

ไทย > สุขภาพ > การตั้งครรภ์/การให้กำเนิด

การตั้งครรภ์/การให้กำเนิด

การตั้งครรภ์ การคลอดบุตร และครั้งแรกกับลูกของคุณเป็นช่วงเวลาพิเศษ สิ่งที่สำคัญที่สุดคือคุณและลูกของคุณมีสุขภาพที่ดี

ค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับเวลาตั้งครรภ์ในระยะเริ่มต้น สิ่งสำคัญคือคุณต้องเตรียมตัวสำหรับการคลอดบุตร

มีศูนย์ให้คำปรึกษามากมายที่จะให้คำแนะนำคุณเป็นการส่วนตัวและอาจเป็นภาษาของคุณ

รัฐเซนต์กาลเลนยังมีบริการมากมายเพื่อสนับสนุนคุณในช่วงเวลานี้หลังคลอด

การตั้งครรภ์

คุณสามารถไปพบสูติแพทย์เพื่อตรวจ ผดุงครรภ์พร้อมให้คำแนะนำคุณในระหว่างตั้งครรภ์

คุณยังสามารถรับข้อมูลสำคัญได้ที่ศูนย์ครอบครัวหรือที่ศูนย์ให้คำปรึกษามารดา/พ่อ ในโรงพยาบาลและกับผดุงครรภ์

คุณสามารถเข้าร่วมหลักสูตรการเตรียมการคลอดได้

ประกันสุขภาพของคุณจ่ายค่าตรวจสุขภาพและการคลอดบุตร

โบรชัวร์การตั้งครรภ์และการคลอดบุตร (หลายภาษา)

-  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 (somali)  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

การตั้งครรภ์ - เว็บไซต์ข้อมูลในหลายภาษา

-  Sexandfacts.ch - ภาษาเยอรมัน  deutsch
-  Sexandfacts.ch - ภาษาอังกฤษ  englisch
-  Sexandfacts.ch - ภาษาฝรั่งเศส  français
-  Sexandfacts.ch - อิตาลี  italienisch
-  Sexandfacts.ch - แอลเบเนีย  albanisch
-  Sexandfacts.ch - เซอร์เบีย  serbisch
-  Sexandfacts.ch - ภาษาสเปน  spanisch
-  Sexandfacts.ch - โปรตุเกส  portugiesisch
-  Sexandfacts.ch - ตุรกี  türkisch
-  Sexandfacts.ch - ดิกรินยา  tigrinya
-  Sexandfacts.ch - โซมาเลีย  somalisch

การเตรียมคลอด

คุณสามารถไปพบสูติแพทย์เพื่อตรวจ ผดุงครรภ์พร้อมให้คำแนะนำคุณในระหว่างตั้งครรภ์
คุณยังสามารถรับข้อมูลสำคัญได้ที่ศูนย์ครอบครัวหรือที่ศูนย์ให้คำปรึกษา มารดา/พ่อ ในโรงพยาบาลและกับผดุงครรภ์
คุณสามารถเข้าร่วมหลักสูตรการเตรียมการคลอดได้

ประกันสุขภาพของคุณจ่ายค่าตรวจสุขภาพและการคลอดบุตร

โบรชัวร์การตั้งครรภ์และการคลอดบุตร (หลายภาษา)

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

หลักสูตรเตรียมการคลอดในภาษาต่างๆ


Mamamundo เสนอหลักสูตรเตรียมความพร้อมสำหรับการคลอดในภาษาต่างๆ ดังนั้นจึงใช้ประโยชน์จากข้อเสนอใน
ภาษาแม่ของคุณหากคุณมีคำถามเกี่ยวกับการคลอด:

ข้อเสนอจาก mamamundo

ผดุงครรภ์

ผดุงครรภ์จะติดตามและให้คำแนะนำคุณและครอบครัวแบบองค์รวมในระหว่างตั้งครรภ์ คลอดบุตร ทารกคลอด และตลอดระยะเวลาให้นมบุตร

คุณสามารถเลือกผดุงครรภ์ได้ด้วยตัวเอง ตามหลักการแล้วคุณควรพบผดุงครรภ์ 3-4 เดือนก่อนคลอด

 การค้นหาผดุงครรภ์ในรัฐเซนต์กาลเลน

ผู้ดูแลคลอด Doula

ดูลามาร่วมกับผู้หญิงและคู่รักในระหว่างตั้งครรภ์ ระหว่างการคลอดบุตร และผลพวง ดู ลามีบทบาทในการสนับสนุนทางร่างกายและอารมณ์
และไม่ดำเนินการทางการแพทย์และการให้คำปรึกษา

 ค้นหาดูลาใกล้บ้านคุณ

การเกิด

คุณตัดสินใจว่าคุณต้องการให้กำเนิดบุตรหลานของคุณที่ไหน: ไม่ว่าจะอยู่ที่บ้าน ในโรงพยาบาล หรือในศูนย์คลอดบุตร ผดุงครรภ์ของคุณจะไปกับคุณ








คุณต้องรายงานการเกิดของบุตรต่อสำนักงานทะเบียนราษฎร ณ สถานที่พำนักของคุณภายใน 3 วัน งานนี้มีค่าใช้จ่ายดำเนินการโดยโรงพยาบาลหรือศูนย์คลอดบุตร
จากนั้นคุณสามารถสั่งซื้อสูติบัตรได้จาก **Zivilstandsamt** (© สำนักงานทะเบียนรับรองการเกิด การแต่งงาน ทุนส่วน และการเสียชีวิต) ณ สถานที่พำนักของคุณ

ประกันสุขภาพ

ทารกทุกคนต้องการประกันขั้นพื้นฐานของตัวเอง คุณสามารถนำออกก่อนคลอด (และไม่ช้ากว่า 3 เดือนหลังคลอด)

หากคุณต้องการทำประกันลูกในครรภ์ของคุณอย่างครอบคลุม ควรลงทะเบียนก่อนคลอด คุณยังสามารถทำประกันเสริมก่อนคลอดได้อีกด้วย

> ประกันสุขภาพ

-  คลินิกสตรีของโรงพยาบาลแคนตันลเซนต์กาลเลน
-  คลินิกสตรี Spital Grabs - Region Rheintal Werdenberg Sarganserland  deutsch
-  คลินิกสตรี โรงพยาบาลลินซ์
-  โรงพยาบาลสูติศาสตร์ภูมิภาค Fürstenland Toggenburg
-  ค้นหาบ้านเกิด
-  สำนักงานทะเบียนราษฎรของรัฐเซนต์กาลเลน

ศูนย์ข้อมูล

Fapla - ศูนย์ให้คำปรึกษาด้านการวางแผนครอบครัว การตั้งครรภ์ และเรื่องเพศ

"Fapla" เป็นศูนย์ให้คำปรึกษาอย่างเป็นทางการสำหรับการวางแผนครอบครัว การตั้งครรภ์ และเรื่องเพศของรัฐ SG, AI และ AR

ข้อเสนอนี้รวมถึงการให้คำปรึกษาที่เป็นกลางในคุณค่าและเพศศึกษาที่ครอบคลุม

ในสำนักงานภูมิภาคทั้งสี่แห่ง (St.Gallen, Sargans, Wattwil และ Rapperswil-Jona)

การให้คำปรึกษาจะเกิดขึ้นโดยการนัดหมายด้วยตนเองทางโทรศัพท์หรือทางออนไลน์

การให้คำปรึกษาไม่มีค่าใช้จ่าย พนักงานทุกคนมีหน้าที่รักษาความลับ

[🔗](#) ศูนย์ให้คำปรึกษาสำหรับการวางแผนครอบครัว การตั้งครรภ์ และเรื่องเพศ "fapla"

การให้คำปรึกษาสำหรับพ่อและแม่

ลูกของคุณพัฒนาการอย่างรวดเร็วในช่วงแรกของชีวิต สิ่งนี้ยังนำมาซึ่งความท้าทาย คุณในฐานะพ่อแม่และผู้ปกครองจะได้รับคำแนะนำฟรีในทุกสถานการณ์

ที่ปรึกษาของ บริการให้คำปรึกษา มาMütter- und Väterberatung ([🔗](#) ศูนย์ให้คำปรึกษาสำหรับคุณแม่และพ่อ)เป็นผู้เชี่ยวชาญในหัวข้อเหล่านี้:

- พัฒนาการทั่วไปของเด็กตั้งแต่ 0 ถึง 5 ปี
- ให้นมบุตร
- นมผงสำหรับทารก (Formula)
- หลับ
- ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับอาหารเสริม
- โภชนาการทั่วไปในเด็กอายุตั้งแต่ 0 ถึง 5 ปี
- การศึกษา / สุขภาพ / การป้องกัน
- การรับมือกับความขัดแย้งในครอบครัว
- เครือข่ายกับครอบครัวอื่น ๆ

คุณสามารถค้นหาศูนย์ให้คำปรึกษาในสถานที่พำนักของคุณได้ที่:

ไต่เรททอรีของรัฐเซนต์กาลเลน

บริการให้คำปรึกษาเพิ่มเติม

ที่นี่คุณจะพบบริการให้คำปรึกษาเพิ่มเติม:

- [🔗](#) บริการให้คำปรึกษาและสนับสนุน – Kompass St.Gallen
- [🔗](#) การให้คำปรึกษาผู้ปกครอง 24/7
- [🔗](#) การให้คำปรึกษาสำหรับผู้ชายและพ่อสวิตเซอร์แลนด์
- [🔗](#) การให้คำปรึกษาออนไลน์สำหรับพ่อใน niudad.ch

การสนับสนุนทางการเงิน / เงินสมทบการเป็นพ่อแม่

ในกรณีที่เด็กเกิด ผู้ปกครอง (ที่อาศัยอยู่ในรัฐเซนต์กาลเลน) มีสิทธิ์ได้รับเงินสมทบจากผู้ปกครอง

สิ่งนี้ใช้ได้หากผู้ปกครองอย่างน้อยหนึ่งคนอุทิศตนเพื่อดูแลและเลี้ยงดูเด็กเป็นการส่วนตัว และความต้องการในการดำรงชีวิตไม่ครอบคลุมโดยรายได้







































ผู้ปกครองที่ดูแลเด็กเป็นหลักมีสิทธิ์เรียกร้อง

หากต้องการลงทะเบียนและมีคำถามใด ๆ โปรดติดต่อเทศบาลที่คุณพำนักโดยตรง

[🔗](#) ข้อมูลเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองจากรัฐเซนต์กาลเลน

























อธิบายง่ายๆ เกี่ยวกับสุขภาพและเรื่องเพศ - ใน 14 ภาษา

Swiss Health Guide - โบรชัวร์ 19 ภาษา

-  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 shëndetësori 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
-  سوشن نظام صحت کی مختصر وضاحت (urdu)  PDF, 2184 kB
-  شرح مختصر للنظام الصحي السويسري - مرشد للمهاجرين (arabisch)  PDF, 4793 kB
-  (tamilisch)  PDF, 3627 kB
-  ระบบสุขภาพอนามัย ประเทศสวีเดน (thai)  PDF, 2702 kB
-  (tigrinya)  PDF, 2710 kB

สุขภาพจิตให้แข็งแรงในฐานะพ่อแม่ - โบรชัวร์ 12 ภาษา



โบรชัวร์: วิธีรักษาอารมณ์ให้เข้มแข็งในฐานะแม่หรือพ่อ

-  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
-  (tigrinya)  PDF, 23334 kB

โบรชัวร์ สุขภาพจิตสำหรับแม่และพ่อ

-  Mutterglück  PDF, 644 kB

การสนับสนุนจากผู้เชี่ยวชาญ

-  การค้นหาผดุงครรภ์
-  ค้นหาแพทย์ตามความเชี่ยวชาญพิเศษ/ภาษาต่างประเทศ

จุดติดต่อ

ค้นหาจุดติดต่อ คำแนะนำ หรืออ่านสิ่งที่เหมาะสมในพื้นที่ของคุณ: [จุดติดต่อ](#)