युरोप अऊर अफ्रीका में खडा होईके अऊर बईठ के प्रसुति होथं।.

हम सभे टीवी पे एक्खे चित्र देखेहं।. अफ्रिका के जंगल क गांव, टोले क चित्रिकरण रहां।. ओम्या से गर्भावती मेहरारु के प्रसूती क दर्द होव्य लगा।. ऊ एक पेडे के डाल के तरफ खडी भईलं अऊर खडे खडे खुशी से प्रसुती होय गईलं।. अपने हि हाथेसे अपने लडिक्याॅ के उठाऐस, कंधा पे रखेसं, ओके प्यार किहेस अऊर फिर से सबके साथ चलपडील।.

प्रसूती के वक्त ज्यादा दर्द, थकान, तकलीफ कुछभी नाय दिखाई पडलं।. मदत बीना भी केव नाय आयलं।.

जानकारी ः-

औरतन खडे खडे आसानीसे, बिना थकान खुशी से प्रसूती होय सक्थं।. अईसन कहब बा जर्मनी में नर्सिंग क पढाई करयं वाली करिना शर्टा अऊर तान्मया लॅमरिंग क।. पिच्छले साल भारत में जर्मनीसे करिना शुर्टा अऊर तान्या लॅमरिंग नामक दुई परीचारिका आईल रहीनं।. 25 नवंबर 2009 के विरार

में एक्खे सम्मेलन क

आयोजन किहलं गयलं रहां। जेम्मा प्रसुती के वक्त आन्यवाली तकलीफ अऊर ओकर निवारण ई विषय पे ओन 50 स्त्री रोग विशेषज्ञ अऊर बालरोग विशेषज्ञ क सभा में अईसन भाषण दिहिन।. इंटरनेट से लिहलं गयलं चित्र भी ओन परदापे दिखाईनं।. जेम्मा चित्र द्वारा प्रसूती क जानकारी दी गयलं बां।.

जर्मनी में प्रसूती बीना पाचं तरह क तरिका बां।. ओन कहेन, जर्मनी मे गर्भावती से पूछा जाथ कि ओके किस तरिकाक प्रसूत करयं के बां? जवन तरिका जवन गर्भवती चुनथ ओके ऊ तरिका से प्रसूती होव्य बीना मदत करी थं।. प्रसूती के वक्त ओकर पति ओके धीरज देव्य बीना बगलं में खडा रहथं।. जर्मनी में सभयं औरतन क बईठ के या खडा होईके प्रसूती होयं।. निचे दिखलं तरिका में से कवन भी गर्भवती कवन एक तरिका के चून सक्थीनं।.

1) खडा होईके प्रसूती होऊब ः-

जर्मनी में अंदाजित हर दस में एक महिना ई तरिका के चुनथीनं मेहरारू आसानी से पकड सक्यं अईसन एक रसी छत से बांधी जाथं।. ओके पकडके गर्भवती मेहरारु खडी रहथं अऊर आसानी से प्रसूती होयं जाथं।. लडिक्याॅ के जन्म के बाद दाई के दुनव हाथे में लईके महतारी बापे के सौपं देथीनं।. रस्सी आसानी से पकडं सक्य ऐहिबीना बीच-बीच में गांठ मार दिहल जाथं।. प्रसूती के वक्त गर्भावती के थकान आव्यपे ओकरे आराम बीना रस्सी के दूसरे ओरी रस्सीयके एक्खे झुला बनवलं जाथं।. जेसे कि थकान आव्यपे गर्भावती

ओम्मा अपने छातीक हिस्सा रख के कई सक्थं।.

2) बईठके प्रसूती होऊब ः-

प्रसूती बीना बनवल कुर्सी अथवा स्टूल नरम होथ।. ओम्मा पीठ के तरफ क हिस्सा पे नरम गद्दा जईसन सीट होथ।.

गर्भावती चद्रंमा के आकार कि नाय कुर्सी या स्टूल पे बईठ के प्रसूती करथीनं।.

कुर्सी के सामने दाई खडी रहथीनं।. जवन की लडिक्यॉ जन्म लेतयं अपने हाथेसे पकड लेथीनं।. पति धिरजं बधाव्य बीना बगलं में हि खडा रहथेन।.

जरुरत मुताबीक पकडय बीना छत से रस्सी छोडलं जाथं, अऊर पीठ के सहारा बीना कुर्सी के पिछला हिस्सा में नर्म गद्दा वाला सीट लगा रहथं।. करीब दस प्रतिशत जर्मनी मेहरारु प्रसूती बीना ई कुर्सी क उपयोग करथीनं।.

3) रबर या लेदर के बॉल पे बईठके प्रसूती होवब ः-

आराम से गर्भावती मेहरारू बईठ स्भयं अईसन एक्खे रबड क बॉल बना रहथं।. ऐप्पा बईठयं वाली प्रसूती के ई बॉल सभयं तरफ से सहारा देथं, जेसे प्रसूती आरामदायं होथं।.

गर्भावती ऐप्पा बईठथीनं।।

पति बगलं में धीरज बधाव्यं बीना खडा रहथं।. दाई आगे बईठ के लडिक्यॉ के संम्भाल थीन।. ई तरिकाके भी करीबन दस प्रतिशत जर्मनी महिला करथीनं।.

4) डॉक्टर के चेक- अप टेबल पे बईठके प्रसूती होऊब ः-

रोगी के जाचं बीना डॉक्टर जवन टेबल के जरुरत मे लियावथेन

ओंप्पा गर्भावती बईठके प्रसूती होथं।. टेबलेपे पिठबीना बॅकरेस्ट होथं

करीब आधी जर्मन औरतन क ई तरिकासे प्रसूती होथं।

5) गुनगुने पानी के टबेमें बईठके प्रसूती करब ः-

टब में गर्भावती बईठथीनं।. पानी क लेबल ओकरे नाभी तक रहथं।. टबसे ऊ पीठ सहायके बईठथीनं।. महतारी के पेटे में लडिक्याॅ गर्भाशय के पानी में ही तैरथ।. ऐहिबीना पानी में लडिक्याॅ के जन्म लेव्यसे कवनव तरह क तकलीफ नाय होतं।. जन्म लेतय लडिक्याॅ टब के पानी में आवथं।.

प्रसूती के सामन्य जवन दायी खडी रहथीन ऊ तुंरतय उठायके लडिक्याके महतारीके हाथेमें देथीन।. महतारी लडिक्याॅ के अपने सीनासे लगाय लेथीनं।. दस प्रतिशत महतारी ई तरिकासे लडिक्यन के जन्म देथीनं।.

गर्भावती जब खडा होईके या बईठके प्रसूती करथीन तब लडिक्याॅ अपने वजन सेही गर्भाशय से बहरे आवथ ।. महतारी के जब प्रसूती क तकलिफ चालू होथ तबय गर्भाशय क द्वारा खूलथं अऊर ओकर स्नायु स्कुचित होईके लडिक्याॅ के बहरे की तरफ ढकेलथं।. गुरुत्वाकर्षण अऊर गर्भाशय क स्नायू के बल के वजह से गर्भावती के प्रसूती में मदत मिलथं।.

जेकरे वजह से कम वक्त में कम तकलिफ से प्रसूती होथ।. विश्व में ज्यादातर लडिक्याॅ प्रसूती में ज्यादा वक्त लगयं के वजह से दम घूटके जन्म के वक्त पे मर जाथेनं।. बईठके प्रसूती होव्य से ई कम होई।. भारत में रोज जन्म के वक्त पें कई लडिक्यन दम घूटके मरथेनं। अपंग होई जाथेनं।.

बईठके प्रसूती होव्यसे ऐकर अनुपाथ कम होई जाथं।.

सबसे प्रार्थना बा ः-

बिना खर्चाके सुधार लियाऊब अईसन जापानी व्यव्सथापन शास्त्र में कहा गयलं बां।. बईठ के प्रसूती करबं मतलब कि बिना खर्चा क प्रसूती, सुखद, कम पिडादायक अऊर कम वक्त में प्रसूती होईब।. ऐसे सिजेरिअन, ऑपरेशन करयं क संभावना कम होई जाथं।. लोग ऐके पढके अपने गांव के डॉक्टर, आरोग्य सेवा के दिखायके ई तरिका से प्रसूती करयं बीना आग्रह करय।.