

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: FARSI



Health

Hunter New England
Local Health District

May 2017

ASSESSING POSTNATAL DISCOMFORT AND PAIN, MEDICATIONS AND BREASTFEEDING:

1	<p>Hello, how are you?</p> <p>سلام، حال شما چطور است؟</p>	<p>Well,</p> <p>خوبم،</p> <p>OK,</p> <p>بد نیستم،</p> <p>tired</p> <p>خسته‌ام</p>	<p>Not well:</p> <p>خوب نیستم:</p> <p>Do you feel any pain?</p> <p>آیا احساس درد دارید؟</p> <p>Do you have a fever?</p> <p>آیا تب دارید؟</p>	<p>No</p> <p>خیر</p>	<p>Yes: بـلـه:</p> <p>Could you show me where you feel pain, please?</p> <p>می‌توانید لطفاً محل درد را به من نشان دهید؟</p> <p>I will take your temperature.</p> <p>میزان حرارت شما را اندازه خواهم گرفت.</p>
2	<p>Do you have period-type pain?</p> <p>آیا درد شما شبیه درد قاعدگی است؟</p>	<p>No</p> <p>خیر</p>	<p>Yes: بـلـه:</p> <p>Has your bleeding increased with the pain?</p> <p>آیا خونریزی شما با درد بیشتر شده است؟</p>	<p>No</p> <p>خیر</p>	<p>Yes: بـلـه:</p> <p>Could I see your pads please?</p> <p>ممکن است نوار بهداشتی شما را ببینم؟</p> <p>Could I feel your abdomen to check your uterus, please?</p> <p>ممکن است شکم شما را برای معاینه رحم تان لمس کنم؟</p>
3	<p>Do you have pain with the sutures (stiches) in your perineum?</p> <p>آیا در بخیه‌های میان منطقه تناسلی و مقعد خود احساس درد می‌کنید؟</p>	<p>No</p> <p>خیر</p>	<p>Yes: بـلـه:</p> <p>Could I see your sutures to check they are healing well, please?</p> <p>لطفاً می‌توانم بخیه‌های شما را ببینم تا خوب شدن آنها را چک کنم؟</p>		<p>I could give you a small ice-pack to help ease pain and swelling, OK?</p> <p>می‌توانم به شما یک کمپرس یخ کوچک بدهم تا درد و تورم را بهتر کند، خوب است؟</p>
4	<p>Do you have pain around your Caesarean wound?</p> <p>آیا در محل زخم سزارین خود احساس درد می‌کنید؟</p>	<p>No</p> <p>خیر</p>	<p>Yes: بـلـه:</p> <p>Could I see your wound, please?</p> <p>می‌توانم زخم شما را معاینه کنم؟</p>		

ASSESSING POSTNATAL DISCOMFORT AND PAIN, MEDICATIONS AND BREASTFEEDING:

5	<p>Would you like some tablets/injection to help ease your pain?</p> <p>آیا مایلید به شما قرص و یا تزریقی برای کاهش درد بدهم؟</p>	<p>No خیر</p>	<p>Yes: بله: I can give you می‌توانم به شما بدهم</p>	<p>No خیر</p>	<p>Yes: بله: We could do something else می‌توانیم برای شما کار دیگری انجام دهیم</p>
6	<p>Are you allergic to any medications or anything else?</p> <p>آیا به هیچ دارو یا چیز دیگری حساسیت دارید؟</p>	<p>No خیر</p>	<p>Yes: بله: Please tell me لطفاً به من بگویید</p>		
7	<p>Do you have wind pain (common following Caesarean birth)?</p> <p>آیا احساس درد حاصل از باد شکم می‌کنید (این درد در دوران بعد از زایمان‌های سزارین رایج است).</p>	<p>No خیر</p>	<p>Yes: بله: 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 عرق نعناع بدهم شاید کمک کند.</p>	<p>OK خوب است</p> <p>Yes بله</p>	<p>I will fill your water jug. پارچ آبتان را پر می‌کنم.</p> <p>I will get it for you now. الان برایتان می‌آورم.</p>
8	<p>Do you feel nauseated or need to vomit?</p> <p>آیا احساس تهوع می‌کنید یا نیاز به استفراغ کردن دارید؟</p>	<p>No خیر</p>	<p>Yes: بله: Would you like a tablet or injection to stop the nausea? مایلید به شما یک قرص یا تزریق برای جلوگیری از تهوع بدهم؟</p>	<p>No خیر</p>	<p>Yes: بله: I will get it for you now. الان برایتان می‌آورم</p>

ASSESSING POSTNATAL DISCOMFORT AND PAIN, MEDICATIONS AND BREASTFEEDING:

9	<p>Do you have a headache?</p> <p>آیا سردرد دارید؟</p>	<p>No خیر</p>	<p>Yes: بله: Drink water and other fluids, and plan to get rest between feeding your baby. آب و مایعات دیگر بنوشید و درمیان هر دفعه شیردهی استراحت کنید. I will fill your water jug. من الان پارچ شما را پر می‌کنم.</p>		<p>I will take your blood pressure. الان فشار خون شما را اندازه می‌گیرم.</p>
10	<p>Do you have burning or stinging pain when you pass urine (water)?</p> <p>آیا در هنگام دفع ادرار احساس سوزش و یا درد همراه با حس سوزن سوزن شدن می‌کنید؟</p> <p>Have you passed urine since your catheter was removed?</p> <p>آیا از هنگام برداشتن لوله سوند دفع ادرار داشته‌اید؟</p> <p>Are you passing normal amounts of urine?</p> <p>آیا میزان دفع ادرار شما به اندازه طبیعی است؟</p>	<p>No خیر</p> <p>Yes بله</p> <p>Yes بله</p>	<p>Yes: بله: Do you need to pass small amounts of urine frequently? آیا دفع ادرار شما در مقدار کم و بصورت مکرر است؟</p> <p>No: خیر Please try to pass urine soon. لطفا سعی کنید ادرار کنید.</p> <p>No: خیر Next time, please pass urine into this jug and leave in the room over there. لطفا دفعه بعد در این ظرف ادرار کنید و آنرا در آن اتاق بگذارید.</p>	<p>No خیر</p> <p>Yes بله</p>	<p>Drink water and other drinks, OK? لطفاً آب و سایر مایعات بنوشید، بسیار خوب؟</p>
11	<p>Do you have pain in your lower leg?</p> <p>آیا در قسمت پایین پای خود احساس درد می‌کنید؟</p>	<p>No خیر</p>	<p>Yes: بله: Could you show me please? می‌توانید به من نشان دهید؟</p>		

ASSESSING POSTNATAL DISCOMFORT AND PAIN, MEDICATIONS AND BREASTFEEDING:

12	<p>Have you ever had any blood clots in your legs or lungs before?</p> <p>آیا هرگز در گذشته لخته خون در پا و یا ریه خود داشته‌اید؟</p> <p>It will help to wear these firm stockings to prevent blood clots, OK?</p> <p>پوشیدن این جوراب‌های ساق بلند سفت، به پیشگیری از لخته شدن خون کمک می‌کند، بسیار خوب؟</p>	<p>No خیر</p> <p>No خیر</p>	<p>Yes: بله:</p> <p>What treatment did you have?</p> <p>چه درمانی برای آن داشته‌اید؟</p> <p>Yes, OK</p> <p>بله، بسیار خوب.</p>		
13	<p>You are taking iron tablets to increase iron levels in your blood after your blood loss at the birth, OK?</p> <p>شما قرص آهن را برای افزایش میزان آهن خونتان پس از خونریزی در زمان وضع حمل، مصرف می‌کنید، درست است؟</p>		<p>They work best if taken with Vitamin C, and 2 hours before or after:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Tea, coffee, coke ○ Antibiotics ○ Methyldopa (<i>Aldomet</i>) for high blood pressure <p>آنها بهتر تاثیر میکنند اگر با ویتامین ث و ۲ ساعت پیش یا پس از مصرف مواد زیر مصرف شوند</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ چای، قهوه، نوشابه ○ آنتی بیوتیک ها ○ Methyldopa (<i>Aldomet</i>) برای فشار خون ○ 		
14	<p>You are taking antibiotics, please tell me if you feel unwell, have any itchy rashes or swelling anywhere</p> <p>شما آنتی بیوتیک استفاده می‌کنید، لطفاً اگر احساس مریضی می‌کنید، کهبیر همراه با خارش دارید یا جایی از بدن‌تان متورم است، به من بگویید</p>	<p>I am well</p> <p>من خوبم</p>	<p>I do not feel well :</p> <p>: حال خوب نیست</p> <p>Explain how you feel</p> <p>حال خود را شرح دهید</p> <p>Please show me your rash or swelling</p> <p>لطفاً محل کهبیر یا متورم را به من نشان دهید</p>		

ASSESSING POSTNATAL DISCOMFORT AND PAIN, MEDICATIONS AND BREASTFEEDING:

15	<p>How often is your baby feeding?</p> <p>چند مرتبه به کودک شیر میدهید؟</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? بیش از ۳ ساعت بین هر دفعه فاصله است؟</p>	<p>No خیر</p> <p>No خیر</p> <p>No خیر</p>	<p>Yes بله</p> <p>Yes بله</p> <p>Yes بله:</p> <p>Try feeding your baby every 3 hours سعی کنید هر ۳ ساعت یکبار به کودکتان شیر بدهید.</p>
16	<p>How many wet nappies today?</p> <p>امروز چند پوشک مصرف کرده‌اید؟</p>		<p>1 - 2 - more than 3 ۱ - ۲ - بیش از ۳</p>		
17	<p>What colour are baby bowel motions today?</p> <p>مدفوع کودک امروز چه رنگ است؟</p>		<p>Black - Dark green سیاه - سبز تیره</p> <p>Light green - Yellow سبز روشن - زرد</p>		<p>Show me please لطفاً به من نشان دهید؟</p>
18	<p>Do you have pain in your breasts or nipples?</p> <p>آیا در سینه و یا نوک پستانتان احساس درد می‌کنید؟</p>	<p>No خیر</p>	<p>Yes: بله:</p> <p>Could I see your breasts please? لطفاً می‌توانم سینه شما را ببینم؟</p> <p>Do your nipples hurt when you breastfeed your baby? آیا در نوک پستانتان در هنگام شیردهی احساس درد می‌کنید؟</p>	<p>No خیر</p>	<p>Yes: بله</p> <p>Could I see how your baby is feeding next time you breastfeed? Please call me with this buzzer. می‌توانم در نوبت بعدی شیردهی، ببینم که چطور کودک را شیر میدهید؟ لطفاً من را با این زنگ خبر کنید.</p> <p>Could I please help you with the position of your baby or your breast to breastfeed? می‌توانم به شما در مورد جای کودک یا پستانتان در هنگام شیردهی کمک (راهنمایی) کنم؟</p>

ASSESSING POSTNATAL DISCOMFORT AND PAIN, MEDICATIONS AND BREASTFEEDING:

19	<p>Would you like me to help you when you breastfeed next time?</p> <p>مایلید در نوبت بعدی شیردهی به شما کمک کنم؟</p>	<p>No خیر</p>	<p>Yes: بله :</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 نوبت بعدی شیردهی، ببینم که چطور کودک را شیر می خورد؟ لطفا من را با این زنگ 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 کودک یا پستانتان در هنگام شیردهی کمک (راهنمایی) کنم؟</p>	<p>No خیر</p>	
20	<p>May I show you how to express milk for your baby?</p> <p>ممکن است به شما نشان دهم که چطور شیر را برای استفاده کودکتان بدوشید؟</p>	<p>No خیر</p>	<p>Yes: بله:</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 دوشیدن شیر برای کودکتان پستان شما را لمس کنم؟</p>
21	<p>Have you had any breast surgery or other breastfeeding problems in the past?</p> <p>آیا هرگز جراحی در پستان های خود داشته اید یا در گذشته هیچ مشکلی در رابطه با شیردهی داشته اید؟</p>	<p>No خیر</p>	<p>Yes: بله:</p> <p>Would you like to see a breastfeeding specialist while in hospital?</p> <p>آیا مایلید حال که در بیمارستان هستید متخصص شیردهی را ببینید؟</p>	<p>No خیر</p>	<p>بله Yes</p>

فرم ارزیابی میزان درد و ناراحتی پس از زایمان، داروها و تغذیه با شیر مادر

دستورالعمل برای پرسنل:

این متن راهنما برای کمک به پزشکان و خدمه مامائی جهت برقراری ارتباط با بانوان در دوره پس از زایمان، در مواقع عدم دسترسی به مترجم، تهیه شده است.

پرسش‌ها و پاسخ‌های احتمالی به آنها، ممکن است به درک علائم غیر کلامی بین بانوان مراجع و پزشک و یا ماما یاری رساند.

توجه داشته باشید که همیشه ترجیح استفاده از خدمات مترجم، بصورت حضوری و یا تلفنی است.

این متن راهنما بایستی فقط بصورت کوتاه مدت و تا زمان دسترسی به مترجم مورد استفاده قرار گیرد.

توجه داشته باشید که همه بانوان مراجع قادر به خواندن و نوشتن نیستند. در چنین شرایطی این متن قابل استفاده نخواهد بود. با این حال در صورتی که یکی از اعضای خانواده همراه با بیمار قادر به و خواندن و نوشتن باشد، این شخص میتواند به شما کمک کند.