এই মানগুলি জন্ম দিতে চলেছেন এমন মানুষদের **অবগতি**, **শিক্ষা** এবং **সহায়তা** প্রদানের জন্য তৈরি হয়েছে - অর্থাৎ আপনার মত মানুষদের জন্য। এই মানগুলি আপনার মানবাধিকার সম্পর্কে আরও জানার জন্য আপনাকে উৎসাহিত এবং আপনার জন্মদানের অভিজ্ঞতায় সক্রিয় সিদ্ধান্ত-গ্রহণকারী করে তুলবে। এই স্ট্যান্ডার্ডগুলি প্রদানকারীদের জন্যও সহায়তামূলক এবং গর্ভাবস্থা, প্রসববেদনা এবং শিশুর জন্মের সময় রোগীর মানবাধিকারকে মর্যাদা দিতে এবং অবগত হতে তাদেরকে সাহায্য করবে।

**আপনার জন্মদানের অভিজ্ঞতার সময় আপনার কাছে মর্যাদা সম্পন্ন, সুরক্ষিত এবং গুণমান সম্পন্ন পরিচর্যা পাওয়ার মানবাধিকার আছে।** মানবাধিকার হল সেই সব অধিকার যা সকল মানুষের আছে নিজেদের সিদ্ধান্ত নিজে নেবার এবং তাদের জীবন মর্যাদাপূর্ণভাবে কাটানোর জন্য। এগুলি নাগরিক অধিকারের থেকে আলাদা এবং সবসময় যোগ্য আইনি সুরক্ষা পায় না। আপনার মানবাধিকারগুলিকে কতটা ভালোভাবে মর্যাদা দেওয়া হবে সেই ক্ষেত্রে স্বাস্থ্য প্রদানকারী এবং হাসপাতালগুলি ভিন্ন হয়।

এটি একটি আইনি নথিপত্র না হলেও আমরা আপনাকে আপনার বর্তমান অথবা সম্ভাব্য স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানকারীকে এই তথ্য জানানোর এবং আলোচনার করার জন্য এবং তাদের কেন্দ্রটি একবার দেখে নেওয়ার জন্য উৎসাহিত করছি। কার সাথে এবং কোথায় জন্ম দিতে হবে সে ব্যাপারে সিদ্ধান্ত নেওয়ার আগে এটি আপনাকে তাদের নীতি এবং আচরণের ব্যাপারে জানতে সাহায্য করবে।

**কমিউনিটি সমাবেশ থেকে এই নথিপত্রের জন্য তথ্য নেওয়া হয়েছে এবং নিউ ইয়র্ক সিটির স্বাস্থ্য বিভাগের সেক্সুয়াল অ্যান্ড রিপ্রোডাক্টিভ জাস্টিস কমিউনিটি এনগেজমেন্ট গ্রুপ (SRJ CEG) দ্বারা তৈরি করা হয়েছে। আরও তথ্যের জন্য nyc.gov/health-এ SRJ খুঁজুন।**

যৌনগত এবং প্রজনন ন্যায় প্রতি অঙ্গীকারের অংশ হিসেবে SRJ CEG জন্মের সময়ের ন্যায় উন্নীত করার জন্য কাজ করছে। **জন্মের সময়ের ন্যায়** তখনই বিদ্যমান হয় যখন সবার কাছে গর্ভাবস্থা, শিশুর জন্ম এবং প্রসবের পর মর্যাদার সাথে সিদ্ধান্ত নেওয়ার স্বাধীনতা এবং সহযোগিতা লভ্য থাকে। এটির মধ্যে রয়েছে উচ্চ-গুণমান সম্পন্ন, সাংস্কৃতিকভাবে দায়িত্বপূর্ণ প্রতিক্রিয়াশীল পরিচর্যা, কোথায় এবং কার সঙ্গে প্রসব করা হবে তা বেছে নেওয়ার স্বাধীনতা এবং চিকিৎসা ব্যবস্থা স্বীকার অথবা অস্বীকার করার ক্ষমতা।

NYC Health

নিউ ইয়র্ক সিটির মান

# জন্মের সময় মর্যাদাসম্পন্ন পরিচর্যার জন্য

NYC Health

Bengali

- শিক্ষা
- অবগত সম্মতি
- সিদ্ধান্ত-গ্রহণ
- পরিচর্যার গুণমান
- সহযোগিতা
- মর্যাদা এবং বৈষম্যহীনতা

আরও তথ্যের জন্য **nyc.gov/health**-এ **SRJ** খুঁজুন।

## শিক্ষা

আপনার স্বাস্থ্য, স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানকারী এবং জন্মের অভিজ্ঞতার বিকল্পগুলি সম্পর্কে সহজেই বোঝা যায় এমন সরল তথ্য চাইবার এবং পাবার অধিকার আপনার আছে। এটির মধ্যে রয়েছে নিম্নলিখিত সম্পর্কে তথ্য:

1. অবস্টেট্রিশিয়ান, গাইনোকোলজিস্ট, দাই, দৌলা অথবা পারিবারিক মেডিসিনের ডাক্তার এবং তাদের যোগ্যতা এবং পেশাদার অভিজ্ঞতা
2. কোথায় জন্ম দিতে হবে তার বিকল্প যেমন একটি হাসপাতাল অথবা জন্ম দেওয়ার কেন্দ্র অথবা আপনার বাড়ি
3. জন্ম দেওয়ার জন্য আপনি যে জায়গা বেছে নিয়েছেন সেটির নীতি এবং অনুশীলন
4. শিশুর জন্ম এবং আপনার বাচ্চাকে খাওয়ানোর উদ্দেশ্যে প্রস্তুতির জন্য সম্পদ যেমন শিশুর জন্মের শিক্ষার ক্লাস এবং নার্সিং কাউন্সেলার্স
5. আপনার এবং আপনার বাচ্চার জন্য জন্মের সমস্ত সম্ভাব্য ফলাফলের বিবরণ
6. আপনার প্রয়োজনীয় সুবিধা এবং পরিষেবার জন্য তথ্য এবং রেফারেল যেমন আবাসন, খাদ্য, আইনি সহযোগিতা এবং স্বাস্থ্য বীমা*

## পরিচর্যার গুণমান

আপনার কাছে সর্বোচ্চ-গুণমানের স্বাস্থ্য পরিচর্যা পাওয়ার অধিকার আছে। এর মধ্যে রয়েছে:

1. একটি হাসপাতালে অথবা জন্ম দেওয়ার কেন্দ্রে অথবা আপনার বাড়িতে জন্ম দেওয়ার অভিজ্ঞতার সময় আপনার ব্যথার স্তরকে গুরুত্ব দেওয়া সহ আপনার প্রয়োজনের প্রতি যথাসময়ে মনোযোগ
2. আপনার প্রসববেদনার এবং প্রসবের সময় একটি সুরক্ষিত এবং পরিষ্কার পরিবেশ এবং আপনার প্রসবের একটি শান্ত এবং সুরক্ষিত ঘর
3. গর্ভাবস্থা এবং শিশুর জন্মের সময় পরিচর্যার জন্য বর্তমান শ্রেষ্ঠ পদ্ধতিতে প্রশিক্ষিত এবং দক্ষ পরিষেবা প্রদানকারী
4. বিনীত কর্মী, যারা ঘরে প্রবেশ করার সময় নিজের পরিচয় দেবেন। যদি আপনার কোনও নেতিবাচক অভিজ্ঞতা হয় অথবা যে কোনও কারণের (যেমন আচরণ, দক্ষতা অথবা অভিজ্ঞতার স্তর ইত্যাদি) জন্য কর্মী সদস্যের সাথে স্বাচ্ছন্দ্যবোধ না করেন, তাহলে আপনি অন্য কর্মী সদস্যের জন্য অনুরোধ করতে পারেন এবং পেতে পারেন

## সিদ্ধান্ত-গ্রহণ

আপনার শরীরের সাথে কি করা হবে সে সম্পর্কিত সিদ্ধান্ত এবং আপনার বাচ্চার জন্য সিদ্ধান্ত নেওয়ার অধিকার আপনার কাছে আছে। এর মধ্যে রয়েছে:

1. স্বাস্থ্য পরিচর্যা বিকল্প বেছে নেওয়া যেমন আপনার মূল্যবোধ, ধর্ম এবং বিশ্বাসের ওপর ভিত্তি করে কোন প্রক্রিয়াগুলি আপনি নিজের ওপর করার অনুমতি দেবেন অথবা দেবেন না
2. কোথায় জন্ম দেবেন তার সিদ্ধান্ত নেওয়ার অধিকার, হাসপাতালে, জন্মদান কেন্দ্রে অথবা আপনার বাড়িতে
3. কিভাবে আপনার বাচ্চাকে খাওয়াবেন তা বেছে নেওয়া - স্তন্যদানের সাহায্যে/চেস্ট ফিডিং, ফর্মুলা নাকি উভয় মিলিয়ে -এবং আপনার বাচ্চাকে খাওয়ানোর জন্য প্রয়োজনীয় সাহায্য গ্রহণ করা
4. জন্মের পর তৎক্ষণাত আপনার বাচ্চাকে হাতে নেওয়া (ত্বকের সঙ্গে ত্বকের স্পর্শ হিসেবেও পরিচিত) আপনার C-সেকশন করা হলেও
5. আপনার বাচ্চার পরিচর্যার ব্যাপারে বিকল্প বেছে নেওয়া, যেমন চিকিৎসাগত পরীক্ষণ এবং প্রক্রিয়ার জন্য আপনার বাচ্চার সঙ্গে উপস্থিত থাকবেন কিনা (যদি না অনুপস্থিতির চিকিৎসাগত কারণ থাকে) এবং কোথায় আপনার বাচ্চা থাকবে (আপনার সঙ্গে একই ঘরে অথবা নার্সারিতে)
6. আপনার সিদ্ধান্তগুলি নথিভুক্ত করা এবং আপনি সেগুলির সাথে সংযুক্ত সম্ভাব্য ঝুঁকিগুলি বুঝেছেন

## অবগত সম্মতি

আপনার সমস্ত চিকিৎসা প্রক্রিয়ার বিষয়ে জানার এবং নিজের সিদ্ধান্ত দেওয়ার অধিকার আপনার আছে। এটিকে "অবগত সম্মতি" বলা হয় এবং একটি আইনি অধিকার।** পরিচর্যা প্রদানকারীকে আপনি যে ভাষা বোঝেন তাতে সঠিক, নির্ধারণ-মুক্ত ব্যাখ্যা এবং তথ্য জানানো উচিৎ যাতে আপনি যখন প্রস্তুত হবেন তখন নিজের জন্য সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে পারেন। সিদ্ধান্ত নেওয়ার পর আপনার কাছে আপনার সিদ্ধান্ত পরিবর্তন করার এবং নতুন সিদ্ধান্তের জন্য মর্যাদা পাওয়ার অধিকার আছে - আপনার স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানকারী আপনার সাথে সম্মত না হলেও। অবগত সম্মতির মধ্যে রয়েছে:

1. প্রক্রিয়া, পরীক্ষা, চিকিৎসা অথবা ঔষধের ব্যাপারে আপনার স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানকারীর পরামর্শ
2. যে কোনও ঝুঁকি, সুবিধা এবং বিকল্প প্রক্রিয়া

## মর্যাদা এবং বৈষম্যহীনতা

গর্ভাবস্থা, প্রসববেদনার এবং শিশুর জন্মের সময় মর্যাদা এবং সম্মানের সাথে আচরণ পাওয়ার অধিকার আছে এমনকি শিশুর জন্মের পরেও - যাই হোক না কেন।*** এটির অর্থ হলো স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানকারীরা আপনার সাথে নিম্নলিখিতগুলি করবেন বলে প্রত্যাশা করা হয়:

1. জাতি, লিঙ্গ, ধর্ম, যৌন প্রবৃত্তি, বয়স, প্রতিবন্ধকতা, এইচআইভি অবস্থান, অভিবাসন অবস্থান, আবাসন স্থিতি, আয়ের স্তর অথবা বীমার প্রকৃতির নির্বিশেষে আপনার এবং আপনার পরিবারের সঙ্গে ন্যায্যভাবে আচরণ করবেন
2. একজন দোভাষী প্রদান করবে যাতে আপনি আপনার স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানকারীর কথা বুঝতে পারেন এবং তারা আপনার কথা বুঝতে পারে
3. আপনার গোপনীয়তা এবং গোপনীয় চিকিৎসাগত তথ্য সুরক্ষিত রাখবে
4. পরীক্ষা এবং প্রক্রিয়া চলাকালীন কর্মী সদস্য সহ আপনার ঘরে আপনি কার উপস্থিতি চান এবং চান না সে ব্যাপারে আপনাকে সিদ্ধান্ত নিতে দেয় এবং সেই সিদ্ধান্তকে সম্মান জানায়
5. আপনার পছন্দের নাম এবং লিঙ্গ সর্বনামের ব্যাপারে জিজ্ঞাসা করবেন এবং ব্যবহার করবেন
6. আপনি আপনার বাচ্চার জন্য যে নাম এবং লিঙ্গ সর্বনাম ব্যবহার করা পছন্দ করবেন তা ব্যবহার করবেন
7. আপনার পরিবারের জন্য আপনি যে সিদ্ধান্তগুলি নিয়েছেন সেগুলিকে সম্মান জানাবে যেমন আপনার একজন স্বামী-স্ত্রী অথবা সঙ্গী আছে কিনা, আপনার স্বামী-স্ত্রীর অথবা সঙ্গীর লিঙ্গ কি, আপনার কতগুলি বাচ্চা আছে অথবা আপনি বাচ্চকে দত্তক নেওয়ার জন্য নির্ধারিত করেছেন কিনা
8. আপনার স্বাস্থ্য পরিচর্যা সম্পর্কে আপনার যে উদ্বেগ অথবা অভিযোগ আছে তার স্বীকৃতি প্রদান করবে এবং পরিচর্যার যে কোনও বিষয়ে কিভাবে অভিযোগ জানাবেন সে ব্যাপারে তথ্য প্রদান করবে

## সহযোগিতা

আপনার কাছে গর্ভাবস্থা, প্রসবের শ্রম করার এবং শিশু-জন্ম এবং শিশু-জন্মের পর সহায়তা পাওয়ার অধিকার আছে। এর মধ্যে রয়েছে:

1. প্রসব এবং অন্যান্য প্রক্রিয়ার সময় আপনার দ্বারা বেছে নেওয়া লোকেদের উপস্থিতি যেমন আপনার সঙ্গী, পরিবারের সদস্য, বন্ধু অথবা দৌলা (একজন প্রশিক্ষিত পেশাদার যিনি শিশু জন্মের আগে, চলাকালীন এবং তৎক্ষণাত পর তথ্য এবং সহযোগিতা প্রদান করে)
2. শিশু-জন্মের পর আপনার হতাশার (জন্মের পর হতাশা হিসেবেও পরিচিত)অভিজ্ঞতা হলে তথ্য, পরামর্শ এবং সহযোগিতা পরিষেবা পাওয়া
3. আপনার গর্ভপাত, মৃত শিশু জন্ম অথবা শিশুর মৃত্যুর অভিজ্ঞতা হলে আপনার এবং আপনার পরিবারের জন্য তথ্য, পরামর্শ এবং সহযোগিতা পরিষেবা পাওয়া

*যদি আপনি সরকারি সহায়তা প্রকল্পের জন্য সাইন আপ করতে ইচ্ছুক হন তাহলে আরও তথ্যের জন্য 311 নম্বরে কল করুন। **যদি আপনি বিশ্বাস করেন যে আপনার অবগত সম্মতির অধিকার লঙ্ঘন করা হয়েছে তাহলে আপনার ব্যক্তিগত আঘাতে বিশেষজ্ঞতা সহ একজন উকিলের সাথে যোগাযোগ করা উচিৎ। নিউ ইয়র্ক সিটি বার অ্যাসোসিয়েশনের একটি আইনি রেফারেল পরিষেবা আছে যা আপনাকে 212-626-7373 নম্বরে কল করে একটি উকিলকে খোঁজার জন্য সাহায্য করতে পারে। ***যদি আপনি বিশ্বাস করেন যে আপনার লিঙ্গ, আপনার গর্ভাবস্থা অথবা নিউ ইয়র্ক সিটি মানবাধিকার আইনের অধীনে অন্য কোনও সুরক্ষিত শ্রেণির কারণে আপনার সঙ্গে অপব্যবহার করা হয়েছে অথবা পরিচর্যা অথবা পরিষেবা অস্বীকার করা হয়েছে তাহলে নিউ ইয়র্ক সিটি মানবাধিকার কমিশনে অভিযোগ দায়ের করার জন্য 311 অথবা 718-722-3131 নম্বরে কল করুন।