



バースプラン

बर्थ प्लान

～病院の方へ伝えたい出産についての希望～
अस्पतालको मानिसलाई प्रसवको बारेमा भन्न चाहेको लागेको कुरा

医療関係者のみなさまへ
चिकित्सा कर्मचारीहरूमा

赤ちゃんと母体の安全が脅かされる場合をのぞき、文化、宗教、風習に出来るだけ配慮したお産をサポートして下さるとありがたいです。
बच्चाको सुरक्षा र आमाको सुरक्षा खतरामा परेको अवस्थामा बाहेक, संस्कृति, धर्म, र रीतिरिवाजलाई ध्यानमा राखी सकेसम्म सक्दो सपोर्ट गर्नुहुन्छ भन्ने कुरामा आभारी छौं।

名前 Name _____

希望年月日 Date of requests Year: _____ Month: _____ Day: _____

【診察に関して ちきत्सा परिक्षण सम्बन्धमा】 चाहेको ठाउँमा चेक लगाउनुहोस्(☑ वा ○ चिन्ह)

- 説明の時通訳を希望します
अनुवादक प्रयोग गर्न चाहन्छु
- 宗教上の理由から女医さんを希望します
धर्मको कारण महिला डाक्टरबाट चेक गराउन चाहन्छु
- 触診は最低限にして欲しいです
पल्पेशन(शरीरमा छोएर गरिने चेक) सकेसम्म कम गराउन चाहन्छु
- 内診は最低限にして欲しいです
योनीको भित्री भागको चेक सकेसम्म कम गराउन चाहन्छु
- 毎回超音波検査をして欲しいです
हरेक पटक echo(भिडियो एक्सरे) गरी बच्चाको अवस्था थाहा पाउन चाहन्छु
- 宗教上の理由から薬はカプセルではなく、錠剤のものをお願いします
धार्मिक कारणले क्याप्सुल खान मिल्दैन, ट्याब्लेटको औषधि दिनुहोस्

【出産の形式 प्रसवको तरिका】

- 自然分娩を希望します
प्राकृतिक प्रसव गराउन चाहन्छु
- フリースタイルで産みたいです
फ्री स्टाइलमा बच्चा जन्माउन चाहन्छु
- 無痛分娩を希望します
पीडा रहित प्रसव गराउन चाहन्छु
- 帝王切開を希望します
सिजेरियन सेक्शन(अप्रेसन)गर्न चाहन्छु

【産前入院中 प्रसवपूर्व अस्पताल भर्ना】

- 入院中、お祈りする場所と時間が一日5回必要です。
(お祈り中は話しかけられても応じられません)
अस्पतालमा भर्ना हुँदा, मलाई दिनमा ५ पटक प्रार्थना गर्न ठाउँ र समय चाहिन्छ।
(प्रार्थना गर्दा, यदि तपाईं मसँग कुरा गर्नुहुन्छ भने म तपाईंलाई जवाफ दिन सक्दिन।)
- お祈りの前に毎回身体を洗う必要があるため、シャワーを使わせて欲しいです。
मलाई प्रत्येक प्रार्थना गर्नु अघि मेरो शरीर धुनु आवश्यक छ, त्यसैले म नुहाउने ठाउँ प्रयोग गर्न चाहन्छु।



【陣痛中 बेथा लागेको बेलामा】

- 夫や家族に付き添ってもらいたいです
श्रीमान तथा परिवारको सदस्य साथमा चाहान्छु
- アロマを焚きたいです
सुगन्धित धूप जलाउन चाहान्छु
- 好きな音楽をかけたいです
मन पर्ने म्युजिक लगाउन चाहान्छु
- そばにいて欲しいです
नजिक बसी दिन आग्रह गर्दछु

【出産の時 产すवको बेला】

- 立ち会いを希望します (夫・実母・上の子)
उपस्थित गराउन चाहन्छु (पति, आफ्नो आमा, ठूलो बच्चा)
- 音楽を聴きながら産みたいです
म्युजिक सुन्दै बच्चा जन्माउन चाहान्छु
- 会陰切開しないで欲しいです
सिजेरियन सेक्शन(अप्रेसन)गराउन चाहान्छु
- 臍帯をすぐに切らないで欲しいです (赤ちゃんへの臍帯血の移行が終わるまで)
नालमा भएको रगत पुरै शरीरमा नगए सम्म नाल काट्न चाहान्छु

【産後 जन्माइसके पछि】

- カンガルーケアを希望します
कंगारु केयर(जन्मिए तुरुन्तै आमाको छातीमा लिने) गर्न चाहन्छु
- すぐに母乳をあげたいです
तुरुन्तै आफ्नो दुध खुवाउन चाहान्छु
- 母乳で育てたいです
आफ्नो दुध खुवाएर हुर्काउन चाहान्छु
- ミルクも使いたいです
मिल्क पनि प्रयोग गर्न चाहान्छु
- 赤ちゃんに、ハラルの粉ミルクの持ち込みを許可して欲しいです。
म मेरो बच्चालाई हलाल पाउडर दूध दिन चाहन्छु।
- 母子同室を希望します
बच्चालाई आफू सँगै एउटै कोठामा राख्न चाहान्छु
- 母子異室(赤ちゃんとは別の部屋)を希望します
बच्चालाई छुट्टै कोठा(बच्चा र आमा छुट्टै कोठा)मा राख्न चाहान्छु
- 大部屋を希望します
सामूहिक कोठा प्रयोग गर्न चाहान्छु
- 個室を希望します
छुट्टै एउटा कोठा प्रयोग गर्न चाहान्छु
- 入院中上の子も一緒に泊ませたいです
अस्पतालमा बसेको बेलामा ठूलो बच्चालाई पनि सँगै राख्न चाहान्छु
- 入院中シャワーに入りたいです
अस्पतालमा बसेको बेला नुहाउन चाहान्छु
- 入院中シャワーに入りたいありません
अस्पतालमा बसेको बेला नुहाउन चाहान्छु



食べ物について希望があります

खाने कुराको बारेमा भन्न चाहन्छु

▶宗教上の理由から(豚肉、鶏肉、牛肉及びそのエキス、卵、魚、生もの、アルコールを使ったもの)は食べられません。

धार्मिक कारणहरूले गर्दा म (सुँगुरको मासु, कुखुरा, गाईको मासु र तिनीहरूको अर्क, अण्डा, माछा, कच्चा खानेकुरा, रक्सी भएको खानाहरू) खान सकिदिन।

▶ベジタリアンで肉は食べませんが (魚・卵・牛乳)は食べます
साकाहारी हूँ मासु खाँदैन(माछा. अण्डा.दुध) चाँहि खान्छु

できれば栄養士さんとお話ししたいです。

सम्भव भएमा, म पोषण विशेषज्ञसँग परामर्श लिनु चाहन्छु।

その他の希望 (自由記載)

अरु केही भन्न चाहेको कुरा(मन लागेको कुरा लेख्नु होस्)