

கர்ப்பமாக இருக்கிறீர்களா?

சசெக்ஸில் உங்களுக்கும் உங்கள் குழந்தைக்குமான உடல்நலப் பராமரிப்பு



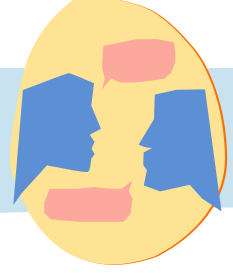
6 - 10 வாரங்கள்



நீங்கள் கர்ப்பமாக இருக்கிறீர்களா என்பதைக் கண்டறியுங்கள்



நீங்கள் கர்ப்பமாக இருப்பதை எங்களிடம் சொல்லுங்கள்

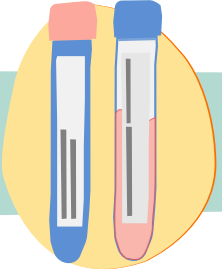


உங்கள் பேறுகாலத் தாதியை சந்தியுங்கள்

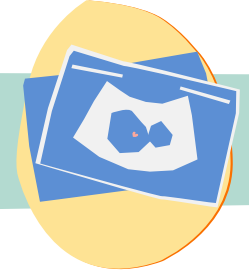
10 - 22 வாரங்கள்



முதல் ஸ்கேன்



இரத்தப் பரிசோதனைகள்

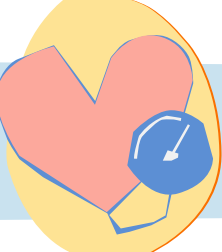


இரண்டாவது ஸ்கேன்

22 - 32 வாரங்கள்



உங்கள் குழந்தை நகருவதை உணருங்கள்

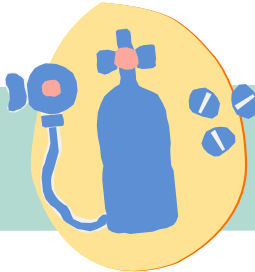


வழக்கமான பரிசோதனைகள்



குழந்தை பெற்றுக்கொள்ளத் தயாராகுங்கள்

32 - 41 வாரங்கள்



வலி நிவாரணம்



பிரசவம்



வீட்டிற்குத் திரும்புதல்

மேலும் உதவி பெறுங்கள்

- சசெக்ஸ் உள்ளூர் மகப்பேறு மற்றும் பிறந்த குழந்தை அமைப்பு (Sussex Local Maternity and Neonatal System): sussexlmns.org/my-pregnancy
- டாமி'ஸ்: tommys.org
- டாமி'ஸ் கருப்பின மற்றும் கலப்பினப் பாரம்பரியத்தைக் கொண்ட பெண்களுக்கான ஆதரவு (Tommy's support for Black and mixed heritage women) tommys.org/pregnancy-information/about-tommys-pregnancy-information/video-call-service

இணைய இணைப்பு இல்லையா? எங்களை அழையுங்கள்:...



இந்த வளஆதாரத்தைப் பகிர அல்லது பதிவிறக்க QR குறியீட்டை ஸ்கேன் செய்யுங்கள்