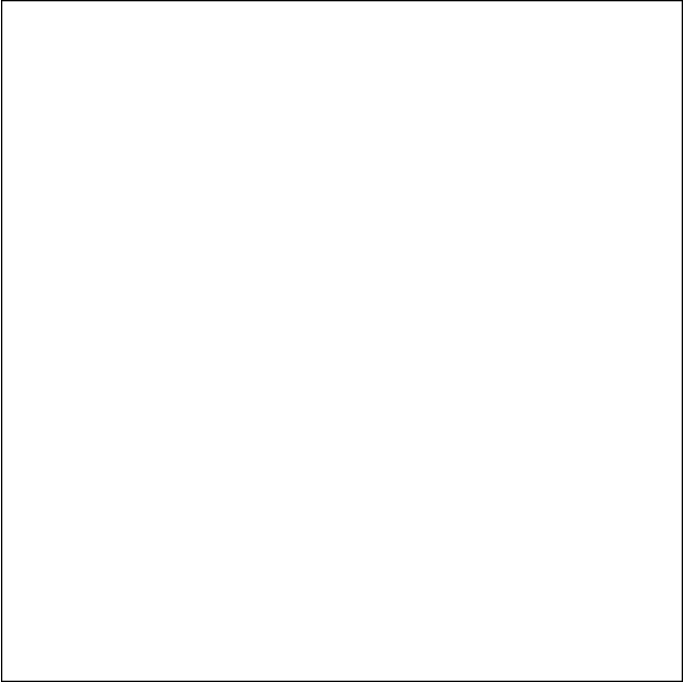


Kujifungua Å føde



 LIDA Norge
 Sara Dorthæa Johannesen
 Jacob Haule
|| 4
 Kiswa!!! / nynorsk  



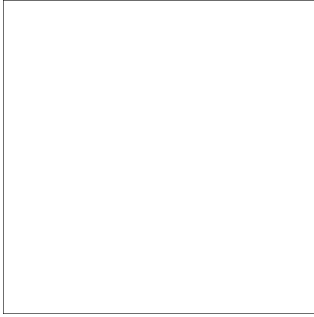
LIDA Stories
lidastories.net

Kujifungua / Å føde

 LIDA Norge
 Sara Dorthæa Johannesen
 Jacob Haule (sw), Espen Stranger-
Johannessen (nn)



This work is licensed under a Creative Commons
[Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0).
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



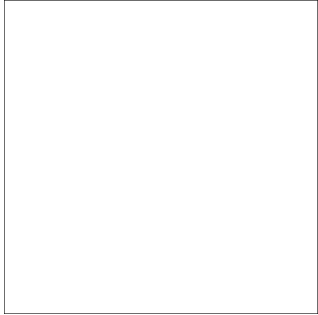
Selamawit ana umri wa miaka 29. Alimzaa mwanae wa kwanza nchini Eritrea. Yeye na familia yake walikuwa na maisha magumu huko, kwa hiyo wakaamua kwenda Italia.

...

Selamawit er 29 år. Ho fødde det første barnet sitt i Eritrea. Ho og familien hadde det vanskeleg der, så dei bestemte seg for å dra til Italia.

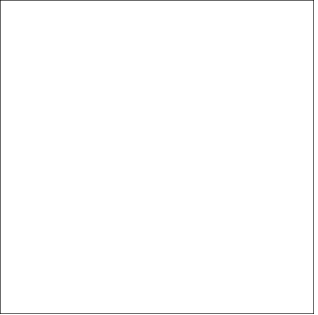
Wanawake wote wawili waliifunga watoto
wenye aya bora. Selamawit alipata mtoto
mwingine wa kiume wakati Inga alipata mtoto
wa kike. Waume zao walihisi fahari na
walimwambia kila mtu waliyemjua kuhusu wake
zao imara na watoto wao wenye aya bora.
...

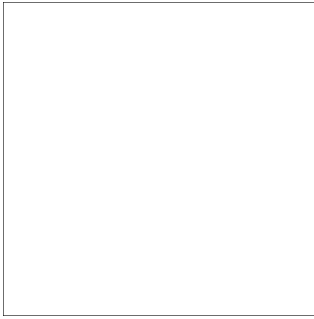
Begge kvinnene fødte sunne og friske barn.
Selamawit fekk ein son til, medan Inga fekk ei
dotter. Mennene deira var veldig stolte, og dei
fortalde alle dei kjente om dei sterke konene og
dei friske barna sine.



Inga aliondoka nyumbani kabla hajafikisha
miaka 19. Alienda Norwei na akapata mwanee
wa kwanza huko.
...

Inga drog heimanfrå like før ho fylte 19. Ho
flytta til Noreg og fekk det første barnet sitt der.

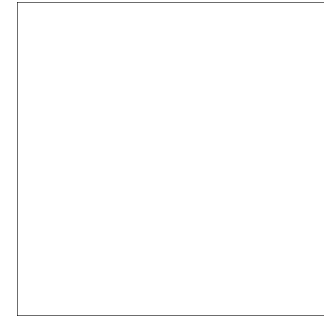




Wakati Selamawit alipopata ujauzito wa mtoto wake wa pili, alistaajabu jinsi itakavyokuwa kujifungua mtoto katika nchi tofauti.

...

Då Selamawit vart gravid med det andre barnet sitt, lurte ho på korleis det ville vere å få barn i eit anna land.



Inga na daktari wake walikubaliana kwamba aonane na mkunga kwa ajili ya vipimo vya mara kwa mara wakati wote wa ujauzito. Mkunga alimpa ushauri kuhusu chakula, kupumzika, na taarifa za jinsi ya kujilinda vizuri yeye na mtoto wake.

...

Inga og legen hennar vart samde om at ho skulle møte ei jordmor for jamleg oppfølging under svangerskapet. Jordmora gav henne råd om mat, kvile og informasjon om korleis ho sjølv og babyen kunne halde seg sunne og friske.

Baada ya jirani wa Inga kusikia kwamba anajaribu kupata mtoto, akamshauri amuone daktari mara tu baada ya kugundua kuwa ni mjamzito. Kwa kufanya hivyo, angeweza kuwa na uhakika kwamba yeye na mtoto wake wangekuwa na afya njema. Daktari akamwambia anywe vidonge vya wajawazito vina vitamini muhimu kwa wanawake wajawazito.

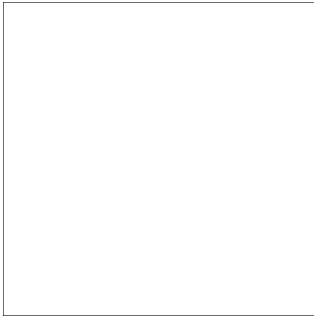
...

Då naboen til Inga hørde at ho prøvde å få barn, sa naboen til henne at ho måtte gå til legen så snart ho vart gravid. På den måten kunne ho vere sikker på at ho og barnet var friske. Legen sa at ho måtte ta folsyre, eit vitamin som er viktig for gravide.

Selamawit na Inga wana tajriba tofauti. Selamawit alihisi yuko salama kwa sababu ana uzoefu wa kujifunga. Inga alizungumza na mama yake kuhusu kujifunga.

...

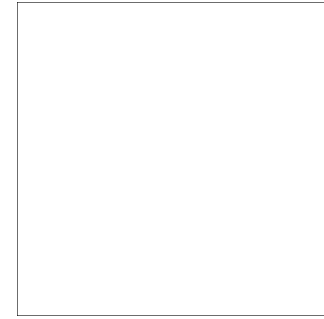
Selamawit og Inga hadde ulik bakgrunn. Selamawit følte seg trygg fordi ho hadde erfaring med å føde. Inga snakka med mora si om å føde.



Wanawake wote wawili walifahamu kwamba katika mataifa mengi ya Ulaya, wanawake wajawazito wana haki ya kupata huduma za afya. Hii inamaanisha kwamba watapata msaada wakati wa ujauzito wao. Selamawit alipanga miadi na daktari wake mara tu baada ya kugundua kuwa ni mjamzito. Mume wa Selamawit alimpeleka kwa daktari.

...

Begge kvinnene hadde hørt at i dei fleste europeiske land har gravide rett til svangerskapskontroll. Det tyder at ein får hjelp under svangerskapet. Selamawit bestilte ein time hos legen sin så snart ho skjønte at ho var gravid. Mannen til Selamawit køyrde henne til legen.



Daktari alifanya baadhi ya vipimo na akagundua kuwa Selamawit ana aina fulani ya kisukari ambacho wanawake wengi wajawazito hupata. Alipaswa kula vyakula vyenye virutubisho na kufanya mazoezi. Selamawit alifurahi kwani alienda kwa daktari mapema kabla yeye na mtoto wake kuugua.

...

Seinare tok legen nokre prøver og fann ut at Selamawit hadde ein type diabetes som nokre gravide kvinner får. Ho måtte ete sunn mat og trene. Selamawit var glad ho drog til legen tidleg, før ho og babyen vart sjuke.