

HOW TO TELL WHEN YOU ARE IN LABOR:

Contractions -or- Labor Pains Begin:

Contractions often start in the back and come around to the front. These contractions occur at regular intervals, gradually get closer together, last longer, and become more uncomfortable. If this is your first baby, call the doctor when your contractions are 5 minutes apart for 1 hour. If this is not your first baby, call when contractions are every 10 minutes apart for 1 hour.

Bag of Waters:

A sac containing the fluid that surrounds your baby may break and water will come from your vagina in a sudden gush or as a steady leak. **Call the doctor if this happens, even when in doubt.**

Bloody Show:

A blood tinged mucous discharge may come from your vagina. This may be present before or at the time labor begins. No need to call the doctor for show alone. **However, if your bleeding is heavier than a period, call the doctor immediately.**

IF YOU THINK YOU ARE IN LABOR:

If you think you are in labor and it is during Center hours, please call the Center at (202) 555 - 1212. If you think you are in labor and the Center is closed, call the hospital at (202) 555 - 1212 and ask to speak to the OB doctor on duty. **If you think you are in labor, do not eat or drink anything until you check with the doctor.**

DURING YOUR HOSPITAL STAY:

You will labor and delivery your baby in a private birthing room. After delivery, you will be transferred to a private postpartum (after delivery) room. Your baby may stay in the same room with you. This is called "rooming in". While in the hospital, you will be followed by the OB/GYN Center of Life Doctors who delivered you. Your baby will be examined by the staff pediatrician (baby doctor), who will talk to you about the baby and discharge your baby from the hospital with you.

BE GOOD TO YOURSELF:

Caring for yourself after your baby is just as important to you as prenatal care. Therefore, on your day of discharge, you should call to schedule your 6 weeks postpartum appointment. Mothers who have had a Cesarean birth are usually seen in 2 weeks, and then in 4 more weeks. Call the Center for Life at (202) 555 - 1212 to schedule your appointment.

BE GOOD TO YOUR BABY:

A nurse from the Center for Life will come visit you after you have the baby, and will help you make your baby's first doctor's appointment. If you have your baby on the weekend, the nurse will call you on Monday to schedule this appointment.

If you need help selecting a pediatrician, please ask one of the nurses when you come from your regular clinic appointment. Ft. Lincoln Family Medicine Center & Upper Cardoza Clinic participate in our First Appointment program, and we are always able to schedule the baby's first appointment for you.

A nurse is available to speak with you if you think you may be in labor or if you have any problems / concerns during the postpartum period. Please call the Center for Life between the hours of 9am - 4pm, Monday through Friday, at (202) 555 - 1212. When the Center for Life is closed, you may call the hospital at (202) 555 - 1212 and ask for OB doctor on duty.

COMO SABER CUANDO ESTÁ DE PARTO:

Empiezan las Contracciones o Dolores del Parto:

Muchas veces, las contracciones empiezan en la espalda y prosiguen hacia en frente. Estas contracciones ocurren a ratos regulares y gradualmente se suceden más seguidos, duran más tiempo y convierten más intensos. Si este es su primer bebe, llame al doctor cuando sus contracciones estén cinco minutos aparte durante una hora. Si este no es su primer bebé, llame cuando las contracciones ocurren cada 10 minutos durante una hora.

La Bolsa de Agua:

La bolsa que contiene el líquido alrededor de su bebe puede romperse y el agua saldra por su vagina en un chorro subito o gotterreando constantemente. **Llame a su doctor si esto ocurre, aún cuando tenga duda.**

Seña de Sangramiento:

Una secreción mucosa tenida de sangre puede salir de su vagina. Esto pueda estar presente antes o en el momento de que el parto comiense. No necesita llamar al doctor es una señal solamente. **Sin embargo, si usted está sangrando más fuerte que durante las menstruación, llame al doctor inmediatamente.**

SI USTED PIENSA QUE ESTA DE PARTO:

Si usted piensa que está de parto durante las horas del Centro, por favor llame al Centro al (202) 555-1212. Si usted piensa que está de parto y el Centro esta cerrado, llame al hospital al (202) 555-1212 y pregunte por el doctor de OB de turno. Si usted está de parto, no coma ni tome nada hasta que usted hable con el doctor.

DURANTE SU ESTADÍA EN EL HOSPITAL:

Usted estará en el cuarto de parto privado durante el parto y nacimiento. Luego será transferida a otro cuarto. Su bebé pueda quedarse con usted; esto se llama, "rooming-in". Mientras esté en el hospital, estará atendida por los doctores del Centro de Vida. Su bebé será examinado por el pediatra (el doctor del bebe) en turno, quien le hablará a usted sobre su bebe y quien dara de alta al bebé cuando usted salga del hospital.

SEA BUENA CON USTED MISMA:

El cuidarse a si misma después de su bebe ha nacido es tan importante para usted como el cuidado prenatal. Por lo tanto, en el día que se le de alta, debe llamar para hacer una cita 6 semanas después del parto. Las madres que han tenido una cesaria usualmente se les ve en 2 semanas y luego en cuatro semanas. Llame al Centro de Vida at (202) 555 - 1212 para hacer una cita.

SEA BUENA CON SU BEBE:

Una enfermera del Centro de Vida llegará a visitarla después del parto y le ayudará a hacer la primera cita con el pediatra. Si usted tiene el bebé durante el fin de semana, la enfermera la llamará el lunes para hacer la cita.

Si usted necesitará ayuda a seleccionar un pediatra, por favor preguntele a una de las enfermeras cuando venga a su cita regular. Ft. Lincoln y Upper Cardoza son las clínicas que estan participando con nuestro programa de "Primera Cita Con El Pediatra" y siempre podemos hacerle la primera cita para su bebe.

Una enfermera está disponible para hablar con usted si usted piensa que esta para dar a luz o si tiene cualquier problema os pregunta durante sus 6 semanas después del parto. Por favor llame al Centro durante las horas de 9am y 4pm de lunes a viernes al numero (202) 555 - 1212. Cuando el Centro de Vida esta cerrado, usted pueda llamar al numero central del hospital al (202) 555 - 1212 y pregunte por el OB doctor de turno.