

Македонски > Здравство > Бременост/раѓање

Бременост/раѓање

Бременоста, раѓањето и првиот пат со детето е посебно време. Најважното нешто е вие и вашето дете да сте здрави.

Дознајте за времето на бременоста во рана фаза. Исто така е важно да се подготвите за породувањето.

За да ви поддржат, постојат многу советодавни центри кои ќе ви советуваат лично, па дури и на вашиот јазик.

Кантонот Санкт Гален, исто така, нуди многу услуги за поддршка во овој период по раѓањето.

Бременост

















Можете да одите на гинеколог за прегледи. Акушерките исто така се достапни за да ви придружуваат и да ви советуваат за време на бременоста. Исто така, можете да добиете важни информации во Семејниот центар или во Центарот за советување на мајки и татковци. Во болницата и со вашата акушерка, можете да присуствувате на курс за подготовка за породување.

Вашето **здравствено осигурување ги плаќа** медицинските прегледи и раѓањето.

Брошура за бременост и породување (повеќејазично)

-  Pregnancy / Birth (englisch)  EN  PDF, 331 kB
-  Trudnoća /porod (kroatisch)  HR_HR  PDF, 314 kB
-  Embarazo / parto (spanisch)  ES  PDF, 362 kB
-  การตั้งครรภ์ / การคลอดบุตร (thai)  TH_TH_TH  PDF, 1301 kB
-  Grossesse / Naissance (français)  FR  PDF, 1574 kB
-  Uurka / Dhalmada (somalí)  PDF, 416 kB
-  Gravidanza/parto (italienisch)  IT  PDF, 443 kB
-  Gravidez / parto (portugiesisch)  PT  PDF, 419 kB
-  Hamilelik / Doğum (türkisch)  TR_TR  PDF, 554 kB
-  Schwangerschaft / Geburt (deutsch)  DE  PDF, 1665 kB
-  الولادة / الحمل (arabisch)  AR_TN  PDF, 1231 kB

Бременост - Информативен сајт на многу јазици

-  Sexandfacts.ch - германски  deutsch
-  Sexandfacts.ch - англиски  englisch
-  Sexandfacts.ch - француски  français
-  Sexandfacts.ch - италијански  italienisch
-  Sexandfacts.ch - албански  albanisch
-  Sexandfacts.ch - српски  serbisch
-  Sexandfacts.ch - шпански  spanisch
-  Sexandfacts.ch - португалски  portugiesisch
-  Sexandfacts.ch - турски  türkisch
-  Sexandfacts.ch - Тигриња  tigrinya
-  Sexandfacts.ch - Сомалиски  somalisch

Подготовка за раѓање

Можете да одите на гинеколог за прегледи. Акушерките исто така се достапни за да ви придружуваат и да ви советуваат за време на бременоста. Исто така, можете да добиете важни информации во Семејниот центар или во Центарот за советување на мајки и татковци. Во болницата и со вашата акушерка, можете да присуствувате на курс за подготовка за породување.

Вашето **здравствено осигурување ги плаќа** медицинските прегледи и раѓањето.

Брошура за бременост и породување (повеќејазично)

-  [Pregnancy / Birth \(english\)](#)  EN  PDF, 331 kB
-  [Trudnoća /porod \(kroatisch\)](#)  HR_HR  PDF, 314 kB
-  [Embarazo / parto \(spanisch\)](#)  ES  PDF, 362 kB
-  [การตั้งครรภ์ / การคลอดบุตร \(thai\)](#)  TH_TH_TH  PDF, 1301 kB
-  [Grossesse / Naissance \(français\)](#)  FR  PDF, 1574 kB
-  [Uurka / Dhalmada \(somalí\)](#)  PDF, 416 kB
-  [Gravidanza/parto \(italienisch\)](#)  IT  PDF, 443 kB
-  [Gravidez / parto \(portugiesisch\)](#)  PT  PDF, 419 kB
-  [Hamilelik / Doğum \(türkisch\)](#)  TR_TR  PDF, 554 kB
-  [Schwangerschaft / Geburt \(deutsch\)](#)  DE  PDF, 1665 kB
-  [الحمل / الولادة \(arabisch\)](#)  AR_TN  PDF, 1231 kB

Курсеви за подготовка за раѓање на различни јазици


Мамамунда нуди подготвителни курсеви за породувањето на различни јазици, така што ако имате прашања во врска со раѓањето, искористите ја понудата на **вашиот мајчин јазик**:

Понуди од mamamundo

Акушерки


Акушерката ви придружува и советува вас и вашето семејство холистички за време на бременоста, породувањето, родилниот период и во текот на периодот на доење.

Можете сами да ја изберете бабицата. Идеално, треба да ја посетите вашата акушерка 3-4 месеци пред породувањето.

 [Потрага по бабица во кантонот Санкт Гален](#)

Дула Родилна Помошничка

Дулата ги придружува жените и паровите за време на бременоста, за време на породувањето и по неа. Дулата ја презема улогата на физичка и емоционална поддршка и не врши медицински акти и консултации.

 [Пронајдете дули близу вас](#)

Раѓањето

Вие одлучувате каде сакате да го родите детето: дали дома, во болница или во центар за породување. Вашата акушерка ќе ви придружува.


Морате да го пријавите раѓањето на вашето дете во канцеларијата за граѓански регистар во вашето место на живеење во рок од 3 дена. Оваа задача обично ја врши болницата или центарот за породување. Потоа можете да го нарачате изводот од [Zivilstandsamt](#) ([?](#) Регистарот забележува раѓања, бракови, партнерства и смртни случаи) во вашето место на живеење.

Здравствено осигурување

Секое бебе има потреба од свое основно осигурување. Можете да го извадите пред раѓањето (и не подоцна од 3 месеци по раѓањето).

Ако сакате да го осигурате вашето неродено дете сеопфатно, вреди да се регистрирате пред раѓањето. Исто така, можете да направите дополнително осигурување пред раѓањето.

> [здравствено осигурување](#)

- [Женска клиника на кантоналната болница во Санкт Гален](#)
 - [Women's Clinic Spital Grabs - Регион Rheintal Werdenberg Sarganserland](#)  deutsch
 - [Женска клиника Линт болница](#)
 - [Акушерска болница Регион Фирстенланд Тогенбург](#)
 - [Пребарување на родното место](#)
 - [Граѓански регистар на кантонот Санкт Гален](#)
-

Информативни центри

Фапла - Советодавен центар за планирање семејство, бременост и сексуалност

"Фапла" е официјален центар за советување за планирање семејство, бременост и сексуалност во кантоните на СГ, АИ и АР.

Понудата вклучува неутрално советување и сеопфатно сексуално образование.

Во четирите регионални канцеларии (Санкт Гален, Сарганс, Ватвил и Раперсвил-Јона), советувањето се одвива со личен договор, по телефон или онлајн.

Консултацијата е бесплатна. Сите вработени се под должност на доверливост.

[↗ Советодавни центри за планирање семејство, бременост и сексуалност](#)

Советување за мајки и татковци

Вашето дете се развива многу брзо во првата фаза од животот. Ова исто така носи предизвици. Вие како родители и старатели сте советувани бесплатно во сите ситуации.

Советниците на Службата за советување [Mütter- und Väterberatung](#) ([? Советодавен центар за мајки и татковци](#)) се експерти во следните теми:

- Општ развој на детето од 0 до 5 години
- Доење
- Формула за бебиња
- Спиенење
- Вовед во комплементарната храна
- Општа исхрана кај деца на возраст од 0 до 5 години
- Образование / Здравство / Превенција
- Справување со конфликтите во семејството
- Вмрежување со други семејства

Овде можете да го најдете центарот за советување во вашето место на живеење:

Директориум на кантонот Санкт Гален

Понатамошни советодавни услуги

Овде ќе најдете дополнителни советодавни услуги:

- [↗ Услуги за советување и поддршка – Kompass St.Gallen](#)
- [↗ Родителско советување 24/7](#)
- [↗ Советување на мажи и татковци Швајцарија](#)
- [↗ Онлајн советување за татковци на niudad.ch](#)

Финансиска поддршка / родителски придонеси

Во случај на раѓање на дете, родителите (кои живеат во кантонот Санкт Гален) имаат право на родителски придонеси. Ова важи ако барем еден родител лично се посветува на грижата и воспитувањето на детето и потребите за живеење не се покриени од приходот.







































Родителот кој главно се грижи за детето има право на барање.

За да се регистрирате и да имате било какви прашања, молиме контактирајте директно вашата општина на живеалиште.

[↗ Информации за родителските придонеси од кантонот Санкт Гален](#)

























Здравјето и сексуалноста едноставно објаснети - на 14 јазици

Swiss Health Guide - Брошура на 19 јазици

-  Das schweizerische Gesundheitssystem kurz erklärt (deutsch)  PDF, 787 kB
-  El sistema sanitario suizo en palabras sencillas (spanisch)  PDF, 765 kB
-  Il sistema sanitario svizzero in breve (italienisch)  PDF, 762 kB
-  İsviçre sağlık sistemini kısaca açıklıyor (türkisch)  PDF, 757 kB
-  Le système de santé suisse en bref (français)  PDF, 750 kB
-  O sistema de saúde suíço em poucas palavras (portugiesisch)  PDF, 770 kB
-  Sharaxaad kooban nidaamka daryeelka caamfimaadka iswiiska (somalisch)  PDF, 2657 kB
-  Sistemi shëndetësor i Zvicrës i shpjeguar shkurtas (albanisch)  PDF, 775 kB
-  The Swiss healthcare system in brief (englisch)  PDF, 757 kB
-  Tóm lược hệ thống tổ chức y khoa Thụy Sĩ (vietnamesisch)  PDF, 706 kB
-  Ukratko o zdravstvenom sistemu Švicarske (bosnisch kroatisch serbisch)  PDF, 771 kB
-  Швейцарская система здравоохранения с краткими пояснениями (russisch)  PDF, 2672 kB
-  Швейцарська система охорони здоров'я коротко (ukrainisch)  PDF, 1325 kB
-  راهنمای بهداشت سوئیس (farsi)  PDF, 2825 kB
-  سونس نظام صحت کی مختصر وضاحت (urdu)  PDF, 2184 kB
-  شرح مختصر للنظام الصحي السويسري - مرشد للمهاجرين (arabisch)  PDF, 4793 kB
-  [Redacted] (tamilisch)  PDF, 3627 kB
-  ระบบสุขภาพอนามัย ประเทศสวีตเซอร์แลนด์ (thai)  PDF, 2702 kB
-  [Redacted] (tigrinya)  PDF, 2710 kB

Да останем ментално здрави како родители - брошура на 12 јазици



Брошура: Како да останеш емоционално силен како мајка или татко

-  Así consigo ser una madre o un padre fuerte emocionalmente (spanisch)  PDF, 22797 kB
-  Ben bir anne veya baba olarak ruhsal gücümü böyle koruyabilirim (türkisch)  PDF, 22799 kB
-  Così posso essere una mamma o un papà mentalmente forte (italienisch)  PDF, 22789 kB
-  Kështu unë si nënë ose baba qëndroj e/i fortë shpirtërisht (albanisch)  PDF, 22835 kB
-  Na ovaj način ću kao majka ili otac ostati snažnog duha (kroatisch)  PDF, 22784 kB
-  Na ovaj način ću kao majka ili otac ostati snažnog duha (serbisch)  PDF, 22799 kB
-  Pemacecer mentalmente forte enquanto mãe ou pai (portugiesisch)  PDF, 23241 kB
-  Renforcer sa santé mentale en tant que parent (français)  PDF, 981 kB
-  So bleibe ich als Mutter oder Vater seelisch stark (deutsch)  PDF, 22797 kB
-  Staying emotionally strong as a mother or father (englisch)  PDF, 22795 kB
-  هكذا أبقى كأم أو أب قويا نفسيا (arabisch)  PDF, 22840 kB
-  [Redacted] (tigrinya)  PDF, 23334 kB

Брошура Ментално здравје за мајки и татковци

-  Mutterglück  PDF, 644 kB

Поддршка од експерти

-  Пребарување на акушерка
-  Пребарување на лекар по специјалност/странски јазик

Лица за контакт

Пронајдете вистинска точка за контакт, совет или авторитет во вашата област. [Лица за контакт](#)