



بخش 1: معرفی

معاینه

صحت‌مندی زنان





معاینه های صحتمندی زنان فرصتی برای بررسی صحت کلی یک زن میباشد.

معاینه های صحتمندی زنان فرصتی برای بررسی صحت کلی یک زن میباشد. این معاینه ها شامل صحت جسمی، صحت روانی و وضعیت اجتماعی است .



معاینه های صحتمندی زنان فرصتی برای بررسی صحت کلی یک زن میباشد.

شامل مواد زیر است: چک کردن قد و وزن، فشار خون و نبض، بررسی واکسین ها و

معاینه صحتمندی زنان شامل چک کردن قد و وزن، فشار خون و نبض شما، بررسی واکسین های شما و معاینات دیگر با در نظر داشت اینکه شما چگونه احساس میکنید، میباشد

معاینه های صحت‌مندی زنان

معمولاً موارد ذیل را در بر می‌گیرد:

1. معاینه سینه
2. معاینه لگن خاصره
3. تست پاپ

همچنین، این معاینه ها معمولاً شامل سه مورد ذیل می‌باشد: معاینه سینه، معاینه لگن خاصره و معاینه پاپ

رفتن به معاینه های صحتمندی زنان
را زمانی آغاز کنید که:

- از نظر جنسی فعال باشید
- یا**
- سن شما از 21 سال بالاتر باشد

معاینه های صحتمندی زنان
معمولاً موارد ذیل را در بر میگیرد:

1. معاینه سینه
2. معاینه لگن خاصره
3. تست پاپ



داکتران در ایالات متحده توصیه میکنند که زنان پس از آغاز مقاربت جنسی یا پس از آنکه به سن 21 سالگی رسیدند باید سال یک بار برای «معاینه صحتمندی زنان» مراجعه کنند

این معاینه ممکن است از آنچه در
افغانستان توصیه یا اجراء میشود
متفاوت باشد.



این معاینه ممکن است با آنچه در افغانستان توصیه یا انجام میشود متفاوت باشد. به خاطر این داکتران در ایالات متحده معاینه های منظم صحتمندی زنان را به تمامی زنان، صرف نظر از اینکه آنها از نظر جنسی فعال هستند یا خیر، توصیه می کنند چون که این معاینه ها میتواند امراض را به اسرع وقت و زمانی که به آسانی قابل تداوی یا مدیریت هستند، شناسایی کند

معاینه های صحتمندی زنان میتواند مشکلات صحتی
را در اسرع وقت، که به آسانی قابل تداوی یا
مدیریت است، شناسایی نماید.

این معاینات نه تنها وقتی که شما یک مشکل صحتی دارید ، بلکه به عنوان بررسی منظم صحت کلی شما انجام می شود. این معاینات همچنین یک فضای خصوصی را به شما فراهم میکند تا هر گونه شکایتی که دارید را با دکترتان شریک سازید یا سوالاتی که در ارتباط به صحت زنان دارید پرسی کنید



اگر در رابطه به موارد ذیل سوال دارید، با
داکتر خود صحبت نمایید:

- عادت ماهوار غیر نارمل و خونریزی
- تغییر در خُلق و خوی
- درد شدید در دوران عادت ماهوار
- تنظیم خانواده
- سایر نگرانی های صحی

از جمله عادات ماهوار غیر نارمل و خونریزی، تغییرات در خُلق و خوی، درد شدید در جریان عادت ماهوار،
تنظیم خانواده و سایر مشکلات صحی



برای زنان افغان که **جدیداً** به ایالات متحده آمده اند باید بدانند
که چه چیز های را میتوانند در جریان **معاینه صحتمندی زنان**
توقع داشته باشند.

این ویدیوی سه-قسمتی برای زنان افغان است که جدیداً به ایالات متحده آمده اند و باید بفهمند که چه چیز های را
میتوانند در جریان «معاینه صحتمندی زنان» توقع داشته باشند



برای زنان افغان که **جدیداً** به ایالات متحده آمده اند باید بدانند
که چه چیز های را میتوانند در جریان **معاینه صحتمندی زنان**
توقع داشته باشند.

1

ویدیو 1: معرفی و کمک های
کارمندان صحتی

اهمیت معاینه صحتمندی زنان و انواع
کارمندان صحتی که این معاینات را انجام
میدهند معرفی میکند.

ویدیوی اول به زنان افغان کمک میکند تا با انواع کارمندان صحتی که معاینه را انجام میدهند بیشتر آشنا شوند.



برای زنان افغان که **جدیداً** به ایالات متحده آمده اند باید بدانند که چه چیز های را میتوانند در جریان **معاینه صحتمندی زنان** توقع داشته باشند.

2

ویدیو 2: حقوق مریضان

ویدیو 2: حقوق مریضان؛ به شما کمک
میکند تا حقوق صحتی خود در ایالات
متحده را درک نمایید و اینکه چگونه وعده
ملاقات صحتی خود را بطور عادی پیش
ببرید.

1

ویدیو 1: معرفی و کمک های کارمندان صحتی

اهمیت معاینه صحتمندی زنان و انواع
کارمندان صحتی که این معاینات را انجام
میدهند معرفی میکند.

ویدیوی دوم به زنان افغان کمک میکند تا حقوق صحتی خود در ایالات متحده و برخی کارهای که میتوانند جهت
پیشبرد عادی وعده ملاقات خود انجام دهند را درک کنند



برای زنان افغان که **جدیداً** به ایالات متحده آمده اند باید بدانند که چه چیز های را میتوانند در جریان **معاینه صحتمندی زنان** توقع داشته باشند.

3

ویدیو 3: در مورد معاینه

به شما کمک میکند تا جزئیات اینکه در
جریان یک معاینه صحتمندی زنان چه
اتفاق می افتد را بدانید.

2

ویدیو 2: حقوق مریضان

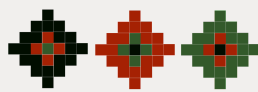
ویدیو 2: حقوق مریضان؛ به شما کمک
میکند تا حقوق صحتی خود در ایالات
متحده را درک نمایید و اینکه چگونه وعده
ملاقات صحتی خود را بطور عادی پیش
ببرید.

1

ویدیو 1: معرفی و کمک های کارمندان صحتی

اهمیت معاینه صحتمندی زنان و انواع
کارمندان صحتی که این معاینات را انجام
میدهند معرفی میکند.

ویدیوم سوم مواردی که در جریان معاینه صحتمندی زنان صورت میگیرد را با تفصیل بیشتر تشریح میکند



بیایید آغاز کنیم!

بیایید آغاز کنیم !

در ایالات متحده، کارمندان صحتی مختلف به ضرورت های زنان رسیدگی میکنند. در حالیکه تمامی این کارمندان صحتی در رابطه به موارد ابتدائی صحت زنان دانش کافی دارند، اما هر کدام از آنها در یک رشته مشخص تخصص دارند. و با در نظر داشت ضرورت های صحتی، زنان ممکن است نزد یک یا چند کارمند صحتی ذیل جهت دریافت مشوره مراجعه کند



داکتر مراقبت دهنده اولیه

که بنام داکتران داخله عمومی، داکتران فامیلی، کارآموزان، یا داکتران اطفال (PCPs) یا (داکتران مراقبت های اولیه نیز شناخته میشوند. اینها به انواع مختلف مشکلات صحتی افراد در سنین مختلف رسیدگی می کنند. برای زنان امکان دارد داکتر مراقبت های اولیه هم معاینه صحتمندی زنان را انجام دهد



مخفف نسائی/ولادی است. داکتر نسائی داکتری است که از زنان لطفال آنها در جریان حاملگی و «OB/GYN» ولادت مراقبت میکند

نسای-ولادی



داکتر ولادی در تداوی صحت باروری زنان تخصص دارد. داکتر های که در این بخش تخصص دارند اکثر هر دو یاد میشوند OB/GYN وظیفه را انجام میدهند و به همین خاطر به نام

نسایی-ولادی



از دوران نوجوانی الی قطع عادت ماهوار و فراتر از آن از زنان مراقبت میکنند OB/GYN
داکتران



نرس های متخصص نه تنها آموزش و دیپلوم های عالی را دریافت کرده اند. آنها مراقبت های وقایعی را فراهم میکنند، شرایط صحتی را تشخیص میکنند و تداوی افرادی که نزد آنها مراجعه میکنند را مدیریت می نمایند. آنها بطور مستقلانه یا همراه با داکتران برای ارائه طیف کاملی از خدمات مراقبت های صحتی کار میکنند



قابلہ ها به متخصصین صحتی گفته میشود که دوران حاملگی، ولادت، مراقبت از نوزاد و صحت بعد از ولادت را مدیریت میکنند. قابلہ ها معمولاً داکتر نیستند، اما بعضی آتھلس هستند. قابلہ ها ممکن است با داکتران نسایی و یا هم به تنهایی خود کار کنند (OB/GYNS) ولادی

بعدی را تماشا کنید

2

ویدیو 2: حقوق مریضان

ویدیو 2: حقوق مریضان؛ به شما کمک میکند تا حقوق صحت خود در ایالات متحده را درک نمایید و اینکه چگونه وعده ملاقات صحت خود را بطور عادی پیش ببرید.

شما میتوانید مراقبت های صحت را از کارمندان صحتی مختلف در ایالات متحده دریافت کنید. مهم نیست که شما مراقبت صحتی را از کدام کارمند صحتی دریافت میکنید، تمامی افراد در ایالات متحده عین حقوق صحتی را دارند. برای معلومات بیشتر در مورد حقوق مراقبت های صحتی مریض، ویدیوی دوم را تماشا کنید

بعدی را تماشا کنید

3

ویدیو 3: در مورد معاینه

به شما کمک میکند تا جزئیات اینکه در جریان یک معاینه صحت‌مندی زنان چه اتفاق می‌افتد را بدانید.

2

ویدیو 2: حقوق مریضان

ویدیو 2: حقوق مریضان؛ به شما کمک میکند تا حقوق صحتی خود در ایالات متحده را درک نمایید و اینکه چگونه وعده ملاقات صحتی خود را بطور عادی پیش ببرید.

پس از آن برای معلومات مفصل در مورد اینکه در جریان معاینه صحت‌مندی زنان در ایالات متحده چه کار های... صورت می‌گیرد، ویدیوی سوم را ببینید. تشکر از اینکه ویدیو را تماشا کردید