



startklar!

معلومات عن الحمل، الوادة وبداية تكوين الأسرة



Mag. Sonja Wehsely
Stadträtin für Gesundheit,
Soziales und Generationen



Mag. Kristina Hametner
Leiterin des Büros für
Frauengesundheit und
Gesundheitsziele



Mag. Hilde Wolf, MBA
Leiterin des Frauengesund-
heitszentrums FEM Süd

أقدمة

اعزائ (الدام) والأه

إطف، وخص في الس ا الق الأولى ه ل جمع الآء
والأم ال دام خطة كيرة، يدأ فص في حة جديدة يرتط
- ب ر و د ية جديدة.

- لذافنم الم الاسعداد الجد المسق ، فن
- س عم مع ماضع جديدة، لم ت معروف ل سبق: أسد
صع ع الح ، الاح وال ت القنن لإجزة الأبة و
الأمم ، المسئ المل ، أو ايضاً أسد ح صد الطف

startklar

ه خ رط طري مفدة لمس عدت ، في الأسعداد لم اج هذ
ال حدي

ن ل ولطف ك الخيروبيدي رائع مع



● دف أأ والطف مزايع ؟ ... 4
● فد ص خص اء الح :
● مزايع ؟ ال شخص ق ال لاة ... 8

● الامراض والعدوى اء فة الح ... 12
● حة صد وس اء فة الح : مزا
● أ أفع ؟ ... 15

● الرعي والم بع م ق الق ب (الداي) ... 17

● الإعداد والاضير الجد لاة: مزا
● أ أفع ؟ ... 20
● ال لاة ... 22

● الرضع ... 25
● الصد افس ... 26

● وتط رالطف ... 27
● الرعي الصد لطف ... 28

● الإجراء المط ب (الإس را وتقن الط) بعد ال لاة ... 31
● الدع المدي ... 33

● فحص الح ، إء الأبة، الع ... 37

● المراف الع ومأسس الرعي لطف ... 41

● المراف الع ومأسس الرعي لطف ... 44

دور الرعاية الصحية لأم والطفل: ما هذا؟



أمراة حم تعيش في الـ س، لدي الحد في الحصص دفع الرعاية الصحية والطف. ولاي إزام كذا أاط سوي أ لا.

ويش دفع الرعاية الصحية والطف كالفحص الط ل رأة الدم وطف حد يغم العر الخمس.

حيسعدالقدور ل والطف ع الاه ب الطف وصد الأ. ح ي إتخذ الإجراء المس إذا كذا ه مشك.



أين كسني أ سول على دور الرعاية الصحية لأم والطفل؟

الحصص دفع الرعاية الصحية والطف ماط أو ط أمراض الـ س.

عدة م ص ع دفع الرعاية الصحية والطف بدءاً من الأس ع الم م الحد وذا في الفة الـ ي المرء م الإس ع ل ض ق طف أوروي في الم ج ف الص ت.

كم تكلف الفحوصات انـ موص عليها في دور الرعاية الصحية لأم والطفل

الفحص الاج الق ب ه ن. ول فقط إذا ك ط أوط م ع قدام ع شرك الـ أمين الص. ع س الم م مع الـ أمين الص الع أو أحد مـ س الص الاج ع. ح إذا لم ي لدي أ تـ مين ص، إجراء فحص دفع الرعاية الصحية والطف

بلمج. ل ق بذا ع الإتص بـ أمين الص الع بـ فـ Wiener Gebietskrankenkasse.



فحوصات دور الرعاية الصحية لأم والطفل أثناء الحمل

ي خ فة الحد إجراء فحص لدى ط أمراض الـ س الخ ص ب أوط أمراض الـ س الخ ص ب.

- الفحص الأول يـ رى ح نـ ي الأس ع الـ م الحد.
- الفحص الـ
- بين الأس ع الـ ١٧ إلى الأس ع ٢٠ م الحد.
- الفحص الـ
- بين الأس ع الـ ٢٥ إلى الأس ع ٢٨ م الحد.
- الفحص الرابع
- بين الأس ع الـ ٣٠ إلى الأس ع ٣٤ م الحد.
- الفحص الخمس
- بين الأس ع الـ ٣٥ والـ ٣٨ م الحد.

ويش ذا:

- إذا ر لـ
- ٣ فحص لـ ج ف الص ت و
- فحص ع

وس ه ع س الم فحص الرئين وق س ضغط الد.

يق ط أوط أمراض الـ س ب إجراء الفحص ويق بـ س ذئج الفحص في دفع الرعاية الصحية لأم والطف.



تذير!

لحصص بدري الطف بل مي أ ت أ ذ ق ب إجراء ج ع الفحص العشرة:

- ٥ فحوص تُرى م ق ط أوط السعخ فة الحد
- ٥ فحوص لطف م ذ ولادت ح ذ ي الشر ال ١٤ م ع ر

بعد الفحص الخمس لطف س قين رسلا م شركا الأمين. الرسلا تذكر بذا ع
إذ إجراء العشر فحوص ال ارادة ب د ف الرعي الصد ل و الطف إلى الشر ال ١٨ م
ع رطف .
وهذا أمر م ح ي س ل الحصص ع بد رعي الطف بل م. إقرئ المعم في
دف الرعي الصد ل و الطف .

تذير!

انتباه: ينطبق على ا واليد بدايةً من ٢٠١٧/١/١:

ح ل ك قد تقدم بط ل حصص ع بد رعي الأطف ف ع أ ت أ ذ ق ب إجراء الفحص ال ل :

- الفحص ال ارادة في دف الرعي الصد ل و الطف خ فة الحد
- الفحص الأو لطف والمقرب فحوص دف الرعي الصد ل و الطف

ع أ ت إجراء الفحص ب داي م الفحص ال ح الفحص الخمس بحد أقص
ح ذ ي الشر ال ١٥ م حة طف ي تقد إفدة وتك د ب لفحص إلى الأمين
الصد .
وهذا أمر م ح ي س ل الحصص - ع بد لرعي الطف بل م. إقرئ المعم في
دف الرعي الصد ل و الطف .

الفحوصات المقررة على طفلك في دة الرعاية ال صحية ل أم و الطفل

- في الأشهر ال ١٤ الأولى م حة طف لا بدم إجراء ٥ فحوص لطف :
- الفحص الأو لطف ي في الاسع الاو بعد ال لادة (وي إجراء غل في
- الم س ش ف).
- الفحص ال لطف ي إجراء بين الأسع ال ٤ وال ٧.
- الفحص ال ل لطف ي إجراء بين الشر ال ٣ وال ٥.
- ب لأض ف ال فحوص ل أنف والأذ وال حرة
- الفحص الرابع لطف ي إجراء بين الشر ال ٧ وال ٩.
- الفحص الخمس لطف ي إجراء بين الشر ال ١٠ وال ١٤.
- ب لأض ف ال فحوص الع

بعد ذل ي إجراء ٤ فحوص مقررة ع طف في دف الرعي الصد ل و الطفل ح
الخمسم ع ر .
لا بدم إجراء هذ الفحص ، ف ذا أمر م لطف !



أي الفحوصات تُجرى في تسخين قبل الولادة؟

الفحص في الأشهر الأولى

الفحص في الأشهر الأولى القدي بين الأسبوع ١١ والـ ١٤ م
 بدايات الحمل .
 ويهدف من الشفافة القفوية بلمج ف الصفة وكذا فحص الأوعية الدموية .
 من هذا الفحص الحصة مؤشرا تفدي بصد الجين بشجج أوعد
 اصدي
 ف زيادة ك السئ لم جدي في القس الخف لرق ك ارتفاع الاح ب لإصدي
 بشجج

إختبار Combined-Test وهو اختصار لـ روم زوم

يختبر Combined-Test بين الأسبوع ١١ و ١٤ م الح . بالإضافة إلى قس
 الشفافة القفوية هذا الاختراع طريق اخذ دم .
 وهو يديدهرم نين . وديناي الحصة مع مأك دق ح الاشه
 المحل بين .
 إذاك أم هذا الاختراع إيدي بفس ري المزيديم الفحص الأخرى لضح هذا .
 ع س الم :

اختبار NIP-Test

اختراع مرق الالادة وه إجراء غير جراحي : ع طريق فحص الدم .
 الاختراع القدي بدمم الأسبوع العشر لـ ، وه فحص دق جدا يخص
 بلا روم زوم الخصة زم داو .
 س أخذ دم وس . وتسخر ع الدحالي أس عين . بعد
 نل ي قس الشفافة القفوية بلمج ف الصفة . وسقط أوط قش
 الئج مع في الأسبوع ١٢ أو الـ ١٣ م الح .



الفحوصات الخاصة بالأم الحامل:

ما هو تسخين قبل الولادة / Diagnostik Pränatal ؟

قد تسطعين بلفع إجراء الفحص الخصة أثناء الحمل كدم طف .
 ويس المرء هذا الفحص بشخص ق الالادة تشخص .
 Pränatal ه ك لات تع : ق الالادة .
 Diagnostik ه ك يذ ن تع : الشخص .
 في أثناء الشخص ق الالادة يفحص الط أوط تتم إذاك ه مشك في
 تط رطف .
 و إذا الأمراض أو الاشه م خ نل .
 ولأي ع إجراء هذا الفحص .
 فم ذأ تقرر أ الفحص تريدي القدي .
 ي ع دفع ت ف الفحص لشخص ق الالادة بفس .
 سق الط أوط بدم بذا .

تصوير الأعضاء والأجنة

الق تصوير الأعضاء والأجنة بين الأس ع الـ ٢٠-٢٢ م الح .
وهو يبدق على فحص أجنة طف وأعضاء بل مج ف الصت ف يع
بم ن الإص ب بلا شه أوالع الخق .
وهذا يش الأعضاء الداخ ،

م :

● الدمغ

● الق

● ال

والأجنة الخرج ،

م :

● الذراع

● السق و

● ش جس طف .



ه فحص أخرا الق ب .
هذ الفحص ه أيضا دقق جدا وتعط مشرا ع الاغيرا لى طف .
ول ه أيضا خطر عدالق بذ الفحص وه خطر الإجض

لأن في هذ الفحص ي تدخ غير جراح صغير(بإسط ادخ إبرة لسد مءم
المش)

فحص Chorionzotten-Biopsie

ه سدء م المش لشفء أ ع ج في الجين
سدء م المش الق ب بين الأس ع ١٠ و ١٣ م الح .

إخ رسء الأم المحط بلجين Fruchtwasser-Punktion

ال الأجة لذل ه Amniozentese.

الق ب بين الأس ع ١٦ و ٢٠ م الح .
سق الط أوالط بء م ع هذ الاخر .
م ه الفحص ال ي إجراء ه ؟

وه :

- الفحص في ال ش رالولى لحد ، في كيرم الأحد ج إلى ج مع فحص
الذخص بفحص ال روم زوم Combined-Test
- تصوير الأعضاء والأجنة الداخ ل ين.



الأمراض والعدوى في الحمل



الألام الطفلة في فترة الحمل أمر طبيعي .
وهي أيضاً أمراضاً تحدث في فترة الحمل .

السكري الحاملي

وسر الحمل هش م أش مرض السر الذي يحدث فقط أثناء الحمل .
حيث ترتفع نسبة السكر في الدم بشكل كبير .
هذا ليس مشكلاً في الحمل والولادة ويصح بضرر الحمل .
لذا فيجب في الفحص المقررة في دفع الرعاية الصحية والطف إجراء اختبارات
السكر الحاملي بين الأسابيع ٢٤ والـ ٢٨ من الحمل .
هذا معترف به بمرض الحمل في الحمل .
إذا كان شخصاً مصاباً بمرض السكر في الحمل فيجب الإخترار في الأسابيع
٢٠ من الحمل .
بإلا لمعظم النساء خفض ارتفاع نسبة السكر في الدم عن طريق تغيير النظام
الغذائي . أحذر لا بد من علاج ارتفاع نسبة السكر في الدم بالأنسولين . سق الط أو
الط بصدق وإرشاد .
بعد فترة الحمل في الغل مش ارتفاع نسبة السكر في الدم . أ تسر في
مراعاة النظام الغذائي الخاص به و رسم مريضه . ويأ تسر في
القبول بفحص العدوى .

التهاب الكلى البولية أو عدوى في منطقة الحبل

إذا كان حملاً فسيكون أكثر عرضة لعدوى المسالك البولية
أولاً في مطلقاً .
اتصاع الفربط أو بطن
إذا كان
● لديه ألم حاد في الظهر .
● عند تغيير الملابس .
● لديه حرقان .
● لديه إفرازات مفرطة .
● لديه احمرار وحرارة في الغشاء المخاطي .

التهاب الكلى

الحص الكلى مرض طفلي غير مألوف .
ولذلك إذا كان مريضاً بالحص الكلى فيجب فحصه بصرية خاصة في فترة الحمل
شراً الأولى من الحمل . أي هذا الأمر خطيراً وأياً أدى إلى الإجهاض أو
طفلاً قد يولد معقد .
عندما قد يصير أضعف أو أضعف .
أولاً في الحمل في الحمل .
إذا كان حملاً فيجب ألا تقام مع أنس يعزى من الإصابة بالحص الكلى .
ويجب تطعيم النساء الحوامل من ١٠ إلى ١٢ ضد الحص الكلى .
حيث النساء اللواتي لم يصبن بالحص الكلى في مرحلة الطفولة فيجب تطعيمهن قبل
أو بعد



التهاب الكبد الوبائي

الالتهاب الكبدي الوبائي هو عدوى فيروسية خطيرة يمكن أن تؤدي إلى تلف الكبد. يتم انتقال الفيروس من شخص إلى شخص عن طريق الدم، الدموع، اللعاب، أو سوائل الجسم. غالباً ما لا تظهر أعراض الإصابة إلا بعد مرور عدة أسابيع على الإصابة.

وهي عدة أنواع من مرض الكبد:

- التهاب الكبد الوبائي أ: ينتقل عن طريق الطعام والشراب الملوثين.
- التهاب الكبد الوبائي ب: ينتقل عن طريق الدم وسوائل الجسم.
- التهاب الكبد الوبائي ج: ينتقل عن طريق الدم وسوائل الجسم.
- التهاب الكبد الوبائي د: ينتقل عن طريق الدم وسوائل الجسم.

داء القوسيات

داء القوسيات هو مرض يسبب طفحاً وحمى. ينتقل عن طريق تناول الأطعمة الملوثة، خاصةً اللحم النيئ. يمكن أن يكون المرض حاداً أو مزعزجاً، وغالباً ما يختفي من تلقاء نفسه. يجب تجنب تناول اللحم النيئ وارتداء ملابس النظيفة.



حياة صحية في فترة الحمل: ماذا كُنني أن أفعل؟

- تجنب الاتصال الجنسي مع شركائك الجنسيين.
- تجنب تناول الأطعمة النيئة.
- تجنب تناول اللحم النيئ.
- تجنب ارتداء ملابس النظيفة.
- تجنب ارتداء ملابس النظيفة.
- تجنب ارتداء ملابس النظيفة.

تجنب تناول الأطعمة النيئة.

- تجنب تناول اللحم النيئ.
- تجنب تناول اللحم النيئ.
- تجنب تناول اللحم النيئ.
- تجنب تناول اللحم النيئ.
- تجنب تناول اللحم النيئ.



الرعاية من قبل القابلة أو الداية أو ابنة

القب أو الداي أو المولدة ه قب أو داي أو مولدة مدرب ومع .
القب أو الداي أو المولدا لا يدع ويسعد فقط أثناء الولادة.
ولا يسعد المشرة أثناء الح وبعد الولادة.
ول جمع الاسء الاسءة م مسعدة القب أو الداي أو المولدة م ق .
ولا هذ المسعدة لس داء ن .

ماذا ف الرعي ال تقدم القب أو الداي أو المولدا ؟

ه قب أو داي أو مولدا يق بلحصه أجره مشرة م الأمين الصد .
ي أ تدفع لقب القب أو الداي أو المولدا أجره بفس .
أ تسد م شرك الأمين جزء م ال ف إذا كن لدية فترة .

ماذا أ أفع إذا أرد رعي قب أو داي أو مولدة؟

إذا كن ترغين في الحصه الرعي م القب أو الداي أو المولدة فع الاتص
خ فة الح بلقب أو الداي أو المولدة.

دي قنل القب والداي والمولدا ع : www.hebammen.at

وه أيضا القب العن أو الداي العن أو المولدة العن بفس .

ه ي بلسءق وبعد ال لادة ويقدم ل خدم كبيرة .

ه دعم قب القب أو الداي أو المولدة في ع نسء أو دع فرد- .

و الاطع مزيدم المع م في نيه هذا .

التخلي عن اتباع امية الغذائية (الدايت) وال سوم .

ح لك مدي ي ع أذاء الح اخ ع اتع الح الغذاء (الداي)
والص

لا يصح بلد الغذاء (الداي) والص بلس لسء الحام .

شرب الكثير من الماء

ي أ تشرب م ٢.٥ إلى ٣ ل ي م خ فة الح .

اشرب المء في أغ الأء .

تجنبي الكافيين .

لا تشرب م يزيد ع ٢-٣ أك م القة أو الش الأخضر / الأس ديم .

ماسة الرياضة بانتظام .

الحرك ل تأثير ي ب بش خصه صدك م الأ والطف .

أ يصح الط أو الط بش هذا .

تناول الكحول و البجائر .

المشروب الحل والس نر تش خطراع صد طف .

إذا كن دي صع ب في الام ع الح أو الس نرفع

الاتص ركز المشرة .

ع وي مراكز المشرة العرع في نيه هذا .

تتعاطي المخدرات .

الأدوي والمخدرا في فة الح تعبر خطيرة جدا ع طف .

إذا كن لدية مش الإدم فحدث مع ط أو ط .

أو اتصلي ركز المشرة .

ع وي مراكز المشرة العرع في نيه هذا .

ال تين والح والمخدرا ه أشء خطيرة جدا في فة الح .

أيض تعبر بعض العققير خطيرة أثناء فة الح .

ح إذا كن تخذ ي هذ الما دبش ندر ف إيذاء طف جدا بس خدام !

رعي القرب أو الدايا أو المودة بعد الالادة

في الرعي المزل بعد الالادة تت القرب أو الدايا أو المودة في الأسبوع الق الأولى بعد الالادة إلى مزل .

ي أ تسق بفس مع القرب أو الدايا أو المودة ك مرة تت إل القرب أو الدايا أو المودة في هذا الق ؟ هذا يع د ح لطف .

بش ع ، ف ت ف ه زيرا مزل اسعدت م ق ال أمين الص ح .

خير

٠١/٠١/٢٠١٧

لاي في أ ي مغدرة المسشف لا ي ج خروج او مغدرة م رة م المسشف " لذي ح في ا تزور القرب في المزل خ ا ٥ اي الاولي بعد الالادة

ي ت فراس ط ع د الح ج لمزيدم الزيرا المزل م ق القرب اع دأع الح ل الط ا ضر القرب في المزل لمدة ١٢ مرة في خ ا ا اسبع الاولي بعد الالادة إذاك ،

- قد غدر المسشف في نفس ي الالادة تت القرب إل في المزل ١٢ مرة.
- قد غدر المسشف بعدي م الالادة تت القرب إل في المزل ١١ مرة
- قد غدر المسشف بعدي مين م الالادة تت القرب إل في المزل ١٠ مرا .
- قد غدر المسشف بعد ٣ أي تت القرب إل في المزل ٩ مرا .
- قد غدر المسشف بعد ٤ أي م الالادة ف ي ح ل أ تزور القرب في المزل بلمج .

في الع القصري أو الالادة الم رة -

وه الالادة ق ن ي الأسع ا ٣٧ م الح

فزيد عدد الزيرا المزل بقدي مين ع عدد المرا المذك رة سبق

أيض إذا عدد ولادة اك م طف

فزيد عدد الزيرا المزل بقدي مين ع عدد المرا المذك رة سبق .

المشرة القرب أو الدايا أو المودة ن خ فة الح

بين الأسع ا ١٨ والأسع ا ٢٢ أ تطل برعي م ق القرب أو الدايا او المودة م خ دف الرعي الص ح ل و الطف .

تسغر مشرة القرب أو الدايا أو المودة سع واحدة وت ن .

في أث م مشرة القرب أو الدايا أو المودة الح ص ع مع م ح

● سري فة الح

● الالادة

● فة م بعد الالادة. هذه الفة م ٦ إلى ٨ أسبع بعد الالادة.

● الرضع الط ع

● السك المعززة لصح أثء الح وبعد الالادة

● خرا الدع الأخرى

الاسفدة م عرض اسشرا المجن ل قرب في دف الرعي الص ح ل و الطف .



عليك أن تستعدي جيداً للمناسبة

يسمح لشخص واحد فقط أن يأت مع إلى غرفة الولادة ويحضر عد ولادة. إذا
ي هذا س الم ، شريد ح ت أو والدت أو أخ أو صديق .
ع حز حق ل س ش ف .

في معظم المستشفيات صدين ع قن ب الأشياء ال جين إل عد بقن في
المستشفى .

ع الإسفسر ع ذل في المستشفى .

لا تس أيضاً إحضرم بس لطف يرتدي عد الذه ل ز .

ع ب حضر كر س (مد) لطف ي ضع ف في أث ق دة السرة .

اسعرة كر س (مد) ال طف أيضاً م أحد ناد السائقين .

ع س الم ، ك ARBÖ أو ÖAMTC .

قد تسغر ال لادة عدة سع .

ويد لي فع الشخص المراف أ يأخذ مع الطع والشرا ل ول .

في المستشفى ي تفير الأك والشر والرعي فقط ل و لطف .

في العديدم المستشفى تجد غرف لعد .

ه ا يق وي مع شريد ح ت .

إطع ال طف مع .

ي أ يحص شريد ح ت ع إجرة وي أ ي مع في المستشفى .

إذاك تريدي أ ي ل غرف عد ف بدا تع المستشفى بذل بش مس .

الرجاء الأسفسر ع اسعر الغرف العد .

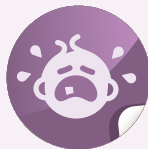
معلومة:

صدين م مدي ف ع ك س لفئ ي ع مع م مفدة .

ج ب لفع في أث ع الح م أحد المراكز الاسع ل الدي و لطف دي ف .

وسف ج إلى دف الرعي الص ل و ال طف .

ع وي مراكز ال الدي و ال طف دي في ذ ي هذا ل .



إعداد يد للو دة: ماذا كني أن أفعل؟

ه العديدم الأشياء ال الق ب ل س عد بقدر الإم بش ج د ل لادة .

اهتمي بتسجيل موعد الو دة ا عمل في أهدى ا سفيات

ع ا تس نفس بين الأس ع ا ٦ إلى ١٢ م الح

في المستشفى وال تريدي ا تضع ف طف .

تقد ك مستشفى تقري ج لا تعريف بغرف ال لادة .

غرف ال لادة ه غرف ال ضع .

اسخبر ع العروض وال ز ا والمعدا في قس ال لادة .

ا ترى العديدم مأسس ال لادة وأ تقر بين عروض .

اسه كي في الدورة ا عدادية للو دة

م المسحس أ تقم ب ل س في دورة الإعداد ل لادة .

وي ع فع هذابين الأس ع ال ١٧ وال ٢٠ م الح .

هذ الدورة ع مع م ه م ع طر ال لادة والرضع .

س ف ت ع ين ب تق ال فس وغيره م الأمر .

معظ الدورا غير ذ .

ول ه أيضاً جس ذ ل حص ع مع م ع ال لادة .

ع الساء ع في المستشفى .

تقد الق ب العد أو ال دا ي العد أو الم لدة العد ب ف جس ذ ل إعداد

ل لادة في ع نسئ . وكذل تقد اغ المستشفى مع م ذ ع

الرضع

الع رع ع وي الاتص والمع م ح العروض الأخرى في ذ ي هذا ل .



الوادة



أ تداً الالادة بطريقتين فبين:

م الم ا ت ت آلا الالادة/ المخض.

آلا الالادة ه آلا ،

● تس رلفة ط ي م س ع إلى س عين

● ت ت ع ف ا م ظ م ٥ إلى ١٠ دقئ

● وتسغر مدة الألم ح الي الدق ق .

م الم ا ي ف ر ا ل س الذ يحط بلجين.

يس أيضاً ب ز ا ل س والأغش .

وإذا حد نل ف ع الإ تص بخدم نق المرض

- وي أ ي إحضر نئ ع الظن .

- معظ السعيد أطف ل في غرف الالادة في الالاضع الذ تفرض المرأة .

غ ل م ي ه أيضاً كرس الالادة وح الالادة كسئ مسعدة اضف .

في بعض المسشف الالادة في الم .

ل س بلضرورة أ تذه إلى المسشف ل الالادة .

ف أيضاً إم ن الالادة في المزن .

وسف ج إلى رع ي الق ب أوالدي أوالم لادا وإلى ج ع الفحص الم ج دة

- بدف الرعي الصد ل و الالاطف

- ع أ تدفع ت ف الالادة في المزن بفس .

- وم الم ا تدفع ل شرك الأ مين جزء م ال ف .

- اس ع بفس ع نل لدى الق ب او الالاي أوالم لادة .

ماذا كني أن أنعل لتخفيف ا م ؟

ك ولادة يصح ألم .

إذاك لاتسطع الألم ف طر ل تخفف الألم .

عدة م ي إجراء حق تخدير مضع .

هذايه أذ صين ع در .

الخديره يس بل خدير الالصف .

ي حق الخديربين فقرا الع د الفقر

وتخدر جزء واحد فقط م الجس .

ح ت نين في وع الم م عد الالادة .

في بعض الأح ولأس ط ي م الضرور إجراء ع قصري .

ه ي ل الالاطف في غرف الع ع طري فح الالاط .

أيض في هذ الحل عدة م ي الخدير المضع .

ماهي الوادة في العيادات ا ارجية؟

إذا ترك المسشف في غض ٢٤ س ع بعد الالادة ف ذايه الالادة في الع دا

الخرج .

ماهي ا غادرة ا بكرة للمسنفى ؟

إذاك مغدرة المسشف في غض ٣ أي الأولى بعد الالادة الط ع ف مغدرة م رة .

في الع القصري أوالالادة الم رة أوع د ولادة اك م طف ف المغدرة الم رة

ل سشف

ت عدتر المسشف في الأي ا ٥ الأولى .

ولا ي حس ي الالادة ك م الأي ال ث او الخس ف الالادة ه صفر .



الرضاعة الطبيعية

- الرضاعة الطبيعية هي الغذاء المثالي للطفل.
- الحد الأدنى:
- الحد الأمثل فرطاً إلى
- وفي درجة الحرارة المثلى
- يقلل من الإصابة بالأمراض
- ويمنح الحسنة في وقت لاحق
- الرضاعة الطبيعية تعطي الدفاع والأمان

ضع طفلك بعد ولادته فراع صدره.
ويبدأ الحدة بعد يومين أو ٣ أي بعد الولادة.
قد ناله من قبله. ويسمى أيضاً: بلل.
وهو سبب وأصفر ويحب طفله المريض.
بعد حوالي أسبوعين يبين الابن الاضيق قد تشبه.
وهذا يفي لأو ٦ أشهر ولا يجين إلى م.

تنبيه

الرضاعة الطبيعية لا م حدود جديدة.
ع الإسهال ع خراباً وسوء مع الحدة لدى ط اوط .
بعض الإسهال لا يسقط أو لا يريد الرضاعة الطبيعية .

في هذا الحدة لا يجد لدية م يدع لقة .
ف الح الصعدي تصعب بشدة جداً إذا ج طفله .
اه بظف المطبخ.
اسخدا فقط الماء المغلي ز الطعم لطفه .
إذا كان لدية أسهال الحصة ع دع م ق :
● القدي

- مسشور الرضاعة و
- رض الأطفال في المستشفى

تنبيه

اذ م ٢٠١٧/٠١/٠١ لا يجد الخروج او المغفرة المرة".
ل بعد م ق القدي في فة اليفس لا يد دفع قدي الخروج او مغفرة المستشفى
م ق الأمين الصحن

انظر الرعي م ق القدي بعد الالادة"

أي شيء يجب علي أن تتذكرها؟

ع العدي في الاق المس برعي القدي او الالاي في المرن .
و الاطعم المع م ع هذا الأمر في هذا الاثقة ع ا :
«الرعي م خ القدي أو الالاي ."
ع العدي وإيدط الأطف أوط أطف في الاق المس
لإجراء الفحص الازم كه مصص ع في ك الأ والطف .





ووتطور الطفل:

هل ينمو طفلي ويتطور بصورة جيدة؟

في السبب الأولى من الحادة د كيرم الأمرف يخصص ب الطفل تطرر .
يداء الاطف في اصدار الاصا ث نط او ك , ك الج س قرياً , ث الحد
مرح الاقف والمش .

هذا الخطا تعبرم جدالدة الطف بك .
الأطف ف جدا, الاعض يسطع الاقف ع قدم في وقت م رجداً, ب الاعض
الأخرى لا يسطع الا .

إذاك غيرم كد م إذاك طف ي ويطر بصره صحح وجدة, في هذا الحد
لمظ ف مسعدت

ساعدو - أستطيع تهدئة طفلي

كيرأ م يع بعض الاطف بعدال لادمة الانفخ
ه أيضا بعض الأطف ذو الطع الحسس الذي لا تدد

ام لي على المساعدة.

تجدهن ومظ تقدر خدم إسشريد مسعدت في هذا الحد
مسعدة في الأسد المعق بل ب
المسعدة عدم يبرالطف ويداء في الحرك
تت مسلاً م جدأوه ال ب
في هذا الحد والمظ الخص بلخدم الإسشريد طرح ك الأسد
المعق ب ب الاطف

العورع المعوم المعق بلإتص في ن ي هذا ال



الصحة النفسية

الحد والالادة يغيرا حد ت .
إذاك بعدال لادة حزيب أومق المزاج
أوإذاك لدي شعور بذ غرق م خ ك الأشء الجديدة فذا أمرط ع تمم .
إذاس ر هذ مشعر لفة ط ي ف الم أ ي لدي اكئ م بعدال لادة.
والمس أيضا: بلاكئ بعدال لادة.
قديسر م شريد إلى ٦ أشربعدال لادة.

كيف تعرفين أنك بحاجة با كتاب؟

- ه لدي شعور بلحز طا الاق ؟
 - ألا تشعري بلفرح بذا صر أم ؟
 - ه أن سريعا الانفع والقا ؟
 - لا تسطعين الا ؟
 - ألا تسطعين الا كزبش جدا ؟
- إذاك الجاء هذ الأسد ب نعي ع
ع ك حد م الأحاد ع مسعدة نفس .
دث مع الط الاسئ أو الط الاسئ أومع
ق ب .
أومع ط الأطف أوط الأطف .

انت لست وحدك وبمفردك!

ه أيضا الئ الاسشريد ال أ تسعد .
دي ع وي الئ الاسشريد في ن ي هذا ال .





التطعيمات - اللقاحات لـ أطفال

الطعم طف م الأمراض السريه (المعدي) الم ررة.
تعبير الطعم أفضل إجراء ضد الأمراض السريه
الأمراض السريه ه الأمراض المعدي ال ت ج م الإص ب بعدوى بع ام مس
ف. مس الأمراض ه ال يريه أو الفيروس .
الطعم تعزز زالم ع ضدها الأمراض.
يدي أه المع م ع الطعم لطف ، في ك الطعم الصدوم وزارة الصح
والمرأة.

رى او تعط الطعم وف جدو زم معين
غلا ي اك الطعم في أقر وق

اخذ قرارم (حس الجدو الزم ل طعم) وضدا م الأمراض ي ا

يدي طعم طف

الرجاء ط الصح والإرشاد بذا الخصص م ط الاطف

كيري م الطعم يحص ع الأطف ذ

ه بعض الطعم المصب ب وهذا تدفع ث بفس

ماهي تطعيمات اطفال امانية؟

هذا الطعم لطف - ح ع السدس المصب ب حس تص البردمج الاط
ل طعم الاطف وه :

● لقح فيروس الروتا (الإس والقء): لقح ش الأطف ع طريه الف

● الخ - السع الديو (السع الديو) - الازان -

الإنف نزا - ش الأطف - ال ال B

● الإل الرئ

● الحص - ال ف - الحص الألمذ



الرعاية ال سحية لـ أطفال



قم بـ إجراء ك الفحص المقررة في ك الأ والطف

وبذا يصح م الم الاعرف ع ا مش صد ع دطف في الاق الصبح

وك ومعلج في الاق الم س .

ع س الم تش الفحص :

● وزن وق س الطف

● م قش والحدي ع الغذي، الف م والقح

● الفحص الط لطف وتق وتطرر، السع وال والحرك .

● الاس ع الى تقرير الآباء والأم ح ال طف والأمراض ال تعرض ل ال طف

● فحص العين م ق اخص ص أوط م خصص في ط الع والصريه في ع ر

السين

● ال ص زيدم الفحص



الذهاب للمعالج والهيئات الحكومية بعد الولادة

بعد تسعة أسابيع من الولادة، يجب على النساء المصابات بالتهرب الكروني بعد الولادة زيارة الطبيب في غضون أسبوعين من الولادة.

هذا الحصة هي أهم الأثر للطف. وهذا هو:

● شهادة الميلاد

● تأكيد التسجيل (الإقامة والولادة في ف)

● شهادة الميلاد

● شهادة الميلاد

إذا كان غير متزوج والد الطفل، وثيقة أخرى والتي يعرفها الأب. في غضون سبعة أسابيع من إصدار الأثر للطف، ن:

● شهادة الميلاد

● شهادة الميلاد

● جاز السفر

● تحديد شخص

بعد أيضًا وتسجيل الم الذي يعيش بطف. Bezirksamt. ويس هذا الأمر: بس الإقامة.

هذا التسجيل القيد أيضًا التسجيل عند الإبلاغ عن ولادة طف. هذا مستشفى والد تسطيعين به ج أهم الأثر للطف.

ومثالي في الذهاب إلى المس - .

يطع: "نقط الرضع". "Baby-Point".

التطعيمات اوصى بها والتي يجب ان تدفعي ثمنها بنفسك؟

- نزع السحائ B و نزع C
- FSME (وهو الالتهاب الدماغ الذي تسببه القراد)
- Feuchtblattern جدر الماء
- الالتهاب A
- Gripe انفلونزا

أين يمكن الحصول على التطعيمات لطفان؟

الاطباء لطف، والحصة في هذا الأمر:

● عد الأطف الذي يقدم خدمة تطعيم الأطف.

● مراكز الصحة العمومية في Bezirksgesundheitsämtern وفي MA ١٥

المستشفيات المتخصصة بالطب والسفر. الحصة الطبع غير المجانية بسعر أرخص.

● في MA ١١

● في عدة الأطف في المركز الصحي. Gebietskrankenkasse.

الحصة عن هذه المراكز في هذا الأمر.

في ف ي جد : نقط الرضع " Baby-Point ع س الم في:

- المستشفى الع واخصر AKH
- مستشفى الدان واخصر SMZ Ost

ك ي جد في المستشفى الأخصئين الاج عين والأخصئ الاج ع
أيض مسعدت إذاك لدي أسئ .
ع س الم ف ي ع ب:

- المسعدا لعدئ (مراكزالالدي والطف)
 - المشرة المل
 - الرعي
 - العز
- إسألني ع ذل !



الدعم المالي



إذاك لدي طف ف جد في ال س أش ف م الدع المالي. ع س الم :

مساعدة أسرة

الحص ع مسعدة مل لأسرة ع ك طف .
ولا ي م إذاك تعين أولًا وكذل لا ي مقدار م تس .
لحص ع المسعدا المل لأسرة ي أ يس أحد الأبيء مع الطف .
وي ا يعيش معظ الاق في ال س .
ويس هذا: ركز الحة .
ي أ ي مركز الحة في ال س .
وي ع مقدار المسعدا المل لأسرة بع رطف وبعد الأطف .
ي دفع المسعدا المل لأسرة شري .
في الغل ص الأ ع المسعدا المل لأسرة .
لا ي تقد ط لحص ع المسعدا المل لأسرة .
هذا يحد تقدئ إذاك قدق بس ولادة طف .
سفتق بعدذل رسلا م س ط إدارة الأما .
تفدالرسلا بئ ي ل الحص ع مسعدة مل لأسرة .
وإذاك م الضرائ Finanzamt لا يزا في حج إلى مع م فسذك رو
ذل في هذ الرسلا .
ع الإجد ع الأسئ المط الإجد ع وإدخ وك ب ال ذ القص .

بدل/إعانة رعاية أطفال

- وه أيضا بد لرعي الأطف .
- لحص ع ي تقد ط . أ-تفع ذل م ي الالاة.لق بذل ف بدم
- الذھ إلى ال أمين الصد الخص ب .
- ي دفع بد رعي الأطف بعدد الأمم .
- ه أش ف لحص ع بد رعي الأطف :
- ه بد رعي الطف في ش م غ ش م .
- حل ي جد طر ف .
- أو ي دفع بد رعي الأطف وفق ل د خ .
- بد رعي الطف في ش م غ ش م ا يدفع أيضا ل س الذي لم يع أولم ي
- م م ع .
- بد رعي الأطف وفق ل د خ صين ع إذاك قد ع بش مس ر في ٦ أش ر
- الأخيرة ق الالاة أوق فة الح ي .

خبر

مع م هم :

- اع رام ع ٢٠١٧ ف بعض الغيرا ال سطرء ع بد رعي الطف في ش
- م غ ش م .
- إذا ولد طف بعد ١ مرس ٢٠١٧ ف تجد هذا الطر ا ع المخ ف ل د رعي الطف في
- ش م غ ش م .
- بدلام ذل فس جد حس ل د رعي الطف .
- ه ع أ تقرر مدة حصل ع اما رعي الأطف .
- وه أيضا ي جد م غ م لي إض في ل زوجين أو
- م غ م لي إض في ل ق ولمدة ت ي الأسرة .
- ل يغير ش في بد رعي الأطف وفق ل د خ .

أين كنتي ا سول على م يد من اعلومات حول بدل رعاية اطفال؟

- يدي مع م مفص ع بد رعي الأطف في ك مفص . ويس هذا ال
- بد رعي الأطف .
- الحص ع هذا ال في غرف الع , وايضاً ال زارة الال يدي ل أسرة والش
- تفرمع م ع بد رعي الأطف ع س الم مراجع م غ بد رعي الأطف .
- يدي المزيد المع م في ذ ي هذا ال .

ما هو الدعم الال آخر ا توفر؟

- ه المزيد وسئ الدع المالي ل س رال ل دي الق م الم .
- أول أشخ ص الذي يقم فرده ب ب الأطف .
- م أ ج الحص ع هذا الدع الإض في ي ع ت م ط مع .



ي جد:

دع الأسرة

- مدي ف تدع بش إض في الأسر الذي ل دي الق م ل د خ .
- وكذل الأشخ ص الذي يقم فرده ب ب الأطف يحص ع مزيدم الدع .
- هذا الدع يس دع الأسرة .
- الحص ع دع الأسرة ل طف في س السين او ث س ا
- م MA ١١ . هذا م الش والأسرة .
- يدي مزيدم المع م ع دع الأسرة في ذ ي هذا ال .



أمل وأبوة وأبوة والنشاط المهني/ العمل

إذا كان لديك فغير مسجل العمل أو تغعد اوتق بطرد وفصم العمل .
يطع ذلك: الحديم الفصم .
عبدحضروتس إفدة طبلد لجة .
تسرحديم الإقل والفصم بعد مرور أسبعم إجرة الأمم الخصم .
في الفة الريد لات فرالديم الفصم .

خير

إذا كان لديك عقد مع صاحب العمل فذا اضطرر
وع.
الحصم حق في المحم .

إذا كان عطع العمل المسين لدى خدمس العمل فبدأ تخبر
خدمس العمل بخدم .
لايزا بيم ذلك الحصم إعن الطل أو مسعدا طرئ .



مسعدة الأسرة

هه مظم المسعدة ال تدع في الأع المزل أو في رعي الأطف في المسشف
أو في الأسبع الأولى في المزل .

عسالم :

- الريدس
- المسعدا الشع أو
- مسعدة ال س

يدف مسعدة الأسرامك أو جزئ . ع فقطت مطمع .

المسعدا الإضف

الاس الذي يقم فرده ببالأطف أو الأسرالذي لديه القم الدخ
الحصم مزيدم المسعدا بالإضف إلى ببالأطف .
ع فقطت مطمع .

صدو تعيض المشق الاقعع الأسرة

العء الذي ه في حال الطار ،

الحصم دع م صدو تعيض المشق الاقعع الأسرة .

وه عرة مسعدة مل تدفع لمرة واحدة لسد حال الطار .

صع المزيدم المعوم ح المسعدا وصدو تعيض المشق الاقعع
الأسرة

لدى خدم الأسرة بل زارة الديل أسرة والش .



ماهي إجازة الوالدين لرعاية الطفل؟

بعد ٨ أسابيع من ولادة طفلك عدة من إجازة حدي الأمم .
تس إجازة حدي الأمم لفظة أطبعال القصري أوال لادة المرة
أوبعد ولادة أكم طف .
وتبعال لادة ب١٢ أسع .
ث الحصع إجازة الالدي ال تحرح لرعي الطف .
إجازة الالدي يع أن لاتعين .
إذاك تريد أ ص م شرة بعد إجازة الأمم مع إجازة الالدي فع إع ج
ع بذلق أ ت إجازة الأمم .
وأفض طريق ليع ه الإع بشك ب .
يع أيضاً تخبري بة إجازة الالدي ال تريدي الحصع .
شريحت أ يحص أيضاً هذ الإجازة .
يالأ والأ الحصع إجازة الأبي .
الشخص الذ يريد أ يحصع إجازة الالدي أ يعش مع الطف في من مش .

خير

إذاك الأ يريد أ يحص م شرة بعد إجازة الأمم الخصب ب ع إجازة الأبي ف بد
ع أ يع ج ع بذلق في غض ٨ أسبع بعد ال لادة .

ماهي إجازة حماية الأمومة؟

تدأ حدي الأمم عدة ق ال لادة ب٨ أسبع .
لايسح بلع بعدذل .
وتس إجازة الأمم عدة بعد ال لادة ب٨ أسبع .
في إجازة الأمم ص ع بد وضع الطف وإعذ الأمم م شرك ال أمين .
يع تقدر الالأمين الصل لحصع بد وضع الطف وإعذ الأمم .
لنا فذل في حج إلى الالال :
● نجم ج ع .
هذاال نجه : إفدة بلع وب لأجر
● إفدة ط ب ريع ال لادة
● دف الرعي الصل ل و لطف

تط حدي الأمم حلك عطع الع .
وعده الحصع بد وضع الطف وإعذ الأمم م الأمين الصل .
خ هذاالقلا ص ع إعذ الاطلا ولاع المسعدة في حلال الطار .





مؤسسات التعليم ومرافق رعاية طفلك

في ف ل الذي الاخر ربين المراف الع ومؤسس رعدي طف الح م والخص .

ي جدل أطف م ع ر ال ل ادة و ح س السدس :

● ل أطف م ٠-٦ س ا ريدض الأطف

● ج س ء الأطف

● ع الأطف

اسفسر في وق م رع فرص الرعي الم ح في مطق .

تأكد م تس طف في الاق المحدد!

ماذا يجب علي أن أفعل،

إذا كان يجب علي طفلي أن يذهب إلى م انة حكومية؟

إذاك ترغين في تس طف في حضن ح م فقم بذا في مراكز خدم ريدض الأطف في ف .

مركز الخدم هذ ايس أيضا MA ١٠

ي ع تس طف في ذ ف بر أوديس بر

إذاك تريدي أ يذ ه إلى الروض في الع المق بداي م س بر .

إدلاء برغ ع روضين تفضين أ يذ ه إل طف .

إذاك في ح ج سريع إلى م بروض الأطف الاتص ب MA ١٠ أيضا في

خ الع .

تقد ط ل حص ع م بروض الأطف ع ش الا ن ذ .

ما هو الدوام ا ئي للوالدين؟

إذاك تع في أحد المصنع والشرك ال يع ب أك م ٢٠ م ظف

ط ا تع بش جزئ و ل س بش كم (الع بدوا جزئ).

الع بدوا جزئ ح ي غ طف السبع م العر .

أ و ح ي بدأ طف بلذ ه إلى المدرس ل تخرنل ع س السبع

ي أ ت ق د ع ل مدة ٣ س ا ع الأ ق في نفس المأسس .

ي ح ل ء و ل ء الع بدوا جزئ .

ي إد غ ع بش ك ب و ذ ل ق بد ع أحد الأ ب ي بش جزئ ب ٣ أش رع

الأ ق .

ج إلى أ ت إلى ج ع

● م تريداً تع بش جزئ

● كم الاق تريداً أ تع بش جزئ

● ك عدد السع ال تريداً تدي إذا ع بش جزئ

خير

إذاك الأ يريداً ي حص م شرة بعد إ ج زة الأمم الخ ص ب ع ح الع بش

جزئ ف يدم أ يع ج ع ب ذ ل في غض ٨ أس ب ع بعد ال ل ادة .

ل ال د ب د ع م ١/١/٢٠١٦ ي ط ال لي :

س ع الع الأس ع ي تخفض بس ٢٠% ع الأ ق إذا ر د الع بش جزئ .

و ل ي أ ت س ع الع ع الأ ق ١٢ س ع أس ع .

ماذا يجب علي أن أفعل،

إذا كان يجب علي طفلي أن يذهب إلى رياض الأطفال خاصة؟

المعادلة ليست بريص الأطفال الخصر تخفف غيرهم مريض
الأطف الحدم . اسألني بشم شرفي الروض ال يغب أ يذهب إلى طف .
قأت م تسطف في روض خص ،
يحب طف إلى رقب بصف ع في قذ ريص الأطفال ب .
هذا الرقب صين ع في MA ١٠
عدالاس في حضن ح م يحص طف ع هذا الرقب تقذ .

ماهي السنة الأولى برياض الأطفال؟

- الأطف الذي يغب ق ١٥ برم ك ع الخمسم عره ويعش في ف
يأ يذهب اس إلى الحضن .
- وتداء السمس بر إلى ينم السال .
 - يأ يذهب طف في هذا الق ع الأقب نصف ي إلى ريص الأطفال .
 - وهذا لايق ع ١٦ سع في الأسع .
 - لا يغب طف أ يذهب إلى الروض خ العط المدرس .
- أ يذهب طف في س الروض الإلزام إلى ريص الأطفال أو إلى ع الأطفال .
إذاك طف يغب ق ١٥ برم ك ع الرابعم عر وغيرمس ح الآ في
ريص الأطفال فسحصين ع خط .
يأت بعدنل إلى جس إلزام رى مع الأبدويد ا يطف مع في هذ
الجس .
نص ي :
- يغب ع أ يذهب طف إلى روض أطف أو إلى ع الأطفال م لايق ع نصف
ي إذاك في الس سبق لس ريص الأطفال الإلزام ..
وهذا جدل طف .

كم ينبغي عليك ان تدفعي لرياض الأطفال؟

تلف الذه إلى روض ح م أو خص في ف ح بداي تعطف الإلزام
ذ أوع الأقب مخفض جدا .
مدي ف تدع الالدي لسطع دفع تلف الروض .
لا تدفع أ شء مطقاً لروض
يأ يطف وكذا احدالالدي ع الأقب مسين في ف .
ويحب طف إلى رقب في دل الروض ب .
يغب دفع الطع لطف في الحضن .
ويس هذا: مسه الغذاء .
يغب دفع الخدم الإضف الأخرى في ريص الأطفال .
إذاك لا مسه الغذاء تقد ط لحص ع محم م
الش والأسرة .



أين تجد ااعدة؟



مستشفيات الولادة

Allgemeines Krankenhaus – AKH

1090 Wien, Währinger Gürtel 18–20, Tel.: 01/404 00-2821

Krankenanstalt Rudolfstiftung

1030 Wien, Juchgasse 25, Tel.: 01/711 65-4712

Krankenhaus Hietzing

1130 Wien, Wolkersbergenstraße 1, Tel.: 01/801 10-2294

Semmelweis Frauenklinik der Krankenanstalt Rudolfstiftung

1180 Wien, Bastiengasse 36–38, Tel.: 01/476 15-300

Sozialmedizinisches Zentrum Ost – Donauspital

1220 Wien, Langobardenstraße 122, Tel.: 01/288 02-3850

Sozialmedizinisches Zentrum Süd – Kaiser Franz Josef-Spital

1100 Wien, Kundratstraße 3, Tel.: 01/601 91-4736 oder -4750

Wilhelminenspital

1160 Wien, Montleartstraße 37, Tel.: 01/491 50-4701

Krankenhaus Göttlicher Heiland

1170 Wien, Dornbacher Straße 20–28, Tel.: 01/400 88-0

St. Josefs-Krankenhaus

1130 Wien, Auhofstraße 189, Tel.: 01/878 44-0

Österreichisches Hebammengremium – Landesgeschäftsstelle Wien

1220 Wien, Am Mühlwasser 95, Tel.: 01/260-5251

www.hebammen.at**Hebammenzentrum – Verein freier Hebammen**

1090 Wien, Lazarettgasse 8/1B/1, Tel.: 01/408 80 22

www.hebammenzentrum.at**Familienhebammen der Stadt Wien – MA 15**

1030 Wien, Schnirchgasse 12/2, Town Town, Zugang: Thomas-Klestil-Platz,

Tel.: 01/4000-876 37

1150 Wien, Geyschlägergasse 2–12, Tel.: 01/982 25 00

1200 Wien, Dresdner Straße 73, Tel.: 01/331 34-202 79

1220 Wien, Langobardenstraße 128/12, Tel.: 01/285 45 37

www.wien.gv.at/gesundheit/beratung-vorsorge/eltern-kind/geburt/familien-hebammen.html

أطباء ا أطفال وطبيبات ا أطفال / الرعاية ال حية

و الاط ع ع قذ ب ع اطف اطف و ط الاطف ع الرابط ال لي:

www.praxisplan.at**Bezirksgesundheitsämter** des Gesundheitsdienstes der Stadt Wien – MA 15

Hier finden Sie die Adressen:

www.wien.gv.at/gesundheit/einrichtungen/gesundheitsaemter/**Impfservice** des Gesundheitsdienstes der Stadt Wien – MA 15

1030 Wien, Thomas-Klestil-Platz 8/2, Tel.: 01/4000-876 21

Impfbroschüre des Bundesministeriums für Gesundheit und Frauen unterwww.bmgf.gv.at

أ سورة وادعات للنساء ا وامل واءمرات وأولياء ا مور

Elternberatung und Eltern-Kind-Zentren der Stadt Wien

مراكز المشورة ل الديق ومراكز المشورة ل واطف واطف ديق ف

مدرس الآباء وتقد المشورة ل بديق وتقد المشورة الفردي واطف الرضع وم إلى نذل ...
أيض: المشورة لاط والقدح والقدص م قاطء الأطف واط الأطف في
١٥MA

ه س ف ديق ودي :

<https://www.wien.gv.at/menschen/magelf/service/elternberatungen.html>

MAG ELF – Servicestelle

مركز خدم م غ ألف

Servicetelefon: 01-4000-80 11

Eltern-Kind-Zentrum Mollardgasse

1060 Wien, Mollardgasse 8, Eingang Richard-Waldemar-Park, Tel.: 01/4000-068 94

Eltern-Kind-Zentrum Katharinengasse

1100 Wien, Katharinengasse 16, Tel.: 01/4000-108 94

Eltern-Kind-Zentrum Wilhelm-Weber-Weg

1110 Wien, Wilhelm-Weber-Weg 4/3 (Zugang über Dittmannngasse), Tel.: 01-4000-118 94

Eltern-Kind-Zentrum Längenfeldgasse

1120 Wien, Längenfeldgasse 28/8, Eingang neben der Stiege 8, Tel.: 01/4000-129 00

Eltern-Kind-Zentrum Huttengasse

1160 Wien, Huttengasse 19–21, Tel.: 01/4000-168 94

Eltern-Kind-Zentrum Dresdner Straße

1200 Wien, Dresdner Straße 43/EG, Tel.: 01/4000-208 94

Eltern-Kind-Zentrum Anton-Bosch-Gasse

1210 Wien, Anton-Bosch-Gasse 29, Tel.: 01/290 60 62

Eltern-Kind-Zentrum Langobardenstraße

1220 Wien, Langobardenstraße 128/Stiege 10, Tel.: 01/4000-228 94

Eltern-Kind-Zentrum Rößlbergasse

1230 Wien, Rößlbergasse 15, Tel.: 01/4000-238 94

Zusätzlich gibt es noch eine Vielzahl an Elternberatungsstellen, wo Ärztinnen und
Ärzte der MA 15 Zeit für Fragen haben:

<https://www.wien.gv.at/menschen/magelf/service/elternberatungen.html>

Auch mit ÜbersetzerInnen und Übersetzern:
<https://www.wien.gv.at/menschen/magelf/service/uebersetzer.html>

Videoratgeber für Eltern „Fred, der Exbärte“

مشورة ل بء ع طري الفدي

<https://www.wien.gv.at/video/elternratgeber/>

Frauengesundheitszentrum FEM in der Semmelweis-Frauenklinik

1180 Wien, Bastiengasse 36–38, Tel.: 01/476 15-5771

www.fem.at

FEM-Elternambulanz im Wilhelminenspital

1160 Montleartstraße 37, Tel.: 0650/546 30 66

Angebote in: Deutsch, Türkisch, Farsisch, Polnisch, Englisch

Frauengesundheitszentrum FEM Süd im Sozialmedizinischen Zentrum Süd

1100 Wien, Kundratstraße 3, Tel.: 01/601 91-5201

Angebote in: Deutsch, Arabisch, Bosnisch/Serbisch/Kroatisch, Englisch,
Türkisch, Somali, Russisch, Tschetschenisch

www.fem.at

NANAYA – Zentrum für Schwangerschaft, Geburt und Leben mit Kindern

1070 Wien, Zollergasse 37, Tel.: 01/523 17 11

www.nanaya.at

Gut begleitet – Frühe Hilfen Wien

1010 Wien, Börsegasse 9, Tel.: 01/532 15 15-153

Spezialambulanz für perinatale Psychiatrie im SMZ Baumgartner Höhe

*Ambulanz für Frauen mit psychischen Erkrankungen während der Schwangerschaft
und nach der Geburt bis zum ersten Lebensjahr des Kindes*

1140 Wien, Baumgartner Höhe 1, Pav. 18/2, Tel.: 01/910 60-218 20

أمرات ال بابات

Young Mum – Begleitung für schwangere Teenager

Haus Lena: 1170 Wien, Alsgasse 6, Tel.: 01/400 88-4406

www.young-mum.at

مستشفيات الأطفال وعيادات الأطفال

Gottfried von Preyer'schem Kinderspital im Sozialmedizinisches Zentrum Süd – Kaiser Franz Josef-Spital
1100 Wien, Kundratstraße 3, Tel.: 01/601 91-01

St. Anna Kinderspital
1090 Wien, Kinderspitalgasse 6, Tel.: 01/401 70-0

Allgemeines Krankenhaus – AKH
Univ.-Klinik für Kinder- und Jugendheilkunde Wien
1090 Wien, Währinger Gürtel 18–20, Tel.: 01/404 00-2821

Krankenanstalt Rudolfstiftung
Abteilung für Kinder- und Jugendheilkunde und Department für Neonatologie
1030 Wien, Juchgasse 25, Tel.: 01/711 65-4712

Sozialmedizinisches Zentrum Ost – Donauspital
Abteilung für Kinder- und Jugendheilkunde
1220 Wien, Langobardenstraße 122, Tel.: 01/288 02-3850

Wilhelminenspital
Abteilung für Kinder- und Jugendheilkunde mit Ambulanz
1160 Wien, Montleartstraße 37, Tel.: 01/491 50-4701

Kinderambulanz des Gesundheitszentrums Wien-Nord
1210 Wien, Karl-Aschenbrenner-Gasse 3, Tel.: 01/601 22-402 24

Rettings- und Krankentransporte اطفال وعيادات اطفال

Rettung Notrufnummer, Tel.: 144

Die Johanniter Wien, Tel.: 01/476 00
Wiener Arbeiter-Samariter-Bund, Tel.: 01/891 44
Wiener Rotes Kreuz, Tel.: 01/521 44

مراجعة عند ظهور مشاكل لدى الرضع والأطفال

Baby-Care Ambulanz im Preyer'schem Kinderspital
عده الإيعاء بلطف في مستشفى بريرش لطف
عده لمشك الغذي، اومش الرضء ومشك الصراخ وال في الس الأولى م الحدة
1100 Wien, Kundratstraße 3, Tel.: 01/601 91-2680

Psychosomatische Ambulanz für Säuglinge, Kinder- und Jugendliche mit Schreiambulanz im Wilhelminenspital
عده نفس لطف الرضء والأطف والمراهقين ذا عده لمشك الصراخ سشف
الفين
1160 Wien, Montleartstraße 37, Tel.: 01/491 50-2912

Zentren für Entwicklungsförderung (ZEF)
مراكز لمعززال
اسشرا وفد ص في تخرال وغراب تصرف الطف بداع المخف – عدا
لطف ح س ١٠ س وعدت

1110 Wien, Modecenterstraße 17, Objekt 2, Tel.: 01/981 21-3620

1200 Wien, Dresdner Straße 43–47, Tel.: 01/981 21-3820

1220 Wien, Langobardenstraße 189, Tel.: 01/981 21-3220

1220 Wien, Lieblgasse 1A, Tel.: 01/981 21-3920

Zentren für Entwicklungsneurologie und Sozialpädiatrie – Wiener Ambulatorien des VKKJ
Verantwortung und Kompetenz für besondere Kinder und Jugendliche

1160 Wien, Fernkorngasse 91, Tel.: 01/607 29 87

1150 Wien, Graumanngasse 7, Tel.: 01/982 61 54

1210 Wien, Jara-Benes-Gasse 16, Tel.: 01/292 14 77

www.vkkj.at

المرافق الاستشارية للمهاجرين

المساعدة في الأزمات

24-Stunden-Frauennotruf der Stadt Wien – Hilfe bei Gewalt
الخط الساخن لطوارئ المرأة
٢٤ ساعة في مدينتنا –
مساعدة ضد العنف
Tel.: 01/717 19
www.frauennotruf.wien.at

Frauenhäuser Wien Notruf مركز الطوارئ للمرأة
Tel.: 01/05 77 22

Kriseninterventionszentrum مركز التدخل في الأزمات
Tel.: 01/406 95 95

Sozialpsychiatrischer Notdienst الطوارئ النفسية والإجتماعية
Tel.: 01/313 30

مساعدة الذين يعانون من مشاكل الإدمان

AKH-Drogenambulanz عيادة الإدمان بمستشفى العبد
1090 Wien, Währinger Gürtel 18–20, Tel.: 01/404 00-3547

Anton Proksch Institut – Therapiezentrum zur Behandlung von Abhängigkeiten
مركز علاج الإدمان – معهد أنطون بروكش
1050 Wien, Ambulatorium Wiedner Hauptstraße 105, Tel.: 01/880 10-1480

Rauchfrei Telefon الهاتف الخالي من الدخان
Tel.: 0800/81 00 13 gebührenfrei
www.rauchfrei.at

مساعدة عند عدم وجود ماوى للأم والطفل

bzWO – Beratungszentrum Wohnungslosenhilfe des Fonds Soziales Wien
1080 Wien, Lederergasse 25, Tel.: 05 05 379-664 30
E-Mail: bzwo@fsw.at

بمساعدة – مركز المساعدة لشركتي من الصدق الاجتماعي

AMBER MED عيادة – الرعاية الطبية لرضى الخرجين، وتقديم المشورة والمساعدة
الطبية لأشخاص ذوي تأمين صحي – ديكنز والصدا الأخرى
1230 Wien, Oberlaaer Straße 300–306, Tel.: 01/589 00-847
www.amber-med.at

LEFÖ – Beratung, Bildung und Begleitung für Migrantinnen
لغة – استشارة وتعليم ودعم الجري
1050 Wien, Kettenbrückengasse 15/4, Tel.: 01/581 18 81
الخدمة بلغات: الألبانية والبرتغالية والاسبانية
www.lefoe.at

Miteinander lernen – Beratung, Bildung und Psychotherapie für Frauen
الاعتمادية – الإرشاد والتربية والعلاج النفسي للمرأة
1160 Wien, Koppstraße 38/8, Tel.: 01/493 16 08
الخدمة بلغات: الألبانية والاسبانية
www.miteinlernen.at

Orient Express – Beratungs-, Bildungs- und Kulturinitiative für Frauen
قطر النشر السريع – المدرسة الاستشارية والتربية والوقاية للمرأة
Frauenservicestelle
1020 Wien, Schönngasse 15–17/Top 2, Tel.: 01/728 97 25
الخدمة بلغات: العربية، الإيطالية، الألمانية
www.orientexpress-wien.at

Peregrina – Bildungs-, Beratungs- und Therapiezentrum für Immigrantinnen
بييرينا – مركز تعليم واستشارة ودعم الجري
1110 Wien, Wilhelm-Weber-Weg 1/2/1+2, Tel.: 01/408 33 52 oder 01/408 61 19
الخدمة بلغات: الألمانية / الصربية / الروماني والإيطالية
www.peregrina.at

مراكز التعليم والرعاية لطفال من اية دوحى عمر السادسة

مراكز خدم ريدض الأطف في ف
Servicestellen der Wiener Kindergärten
 Infotelefon: 01/277 55 55 der MA 10

ه م ح م الاثين إلى الجع ٧:٣٠ ح ٦:٠٠ مساء

الم اقع

Servicestelle für den 1., 2., 4., 5., 6., 7., 8., 9., 12., 13., 20. und 23. Bezirk
 مركز خدم ل ح ١، ٢، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٢، ١٣، ٢٠ و ٢٣
 1120 Wien, Niederhofstraße 21/Eingang Ignazgasse 2
 E-Mail: sst12@ma10.wien.gv.at

Servicestelle für den 3., 10. und 11. Bezirk
 مركز خدم ل ح ٣، ١٠ والد ١١
 1030 Wien, Schlachthausgasse 41a
 E-Mail: sst03@ma10.wien.gv.at

Servicestelle für den 14. und 16. Bezirk
 مركز خدم ل ح ١٤ و ١٦
 1160 Wien, Kreitnergasse 41-49
 E-Mail: sst16@ma10.wien.gv.at

Servicestelle für den 15., 17., 18. und 19. Bezirk
 مركز خدم ل ح ١٥، ١٧، ١٨ والد ١٩
 1190 Wien, Muthgasse 62
 E-Mail: sst19@ma10.wien.gv.at

Servicestelle für den 21. und Teile des 22. Bezirks
 مركز خدم ل ح ٢١ و جزء م ح ٢٢
 1210 Wien, Am Spitz 1
 E-Mail: sst21@ma10.wien.gv.at

Servicestelle für den 22. Bezirk
 مركز خدم ل ح ٢٢
 1220 Wien, Bernoullistraße 7
 E-Mail: sst22@ma10.wien.gv.at

م اقع لمزيدم المراف الع والرعي و ع الأطف ومرافقين الطف ده
www.wien.gv.at

الق ايا القانونية وا جتماعية

Arbeiterkammer (AK) Wien – Servicehotline
 غرف الع بف خدم الخط السخ
 Tel.: 01/501 65-0
www.arbeiterkammer.at

Bundesministerium für Familien und Jugend
 ال ا زارة الا دي ل أسرة والش
 Tel.: 0800/24 02 62
www.bmfj.gv.at

Bundesministerium für Finanzen
 وزارة الم ل الا دي
www.bmf.gv.at

Frauentelefon der Stadt Wien
 ه تف امراة في ميدي ف (المشرة القذذ والاج ع
 مع ال كزع الزواج وقذذ الأسرة)
 Tel.: 0/408 70 66

Genea, Caritas der Erzdiözese Wien –
 ك ريدس لأبرش ف – خدم المشرة
 Sozialberatung, Rechtsberatung
 ال ا ج ع ، وتقد المشرة القذذ
 1040 Wien, Mommsengasse 35,
 2. Stock, Tel.: 01/545 45 02
 الخدم بلغ : ال س / الصرب / الروات ، الإ زي
www.caritas-wien.at

MAG ELF – Amt für Jugend und Familie
 م ج ألف – ه ذ الش والأسرة
 خدم ال تفأ أ ١١
 Service-Telefon der MA 11
 Tel.: 01/4000-8011

SozialRuf Wien
 الخط السخ ال ا ج ع ف
 Tel.: 01/533 77 77
www.sozialinfo.wien.gv.at

Wegweiser durch Ämter und Behörden in Österreich
 دل ال ا ذ والسط في ال س
www.help.gv.at

Zentralarbeitsinspektorat im Sozialministerium
 مفش الع المركزي لش و
 ال ا ج ع
 Tel.: 01/711 00-6414

Folgende Expertinnen und Experten haben an dieser Broschüre mitgearbeitet:

- Mag^a Drⁱⁿ Christina **Bässler**, MA 24 – Büro für Frauengesundheit und Gesundheitsziele
- Prim. Univ.Doz. Dr. Günter **Bernert**, Preyer'sches Kinderspital
- Fidan **Gültekin**, MA 15 – Familienhebammen
- Helga **Hess-Knapp**, Arbeiterkammer Wien
- Mag^a (FH) Figen **Ibrahimoglu**, Frauengesundheitszentrum FEM Süd
- Drⁱⁿ Margarete **Lässig**, MA 15 – Gesundheitsdienst der Stadt Wien
- Mag^a Kathleen **Löschke-Yaldiz**, MBA, Frauengesundheitszentrum FEM Süd
- Marianne **Mayer**, MLS, Österreichisches Hebammengremium, LGSt. Wien
- Drⁱⁿ Neslihan **Ortatas-Cakmak**, Kaiser Franz Josef-Spital
- Drⁱⁿ Beate **Pietschnig**, MA 15 – Gesundheitsdienst der Stadt Wien
- Anita **Schoberlechner**, MA 11 – Amt für Jugend und Familie
- Mag^a Bianca **Schrittwieser**, Arbeiterkammer Wien
- DSAⁱⁿ Herta **Staffa**, MA 11 – Amt für Jugend und Familie
- Mag^a Eva-Maria **Strobl**, FEM-Elternambulanz
- MA 10 – Wiener Kindergärten
- Mag^a Hilde **Wolf**, MBA, Frauengesundheitszentrum FEM Süd

Impressum:

Diese Broschüre wurde im Rahmen des Projektes „STARTKLAR in Favoriten“ – Gesundheitliche Chancengerechtigkeit im Kontext von Schwangerschaft bis junger Elternschaft erstellt.

KooperationspartnerInnen/Finanzierung: Frauengesundheitszentrum FEM Süd / Büro für Frauengesundheit und Gesundheitsziele / Wiener Gesundheitsförderung / Wiener Krankenanstaltenverbund / MA 57 – Frauenabteilung / Verein Aktive, türkische Frauen / Fonds Gesundes Österreich im Rahmen der Initiative „Auf gesunde Nachbarschaft“

Medieninhaberin und für den Inhalt verantwortlich: Büro für Frauengesundheit und Gesundheitsziele in der MA 24 – Gesundheits- und Sozialplanung der Stadt Wien. Brigittenauer Lände 50–54/2, 1200 Wien, Tel.: 01/4000-842 00

Projektleitung & Redaktion: Mag^a Drⁱⁿ Christina Bässler, Büro für Frauengesundheit und Gesundheitsziele

Lektorat: Mag^a Monika Frank

Redaktion Leicht Lesen: Capito Wien

Grafische Umsetzung: Mag^a Gisela Scheubmayr/subgrafik

Coverillustration: Mag^a Margit Krammer

Fotos: © shutterstock

Druck: „agensketterl“ Druckerei GmbH

Stand Dezember 2016



Detaillierte Informationen zu unserem Programm, zahlreichen Frauengesundheitsthemen und unseren Initiativen finden Sie auf unserer Website.

Ihre Gesundheit. Unser Programm.

Wir sind für Sie erreichbar:

☎ 01/4000-842 00

@ frauengesundheit@ma24.wien.gv.at

i www.frauengesundheit-wien.at

Alle Broschüren des Wiener Programms für Frauengesundheit können auch auf der Website heruntergeladen oder unter den oben angeführten Kontaktdaten kostenlos bestellt werden.