your nipples hurt when you breastfeed your baby? آیا در نوک پستان خود هنگام شیردادن احساس درد می کنید؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes:</b> بله</p> <p>Could I see how your baby is feeding next time you breastfeed? Please call me with this buzzer. می توانم در نوبت بعدی شیردادن ، ببینم که چطور طفل خود را شیر می دهید؟ لطفا با این زنگ من را خبر کنید.</p> <p>Could I please help you with the position of your baby or your breast to breastfeed? می توانم به شما در مورد جای طفل یا پستانتان هنگام شیردادن کمک (راهنمایی) کنم؟</p>

**ASSESSING POSTNATAL DISCOMFORT AND PAIN, MEDICATIONS AND BREASTFEEDING:**

19	<p><b>Would you like me to help you when you breastfeed next time?</b></p> <p>می خواهید دفعه دیگر شیردادن همراه شما کمک کنم؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes: بله:</b></p> <p>Could I see how your baby is feeding next time you breastfeed? Please call me with this buzzer.</p> <p>می توانم در دفعه دیگر شیردادن ، ببینم که چطور طفل را شیر می خورد؟ لطفا با این زنگ من را خبر کنید.</p> <p>Could I please help you with the position of your baby or your breast to breastfeed?</p> <p>می توانم به شما در مورد جای طفل یا پستانان هنگام شیردادن کمک (راهنمایی) کنم؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	
20	<p><b>May I show you how to express milk for your baby?</b></p> <p>ممکن است به شما نشان دهم که چطور شیر را برای استفاده طفلان بکشید؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes: بله:</b></p> <p>I will show you how you can do this yourself</p> <p>به شما نشان خواهم داد که چطور می توانید خودتان این کار را انجام دهید.</p>		<p>May I touch your breasts to help you express milk for baby?</p> <p>می توانم برای کمک به کشیدن شیر برای طفلان پستان شما را لمس کنم؟</p>
21	<p><b>Have you had any breast surgery or other breastfeeding problems in the past?</b></p> <p>آیا عملیات در پستان های خود داشته اید یا در گذشته هیچ مشکلی در رابطه با شیردهی داشته اید؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>Yes: بله:</b></p> <p>Would you like to see a breastfeeding specialist while in hospital?</p> <p>می خواهید حال که در شفاخانه هستید متخصص شیردادن را ببینید؟</p>	<p><b>No</b> نخیر</p>	<p><b>بله Yes</b></p>