

# 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: PASHTO پښتو



Health  
Hunter New England  
Local Health District

May 2017

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

د ولادت نارامی او درد، درملو او شیدو ورکولو ارزونه:

1	Hello, how are you?	<b>Well, OK, tired</b>	<b>Not well:</b> Do you feel any <b>pain</b> ?  Do you have a <b>fever</b> ?	<b>No</b>	<b>Yes:</b> Could you show me where you feel pain, please?  I will take your temperature.
	السلام علیکم، تاسو څنگه یاست؟	بڼه، سم، ستړی	بڼه نه: ایا تاسو د درد احساس کوی؟ ایا تاسو تبه لری؟	نه	هو: کیدایسی چې لطفاً ماته یې وښایاست چې تاسو چیري د درد احساس کوی؟  زه به ستاسو د بدن تودوالی وگورم.
2	Do you have <b>period-type pain</b> ?	<b>No</b>	<b>Yes:</b> Has your bleeding increased with the pain?	<b>No</b>	<b>Yes:</b> Could I see your pads please?  Could I feel your abdomen to <b>check your uterus</b> , please?
	ایا تاسو د میاشتنی ناروغی په ډول درد لری؟	نه	هو: ستاسو خونریزي د درد سره ډیره سوي ده؟	نه	هو: کیدایسی چې لطفاً زه ستاسو پمپر وگورم؟ کیدایسی چې لطفاً زه ستاسو خپته وگورم چې ستاسو رحم چیک کم؟
3	Do you have pain with the <b>sutures (stiches) in your perineum</b> ?	<b>No</b>	<b>Yes:</b> Could I see your sutures to check they are healing well, please?		I could give you a small ice-pack to help ease pain and swelling, OK?
	ایا تاسو د هغه سیمونو (ټکانو) سره چې ستاسو په عجان کي دي درد لری؟	نه	هو: کیدایسی چې لطفاً زه ستاسو سیمونه یا ټکان وگورم چې چیک یې کم چې هغوی بڼه جوش خوري؟		زه کولای سم چې تاسو ته د یخي کوچنی بسته درکرم چې د درد په کمولو او پارسوب کي مرسته وکي، سمه ده؟
4	Do you have pain around your <b>Caesarean wound</b> ?	<b>No</b>	<b>Yes:</b> Could I see your wound, please?		
	ایا تاسو خپل د عملیات د ټپ په شاوخواکي درد لری؟	نه	هو: کیدایسی چې لطفاً زه ستاسو ټپ وگورم؟		

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

د ولادت نارامي او درد، درملو او شيډو ورکولو ارزونه:

5	Would you like some tablets/injection to help ease your <b>pain</b> ?	<b>No</b>	<b>Yes:</b> I can give you .....	<b>No</b>	<b>Yes:</b> We could do something else .....
	ايا ستاسو خوبنيري يوڅه گولۍ/پيچکاري چي د درد په کمولو کي مرسته در سره وکړي؟	نه	هو: زه کولای سم چي تاسو ته يي درکم.	نه	هو: کيدای سي مور يو بل شي وکو.
6	Are you <b>allergic</b> to any medications or anything else?	<b>No</b>	<b>Yes:</b> Please tell me .....		
	ايا تاسو د کومو درملو يا بل شي سره حساسيت لری؟	نه	هو: مهرباني وکي ماته ووايست		
7	Do you have <b>wind pain</b> (common following Caesarean birth)?	<b>No</b>	<b>Yes:</b> It helps to move about and drink water. I could give you some peppermint water which might help.	<b>OK</b>	I will fill your water jug.
				<b>Yes</b>	I will get it for you now.
	ايا تاسو د باد درد لری (د عملياتي ولادت وروسته تعقيب عام درد)؟	نه	هو: چي حرکت وکي او اوبه وچيني دا مرسته کوي. زه کولای سم چي تاسو ته يوڅه د نعناع اوبه درکم چي بنايي مرسته وکي.	سمده هو	زه به ستاسو د اوبو جگ در پک کم. زه به يي تاسو ته اوس راوړم.
8	Do you feel <b>nauseated</b> or need to <b>vomit</b> ?	<b>No</b>	<b>Yes:</b> Would you like a tablet or injection to stop the nausea?	<b>No</b>	<b>Yes:</b> I will get it for you now.
	ايا تاسو د زړه بدي احساس کوی او يا کانگي (خواگرځي) ته اړتيا لری؟	نه	هو: ايا ستاسو خوبنيري يوگولۍ يا پيچکاري چي چي زړه بدي (خواگرځي) مو بند سي؟	نه	هو: زه به يي تاسو ته اوس راوړم.

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

د ولادت نارامي او درد، درملو او شيډو ورکولو ارزونه:

9	Do you have a <b>headache</b> ?	<b>No</b>	<b>Yes:</b> Drink water and other fluids, and plan to get rest between feeding your baby. I will fill your water jug.		I will take your blood pressure.
	ايا تاسو د سر درد لری؟	<b>نه</b>	<b>هو:</b> اوبه او نور مايعات وچبنی او پلان جوړ کي چي د خپل ماشوم د مړولو په مينځ کي آرام وکي. زه به ستاسو د اوبو جگ در ډک کم.		زه ستاسو د ويني فشار وگورم.
10	Do you have burning or stinging pain when you <b>pass urine</b> (water)? Have you passed urine since your catheter was removed? Are you passing normal amounts of urine?	<b>No</b>  <b>Yes</b>  <b>Yes</b>	<b>Yes:</b> Do you need to pass small amounts of urine frequently? <b>No:</b> Please try to pass urine soon. <b>No:</b> Next time, please pass urine into this jug and leave in the room over there.	<b>No</b>  <b>Yes</b>	Drink water and other drinks, OK?
	ايا تاسو سوځوونکي يا نښ لگوونکي درد لری کله چي ادرار کوی؟ ايا تاسو ادرار کړی دی له هغه راهيسي چي کاتېتر (د ادرار تيوب) ستاسو څخه ایستل سوی دی؟ ايا تاسو په نورماله اندازه ادرار کوی؟	<b>نه</b>  <b>هو</b>  <b>هو</b>	<b>هو:</b> ايا تاسو اړتيا لری چي کوچنی اندازه ادرار وکي په وار وار سره؟ <b>نه:</b> مهرباني وکي کوښښ وکي چي ژر ادرار وکي. <b>نه:</b> بل وار مهرباني وکي ادرار په دغه جگ کي وکي او په اطاق کي يي هلته پریردی.	<b>نه</b>  <b>هو</b>	اوبه او نور چښاک وچبنه، سمده؟
11	Do you have pain in <b>your lower leg</b> ?	<b>No</b>	<b>Yes:</b> Could you show me please?		
	ايا ستاسو د پښي په کښتۍ برخه کي درد سته؟	<b>نه</b>	<b>هو:</b> مهرباني وکي کولای سی ماته يي وښايست؟		

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

د ولادت نارامي او درد، درملو او شيډو ورکولو ارزونه:

12	<p>Have you ever had any <b>blood clots</b> in your legs or lungs before?</p> <p>It will help to wear these firm stockings to prevent blood clots, OK?</p>	<p><b>No</b></p> <p><b>No</b></p>	<p><b>Yes:</b></p> <p>What treatment did you have?</p> <p><b>Yes, OK</b></p>		
	<p>ايا کله هم تاسو مخکي د ويني لخته کيدل درلودلي دي ستاسو په پينو او يا سږو کي؟</p> <p>د چسپو جرابو اغوستل به کومک وکي ترڅو د ويني د لخته کيدو مخنيوی وکي، سمدې؟</p>	<p>نه</p> <p>نه</p>	<p>هو:</p> <p>تاسو څه علاج درلودی؟</p> <p>هو، سمدې</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?</p>		<p>They work best if taken with Vitamin C, and 2 hours before or after:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tea, coffee, coke</li> <li>○ Antibiotics</li> <li>○ Methyldopa (<i>Aldomet</i>) for high blood pressure</li> </ul>		
	<p>تاسو د د بدن د اوسپني گولي خوری چي په وينه کي مو د اوسپني اندازه ډيره سي وروسته له هغه چي تاسو په ولادت کي وينه دلاسه ورکړه، سمدې؟</p>		<p>دوی غوره کار کوي کچيري د ويتامين سي سره وخورل سي او ۲ ساعته مخکي يا وروسته تر:</p> <p>چای، قهوه، کوک</p> <p>انتيبياتيکس</p> <p>ميټيلدوپا (الدوميټ) د ويني د لوړ فشار لپاره</p>		
14	<p>You are taking <b>antibiotics</b>, please tell me if you feel unwell, have any itchy rashes or swelling anywhere</p>	<p><b>I am well</b></p>	<p><b>I do not feel well :</b></p> <p>Explain how you feel</p> <p>Please show me your rash or swelling</p>		
	<p>تاسو انتيبياتيکس کاروی، مهرباني وکي ماته ووايست که د ناجورۍ احساس کوی، که خاربنتي بخار يا وري داني او يا پارسوب ولری په هر ځای کي</p>	<p>زه</p> <p>بڼه</p> <p>يم</p>	<p>زه بڼه احساس نه کوم:</p> <p>تشریح کی چي تاسو څنگه احساس کوی</p> <p>مهرباني وکي ماته ستاسو بخار يا پارسوب وښايست</p>		

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

د ولادت نارامي او درد، درملو او شيډو ورکولو ارزونه:

15	How often is your <b>baby feeding</b> ?	Every hour? About every 2-3 hours? More than 3 hours between feeds?	No No No	Yes Yes Yes: Try feeding your baby every 3 hours
	ستاسو ماشوم څو وخته خوراک کوي؟	هر ساعت؟ د هر ۲-۳ ساعتونو په شاوخواکي؟ تر ۳ ساعتونو ډير د خوراکونو په منځ کي؟	نه نه نه	هو هو هو کوښښ وکړي خپل ماشوم ته هر درې ساعته خوراک ورکړي
16	How many <b>wet nappies</b> today?	1 - 2 - more than 3		
	څو دانې لاندې پمپران نن ورځ؟	۱ - ۲ - تر ۳ ډير		
17	What colour are <b>baby bowel motions</b> today?	Black - Dark green Light green - Yellow		Show me please
	د ماشوم د غټ ادرار رنگ نن څه رقم؟	تور - خام زرغون - تيز زرغون - ژړ		مهرباني وکړي ماته يې وښايست

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

د ولادت نارامي او درد، درملو او شيډو ورکولو ارزونه:

18	Do you have pain in your breasts or nipples?	No	<p><b>Yes:</b> Could I see your breasts please?</p> <p>Do your nipples hurt when you breastfeed your baby?</p>	No	<p><b>Yes:</b> Could I see how your baby is feeding next time you breastfeed? Please call me with this buzzer.</p> <p>Could I please help you with the position of your baby or your breast to breastfeed?</p>
	ايا تاسو په سينو يا د تيانو په سرونو کي درد لري؟	نه	<p><b>هو:</b> کيدایسي چي لطفا زه ستاسو سيني وگورم؟</p> <p>ايا ستاسو د تيانو سرونه درد کوي کله چي ماشوم ته شيډي ورکوي؟</p>	نه	<p><b>هو:</b> کيدایسي زه ستاسو ماشوم وگورم چي څنگه خوراک کوي چي ته يې بل وار مروي؟</p> <p>مهرباني وکي ماته په دغه زنگ و هونکي سره زنگ ووهي.</p> <p>کيدایسي چي لطفا زه ستاسو د ماشوم يا ستاسو د سيني په حالت کي مرسته درسره وکم کوم وخت چي ماشوم ته خوراک ورکوي؟</p>
19	Would you like me to help you when you breastfeed next time?	No	<p><b>Yes:</b> Could I see how your baby is feeding next time you breastfeed? Please call me with this buzzer.</p> <p>Could I please help you with the position of your baby or your breast to breastfeed?</p>	No	
	ستاسو خوښيري چي زه مرسته درسره وکم که دي بل وار ماشوم ته خوراک ورکوي؟	نه	<p><b>هو:</b> کيدایسي زه ستاسو ماشوم وگورم چي څنگه خوراک کوي چي ته يې بل وار مروي؟</p> <p>مهرباني وکي ماته په دغه زنگ و هونکي سره زنگ ووهي.</p> <p>کيدایسي چي لطفا زه ستاسو د ماشوم يا ستاسو د سيني په حالت کي مرسته درسره وکم کوم وخت چي ماشوم ته خوراک ورکوي؟</p>	نه	

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

د ولادت نارامی او درد، درملو او شیدو ورکولو ارزونه:

20	May I show you how to <b>express milk</b> for your baby?	<b>No</b>	<b>Yes:</b> I will show you how you can do this yourself		May I touch your breasts to help you express milk for baby?
	اجازه ده چې تاسو ته وښاييم چې ستاسو ماشوم ته څنگه شيدې را وباسي؟	<b>نه</b>	<b>هو:</b> زه به تاسو ته وښاييم چې تاسو خپله دغه کار څنگه وکړي		اجازه ده چې ستاسو سينو ته لاس وروړم چې ستاسو د ماشوم لپاره شيدې را وباسم؟
21	Have you had any <b>breast surgery</b> or other <b>breastfeeding problems</b> in the past?	<b>No</b>	<b>Yes:</b> Would you like to see a breastfeeding specialist while in hospital?	<b>No</b>	<b>Yes</b>
	ايا کله هم تاسو مخکې د سيني عمليات يا بل د شيدو ورکولو ستونزه په تير وخت کې درلودله؟	<b>نه</b>	<b>هو:</b> ايا ستاسو خوبښيري چې د شيدو ورکولو د يو متخصص سره وگوري کوم وخت چې تاسو په روغتون کې ياست؟	<b>نه</b>	<b>هو</b>