# LIDA Stories

lidastories.net

## जन्म देना / Giving birth

LIDA Norge
Sara Dorthea Johannesen
Pratibha Singh (hi)

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.
https://creativecommons.org/licenses/by/4.0

# जन्म देना

# Giving birth

LIDA Norge
Sara Dorthea Johannesen
Pratibha Singh

4

हिन्दी hi / English en

सेलामावित 29 साल की है। उसने अपने पहले बच्चे को इरिट्रिया में जन्म दिया। उसको और उसके परिवार को वहाँ मुश्किल समय झेलना पड़ा, इसलिए उन्होंने इटली जाने का निर्णय किया।

• • •

Selamawit is 29 years old. She gave birth to her first child in Eritrea. She and her family had a hard time there, so they decided to go to Italy.

दोनों महिलाओं ने स्वस्थ बच्चों को जन्म दिया। सेलामावित को एक और बेटा मिला, जबकि इंगा को एक बेटी। उनके पति बहुत गर्व महसूस कर रहे थे, और उन्होंने सभी को बताया कि उन्हें अपनी सबल पत्नियों और स्वस्थ बच्चों के बारे में पता था।

. . .

Both women gave birth to healthy babies. Selamawit had another son, while Inga had a daughter. Their husbands were very proud, and they told everyone they knew about their strong wives and healthy children.



इंगा ने 19 साल की होने से कुछ समय पहले ही अपना घर छोड़ दिया। वह नॉर्वे चली गई और उसने वहाँ अपने पहले बच्चे को जन्म दिया।

. . .

Inga left home just before she turned 19. She moved to Norway and had her first child there.

जब सेलामावित अपने दूसरे बच्चे के लिए गर्भवती हुई, तो उसने सोचा कि दूसरे देश में बच्चे को जन्म देना कैसा होगा।

. . .

When Selamawit became pregnant with her second child, she wondered what it would be like to have a child in a different country.



इंगा और उसके डॉक्टर ने सहमति व्यक्त की कि वह अपनी गर्भावस्था के दौरान नियमित जाँच के लिए एक दाई से मिलेगी। दाई ने उसे भोजन और आराम के बारे में सलाह दी, और ख़ुद को और अपने बच्चे को सुरक्षित एवं स्वस्थ रखने के बारे में जानकारी दी।

. . .

Inga and her doctor agreed that she would meet a midwife for regular check-ups during her pregnancy. The midwife gave her advice on food and rest, and information on how to keep herself and her baby safe and well.

जब इंगा के पड़ोसी ने सुना कि वह बच्चा पैदा करने की सोच रही है, तो उस पड़ोसी ने उसे गर्भवती होते ही डॉक्टर को दिखाने के लिए कहा। इस तरह वह सुनिश्चित कर सकती थी कि वह और उसका बच्चा स्वस्थ हैं। डॉक्टर ने उसे फ़ॉलिक एसिड लेने के लिए कहा, जो गर्भवती महिलाओं के लिए महत्वपूर्ण विटामिन है।

. . .

When Inga’s neighbour heard that she was trying to have a baby, the neighbour told her to see a doctor as soon as she was pregnant. That way she could make sure that she and her baby were healthy. The doctor told her to take folic acid, a vitamin that is important for pregnant women.



सेलामावित और इंगा विभिन्न पृष्ठभूमि से आते हैं। सेलामावित सुरक्षित महसूस करती थी क्योंकि उसे जन्म देने का अनुभव था। इंगा ने अपनी माँ से जन्म देने के बारे में बात की।

. . .

Selamawit and Inga come from different backgrounds. Selamawit felt safe because she had experience with giving birth. Inga talked to her mother about giving birth.

दोनों महिलाओं ने सुना था कि अधिकांश यूरोपीय देशों में गर्भवती महिलाओं को प्रसव पूर्व देखभाल का अधिकार है। इसका मतलब है कि उन्हें गर्भावस्था के दौरान मदद मिलेगी। जैसे ही उसे पता चला कि वह गर्भवती है, सेलामाविति ने अपने डॉक्टर से मिलने का समय लिया। सेलामाविति का पति उसे डॉक्टर के पास ले गया।

• • •

Both women had heard that, in most European countries, pregnant women have the right to antenatal care. This means that they will get help during their pregnancies. Selamawit made an appointment with her doctor as soon as she realised she was pregnant. Selamawit’s husband drove her to the doctor.



डॉक्टर ने कुछ परीक्षण किए और पता चला कि सेलामाविति को एक प्रकार का मधुमेह था जो कुछ गर्भवती महिलाओं को होता है। उसे स्वस्थ भोजन और व्यायाम करना था। सेलामाविति खुश थी कि अपने बच्चे के बीमार होने से पहले ही वह डॉक्टर के पास चली गई थी।

• • •

The doctor did some tests and found out that Selamawit had a kind of diabetes that some pregnant women get. She had to eat healthy food and exercise. Selamawit was glad she went to the doctor early, before she and her baby became ill.