# LIDA Stories

lidastories.net

## Panganganak

LIDA Norge
Sara Dorthea Johannesen
Christlaine

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

# Panganganak

LIDA Norge
Sara Dorthea Johannesen
Christlaine
4
Tagalog tl

Si Selamawit ay dalawampu’t siyam na taong gulang. Ipinanganak niya ang kanyang unang anak sa Eritrea. Nagkaroon ng mahirap na panahon siya at ang kanyang pamilya, kaya nagpasya silang pumunta sa Italya.

Parehong babae ang nanganak ng malulusog na sanggol. Si Selamawit ay nagkaroon ng isa pang anak na lalaki, habang si Inga ay may isang anak na babae. Lubos na ipinagmamalaki ng kanilang mga asawa ang kanilang mga matatag na asawa at malulusog na mga anak, at ibinalita nila ito sa lahat ng taong kilala nila.

Umalis si Inga sa bahay bago siya mag-labing siyam na taong gulang. Lumipat siya sa Norway at doon nagkaroon ng kanyang unang anak.

Nang mabuntis si Selamawit sa kanyang pangalawang anak, naisip niya kung paano ang pagkakaroon ng anak sa ibang bansa.

Nagkasundo sina Inga at ng kanyang doktor na magpatingin siya sa isang midwife para sa regular na check-up sa loob ng kanyang pagbubuntis. Binigyan siya ng payo ng midwife tungkol sa pagkain at pagpapahinga, at impormasyon kung paano panatilihing ligtas at malusog siya at ang kanyang sanggol.

Nang marinig ng kapitbahay ni Inga na sinusubukan niyang magkaanak, sinabihan siya ng kapitbahay na magpatingin kaagad sa doktor kapag buntis na siya. Sa ganitong paraan, masisigurado niya na malusog sila ng kanyang sanggol. Sinabi ng doktor na uminom ng folic acid, isang bitamina na mahalaga para sa mga buntis.

Si Selamawit at Inga ay iba ang pinagmulan. Naramdaman ni Selamawit ang kaligtasan dahil may karanasan na siya sa panganganak. Kinausap ni Inga ang kanyang ina tungkol sa panganganak.

Narinig ng dalawang babae na karamihan ng mga bansa sa Europa, ang mga buntis ay may karapatan sa pangangalaga sa antenatal. Nangangahulugan ito na makakakuha sila ng tulong sa panahon ng kanilang pagbubuntis. Nagpa-appointment si Selamawit sa kanyang doktor nang malaman niyang buntis siya. Dinala si Selamawit ng kanyang asawa sa doktor.

Nagsagawa ng ilang pagsusuri ang doktor at nalaman na si Selamawit ay may diabetes na nakukuha ng ilang buntis. Kinailangan niyang kumain ng masustansyang pagkain at mag-ehersisyo. Natuwa si Selamawit na maaga siyang pumunta sa doktor, bago sila magkasakit ng kanyang anak.