

# YON LIV POU FANMSAJ

Fason pou pran swen gwosès,  
akouchman, ak sante medam yo

**Susan Klein, Suellen Miller,  
ak Fiona Thomson**

**Tradiksyon: Faron Gambke**



Richmond, Virginia USA



Berkeley, California, USA

Ni Hesperian Health Guides, ni moun ki te patisipe nan ekri *Yon Liv pou Fanmsaj*, ni moun ki te patisipe nan tradui l, yo youn pa responsab fason kèlkeswa moun ta itilize enfòmasyon ki genyen anndan liv la.

Tout pwofesyonèl k ap travay nan domèn swen sante a gen yon responsablite pou yo onèt avèk tèt yo epi avèk moun y ap pran swen yo anrapò ak kapasite yo ak limit yo. Men sa sa vle di: itilize sèlman teknik ou te pran fòmasyon pou w fè yo. Chèche èd nan men pwofesyonèl lasante ki pi eksperimante lè yon fi bezwen yon kalite swen ou pa t pran fòmasyon pou li a. Chèche konsèy nan men pwofesyonèl lasante ki nan zòn ou an ak otorite yo nan zafè swen sante konsènan fason w ka fè travay w ki gen mwens danje. Liv sa a ka ede w aprann nouvo teknik, men pa gen okenn liv ki ka ranplase fòmasyon pratik ou resevwa nan men yon anseyan ki abil ki eksperimante. Chak fwa w jwenn okazyon pou sa, kontinye gade, li, koute, e aprann.

Se Hesperian Health Guides ki te pibliye premye edisyon liv sa a an 2004. Yo ba nou pèmasyon pou nou tradui liv la an kreyòl ayisyen. Tradiksyon an soti nan liv orijinal la ki gen “copyright”. “Copyright” ki pou “Midwives For Haiti” ki pi ba a se pou tradiksyon an sèlman.

**Kreyol translation copyright © 2017 by Midwives For Haiti. All rights reserved.**

Premye edisyon: Septanm 2017

Enprime Ozetazini

ISBN: 978-0-942364-42-2

Lè liv sa a te pibliye nan lang angle, yo te fè tout efò pou fè sèten ke enfòmasyon li genyen yo te kòrèk. Sepandan, konsepsyon sou sante, espesyalman rekòmandasyon pou medikaman toujou ap chanje avèk tan. Tanpri tcheke avèk otorite sante lokal ou oswa Ministè Sante pou asire ke sijasyon ki nan liv sa a se menm jan ak direktiv oswa enfòmasyon aktyèl lokal ou yo.

Hesperian avèk Midwives For Haiti ankouraje w pou w kopye, repwodui, oswa adapte nenpòt pati oswa tout pati ki gen nan liv sa a (sa gen ladan l desen yo tou), depi se pa pou objektif komèsyal, depi w site “Hesperian” kòm òrijinatè a, epi depi w suiv lòt egzijans ki fè pati Lisans “Copyright” Hesperian nan (gade [www.hesperian.org/about/operncopyright](http://www.hesperian.org/about/operncopyright)).

Pou sèten kalite adaptasyon ak distribisyon, nou mande w pou w **chèche pèmasyon dabò nan men Hesperian**. Ou mèt ekri [permissions@hesperian.org](mailto:permissions@hesperian.org) pou w ka itilize nenpòt pati nan liv la pou objektif komèsyal; oswa pou w enprime plis pase 100 kopi; oswa pou w repwodui l nan fòm elektwonik; oswa si òganizasyon w gen yon bidjè ki depase 1 milyon dola ameriken.

Epitou, nou mande w kontakte Hesperian pou w jwenn pèmasyon **anvan w kòmanse kèlkeswa tradiksyon**, yon fason pou w evite fè yon travay ki deja ap fèt, epi pou w ka jwenn sijasyon sou ki jan pou w pi byen adapte enfòmasyon ki nan liv la. Si w itilize nenpòt tèks oswa desen ki nan liv sa a nan yon lòt bagay w ap fè, tanpri, voye yon kopi bay Hesperian.



*Avèk èd ou, nou ka amelyore liv sa a. Nou vle tande eksperyans, koutim, ak pratik pa w yo. Si w gen nenpòt sijasyon sou ki jan nou ka amelyore liv sa a, oswa ki jan pou l konble bezwen kominote pa w la, tanpri, ekri nou. Kòmantè w yo ka ede nou fè lòt edisyon liv la nou pral soti pi devan yo pi itil toujou. Mèsi pou èd ou.*

Hesperian Health Guides  
1919 Addison Street, #304  
Berkeley, California 94704, USA  
[www.hesperian.org](http://www.hesperian.org)

## Merit

**Kowòdonatè pwojè a:** Stephen Eads, MD

**Tradiksyon:** New Haiti Institute

**Edite epi fè tradisyon final la:** Faron Gambke

**Revizyon:** Carrie Wortham, Gladius Saintvil, Brittany Tusing

**Foto ki sou po a:** Cheryl Hanna-Truscott, CNM

## Merit pou Edisyon Anglè a

**Project coordination:** Fiona Thomson

**Design and production:** Sarah Wallis

**Cover design:** Sarah Wallis

**Additional writing and editing:** Darlena David, Zena Herman, Todd Jailer, Jane Maxwell, Susan McCallister, Sarah Shannon, Kathleen Vickery, Sarah Wallis

**Art coordination:** Fiona Thomson and Sarah Wallis

**Additional production:** Lora Santiago

**Field-testing and networking:** Starr Amrit

**Copy editing:** Rachel Markowitz

**Indexing:** Ty Koontz

**Proofreading:** Sunah Cherwin

**Medical review:** Ellen Israel, Lisa Keller, Melissa Smith, Judith Standley

**Editorial and production management:** Susan McCallister

**Artists:** Namrata Bali, Jennifer Barrios, Sara Boore, Heidi Broner, May Florence Cadiente, Barbara Carter, Gil Corral, Elizabeth Cox, Regina Faul-Doyle, Christine Eber, Iñaki Fernández de Retana, Sandy Frank, Deborah Green, Susie Gunn, Jesse Hamm, Haris Ichwan, Anna Kallis, Delphine Kenze, Susan Klein, Joyce Knezevich, Gina Lee, June Mehra, Naoko Miyamoto, Jeanne Muller, Mabel Negrete, Gabriela Núñez, Kate Peatman, Sara Reilly-Baldeschwieler, Diana Reiss-Koncar, Petra Röhr-Rouendaal, Leilani Roosman, Lucy Sargeant, Mona Sfeir, Akiko Aoyagi Shurtleff, Chengyu Song, Fiona Thomson, Dovile Tomkute-Veleckiene, Sarah Wallis, Lihua Wang, David Werner, Christine Wong, Allan Woong, Mary Ann Zapalac

## Remèsiman

Tradui e pwodui liv sa a se yon pwojè ki te dire plizyè ane. Premye tradiksyon New Haiti Institute te fè a te posib grasa yon don ki te soti nan Virginia Women's Center ki nan Richmond, Virginia. Se Faron Gambke ki te edite e revize tradiksyon sa a. Bonjan kapasite li genyen pou l edite avèk ladrès epi konesans pwofon li genyen sou anglè ak kreyòl te pèmèt li fè tradiksyon an pi egzak epi pi fasil pou moun li e konprann.

Anvan yo te fin edite l, yo te itilize liv sa a kòm liv prensipal nan lekòl Midwives For Haiti (Fanmsaj Pou Ayiti) a ki la pou fòme fanmsaj ki abil. Lekòl la te kòmanse an 2006, e jiska mas 2017, 124 fanmsaj abil te gentan gradye ladan l. Se Nadene Brunk, CNM, ki te fonde lekòl la. Li se yon fanmsaj ki soti Virginia ki te vin Ayiti pou l te pran swen medam nan klinik. Nadene te vin aprann ke pifò fi ann Ayiti akouche san yo pa gen yon pwofesyonèl ki abil k ap asiste yo, e anpil ladan yo mouri akoz pwoblèm yo te ka evite. Nadene te vle ede yo, kidonk li te kòmanse aprann moun teknik fanmsaj nan Cité Soleil. Nenpòt moun ki te vle te ka vin aprann. Apati ti kòmansman sa a, te vin gen yon bonjan òganizasyon. Alafen, òganizasyon an te vin baze Hinche, epi te gen plizyè santèn fanmsaj, mis, ak doktè ann Ayiti e atravè lemond ki te patisipe ladan l. Midwives For Haiti toujou ap agrandi, chanje, e amelyore pandan l ap fè efò pou l fè gwosès gen mwens danje pou tout fanm ki Ayiti yo.

Travay Midwives For Haiti fè a posib grasa don yo resevwa nan men plizyè santèn moun epi nan men òganizasyon sa yo:

Every Mother Counts

Bon Secours Global Ministries

Haitian Health Care Ministry Fund

SG Foundation

The International Foundation

Dining for Women

The Phalen Family Foundation

Rotary Club of West Richmond

Rotary International

Mothers at Risk

Charles Marting Foundation





# Ki jan pou itilize liv sa a

## KI JAN POU CHÈCHE ENFÒMASYON W BEZWEN

Pou jwenn enfòmasyon w bezwen, itilize Lis Chapit yo, Endèks la, oswa Tab yo.

**Lis Chapit** yo ki nan kòmansman liv la, site non chak chapit, nan lòd yo parèt nan liv la. Nan kòmansman chak chapit, yo site ki diferan sijè ki gen nan chapit la.

**Endèks** la, ki nan fèy jòn yo ki dèyè liv la, site tout sijè yo pale nan liv la nan lòd alfabetik (a, b, c, d...).

Chak paj nan liv la gen yon nimewo anba. Pou jwenn yon chapit oubyen yon sijè nan liv la, chèche l nan lis chapit yo oswa nan endèks la, e apre sa ale nan nimewo paj yo site bò kote l la.

**Tab** ki sou bò dwa chak fèy divize pifò nan liv la an 5 pati. Ou ka jwenn enfòmasyon rapid sou bon sante, fè prevansyon kont enfeksyon, gwosès, tranche ak akouchman (sa gen ladan l apre akouchman an), epi teknik medikal lè w ale nan pati ki make ak tab ki gen non sa a.

## AVÈTISMAN, MEDIKAMAN, AK NÒT

Nou mete avètisman, medikaman, ak nòt apa parapò ak tèks prensipal la.

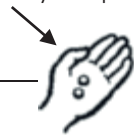
**Kare avètisman** yo montre enfòmasyon ki enpòtan. Lè w wè yon kare konsa, ou dwe pase alaksyon pou w ka evite danje.



**ATANSYON!** Pa mete yon esterilè pou yon fi ki montre siy enfeksyon. Enfeksyon an ka pwopaje nan matris la.

**Kare medikaman** montre ki jan pou bay yon medikaman. Li kare sa yo avèk atansyon, epi toujou gade nan fèy koulè vèt yo ki kòmanse nan paj 463 anvan w bay yon medikaman.

Ti foto sa yo montre ki jan yo bay medikaman ki nan kare a. Nan ka sa a, yo bay konprime.



### Pou fè yon fyèv desann

- Bay 500 a 1000 miligram (mg) parasetamòl, nan bouch, chak 4 a 6 èdtan

**Nòt** yo montre enfòmasyon ki itil, men ki gendwa pa gen yon rapò dirèk avèk sijè y ap diskite a.

**Note sa:** Men ki pwòp pa rete pwòp pandan anpil tan. Si w touche kèlkeswa bagay apa de vajen manman an, ou oblije lave men w ankò.

## KI JAN POU KONPRANN IMAJ YO KI GEN KÒ MOUN

### Ki jan nou montre pa deyò kò a

Le nou desinen yon moun, nou eseye fè tout kò l. Si nou pa gen ase espas, nou montre sèlman yon pati nan kò l.

Foto sa montre yon manman k ap pouse yon pitit soti nan vajen l.



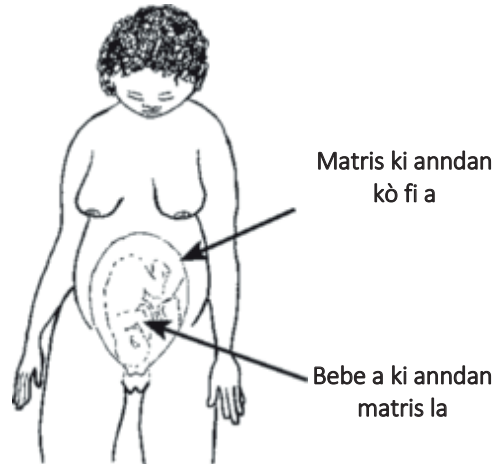
Si l enpòtan pou wè tèt bebe a ak vajen an pi byen, nou montre sèlman pati sa nan kò a, yon fason pou nou ka agrandi imaj la.



### Ki jan nou montre pa anndan kò a

Pafwa nou oblije montre sa k ap fèt anndan kò yon fi. Kidonk, nou mete imaj ki montre ki jan kò fi a t ap parèt si w te ka gade l pa anndan.

Jeneralman, nou itilize tras kreyon ki pwès pou n montre kò fi a pa deyò, epi nou itilize tras kreyon ki pi fen oswa tras pwentle pou montre sa k ap pase pa anndan.



## YON TI PALE SOU ZAFÈ LANGAJ

**Langaj medikal ak langaj teknik** Atravè liv sa a nou eseye itilize yon langaj moun ka konprann fasil lè n ap pale sou kò a ak bagay kò a fè. Anmenmtan tou, nou eseye esplike nenpòt langaj medikal nou itilize. Si gen yon mo ou pa konprann, ou ka chèche l nan endèks la, epi gade si yo esplike l yon lòt kote nan liv la. Oswa, ou ka gade nan diksyonè ki gen nan paj 503, ki site kèk mo medikal ak teknik ki itil.

## KESYON CHÈCHE ÈD

Enfòmasyon ki gen nan liv sa a pa toujou sifi pou ede w rezoud yon pwoblèm sante. Lè sa rive, chèche èd! Selon pwoblèm nan, ou sipoze fè omwen youn nan bagay sa yo:

**Chèche konsèy medikal.** Yon pwofesyonèl lasante ki abil oswa yon doktè sipoze kapab ede w decide ki sa pou w fè. Nòmalman, sa pa yon ka dijans.

**Chèche asistans medikal.** Fi a oswa bebe l la bezwen wè yon pwofesyonèl medikal ki abil oswa yon doktè pou fè egzamen oswa tretman osito sa posib.

**Mennen l nan yon sant sante oswa yon lopital.** Sa se yon ka dijans. Mennen fi a oswa bebe l la nan yon lopital tousuit pou fè yon operasyon oswa pou yo ba l yon lòt asistans ann ijans.

# Lis Chapit yo

## Entwodiksyon

### Chapit 1: Yon ti pale ak fanmsaj yo ..... 1

Aprann se yon bagay moun fè pandan tout lavi yo..... 1	Swen sante ki montre respè ak konpasyon .....6
Pataje sa w konnen..... 3	Travay pou amelyore sante medam yo .....8
	Fè travay ou ak kè kontan.....11

### Chapit 2: Fason pou trete pwoblèm sante ..... 12

Chèche kòz pwoblèm sante yo..... 13	Chèche rasin pwoblèm sante yo .....21
Chèche pi bon tretman an ..... 16	Fanmsaj ka pote chanjman .....25

### Chapit 3: Kò yon fanm ansent..... 26

Ògan seksyèl ak ògan repwodiktif yon fi ..... 27	Kòman fi vin ansent.....29
--	----------------------------

### Chapit 4: Ede medam yo rete an bon sante..... 32

Byen manje ..... 33	Bagay pou evite pandan gwosès la ak pandan w ap bay tete.....45
Pran swen kò a pou l ka ret an sante .....42	

### Chapit 5: Fè prevansyon kont enfeksyon ..... 48

Prevansyon kont enfeksyon konn sove lavi ..... 49	Lave kote akouchman an ap fèt ak sa k sou kabann nan.....57
Wete mikwòb pou anpeche enfeksyon .. 52	Lave epi esterilize zouti yo .....59
Lave men w epi mete abiman ki ka pwoteje kò w ..... 53	Jete dechè ak prekosyon .....67

## GWOSÈS

### Entwodiksyon ..... 70

### Chapit 6: Chanjman gwosès konn pote ..... 72

Chanjman nan abitud manje ak dòmi 73	Chanjman nan santiman ak emosyon.82
Chanjman nan kò epi malèz..... 76	

### Chapit 7: Chèche konnen istwa medikal fanm ansent yo

Kesyon ki fè pati istwa medikal fanm ansent lan..... 86	Malarya .....98
Ki sa k montre li ansent?..... 86	VIH ak SIDA .....99
Depi ki lè li ansent? Ki lè l ap akouche? 88	Ki lòt bagay nan lavi l ki ka gen yon efè sou gwosès la ak akouchman an? ....104
Èske l te gen pwoblèm pandan lòt gwosès oswa akouchman? ..... 93	Prepare yon mwayen transpò.....106



<b>Chapit 8: Fason pou egzamine yon fanm ansent .....</b>	<b>108</b>
Pale avèk manman an.....	109
Egzamine kò manman an .....	116
Chèche wè si l fè anemi .....	116
Pran pwa manman an .....	118
Kontwole tanperati manman an .....	119
Kontwole batman kè manman an.....	120
Kontwole tansyon manman an.....	122
Chèche siy ki endike li fè pre-eklanmsi	125
Chèche siy enfeksyon nan vesi oswa enfeksyon nan ren.....	128
<b>TRANCHE AK AKOUCHMAN</b>	
<b>Entwodiksyon .....</b>	<b>146</b>
<b>Chapit 9: Preparasyon pou tranche ak akouchman .....</b>	<b>148</b>
Siy ki endike tranche a pral kòmanse ..	149
Ki lè pou w al nan akouchman an.....	151
Ki sa pou w pote nan akouchman an ...	151
Esterilize zouti w yo epi lave kò w byen pwòp.....	153
<b>Chapit 10: Bay bonjan swen pandan tranche ak akouchman .....</b>	<b>154</b>
Sa k pase pandan tranche ak akouchman .....	155
Pran swen manman an pandan tranche a .....	157
Prepare w pou ka dijans.....	163
Kenbe yon dosye sou sa k pase pandan tranche a.....	164
<b>Chapit 11: Matris la ouvri: Premye etap tranche ak akouchman an .....</b>	<b>166</b>
Sa k pase nan premye etap tranche a ...	167
Lè w fèk rive .....	168
Ede manman an rilaks pandan premye etap la .....	169
Siy fanmsaj la dwe verifye pandan premye etap la .....	170
Pozisyon bebe a.....	170
Batman kè bebe a .....	172
Pase likid.....	174
Batman kè manman an .....	178
Tanperati manman an .....	178
Tansyon manman an .....	180
Senyen pandan tranche .....	183
Doulè nan matris.....	183
Veye siy ki endike pwogrè .....	185
Fason pou chofe tranche san danje .....	191
<b>Chapit 12: Pouse: Dezyèm etap tranche ak akouchman an.....</b>	<b>194</b>
Chèche siy ki endike dezyèm etap la kòmanse oubyen li prèske kòmanse	195
Sa k pase nan dezyèm etap tranche a ...	196
Ede manman an akouche sennesòf .....	199
Veye move siy.....	202
Ede manman an akouche .....	206
Bebe a nan pozisyon chita .....	215
Akouchman marasa .....	219
Bebe a toupiti oswa li fèt plis pase 5 semèn anvan lè.....	221

<b>Chapit 13: Plasenta a soti: Twazyèm etap tranche ak akouchman an .....</b>	<b>222</b>
Verifye eta fizik manman an.....	223
Si manman an ap senyen apre akouchman an .....	224
Chèche siy ki endike plasenta a dekole	226
<b>Chapit 14: Premye èdtan yo apre akouchman an.....</b>	<b>246</b>
Sa pou w fè pou manman an .....	247
Sa pou w fè pou bebe a .....	252
Aparans .....	253
Eta fizik li: respirasyon, batman kè, tanperati .....	254
<b>Chapit 15: Premye semèn yo apre akouchman an.....</b>	<b>268</b>
Sa pou w fè pou manman an .....	269
Veye matris manman an pou wè si l ap senyen.....	270
Veye si manman an bay siy enfeksyon nan matris.....	271
Veye si manman an fè enfeksyon nan vajen .....	272
<b>Chapit 16: Bay bebe tete .....</b>	<b>280</b>
Lèt manman an pi bon.....	281
Ki jan pou bay bebe tete.....	282
Lè manman an ap travay deyò .....	284
Difikilte ki konn genyen nan afè bay bebe tete .....	286
<b>TEKNIK MEDIKAL</b>	
<b>Entwodiksyon .....</b>	<b>296</b>
<b>Chapit 17: Planin.....</b>	<b>298</b>
Chwazi yon metòd planin .....	300
Tablo: diferan kalite metòd planin .....	301
<b>Chapit 18: Maladi moun pran nan fè sèks (MPS).....</b>	<b>320</b>
Ki sa MPS yo ye?.....	321
Ekoulman ki soti nan vajen an .....	323
Maleng nan pati jenital.....	329
MPS ki afekte tout kò a.....	334
<b>Chapit 19: Teknik wo nivo pou gwosès ak akouchman .....</b>	<b>338</b>
Egzamen vajinal pandan tranche .....	339
Metòd tradisyonèl pou fòse tranche .....	341
Ede manman an pouse plasenta a deyò	227
Veye si manman an senyen apre plasenta a fin soti .....	236
Sa pou w fè pou bebe a.....	240
Kò bebe a .....	256
Fè netwayaj epi reponn kesyon fanmi an genyen yo .....	267
Sa pou w fè pou bebe a.....	274
Ankouraje bebe a pran tete epi suiv jan l ap grandi a.....	274
Pran swen kòd lonbrik la .....	277
Veye siy enfeksyon.....	277
Veye koulè po ak koulè je bebe a .....	279
Sitiyasyon ki konn gen efè sou kesyon bay bebe tete .....	291
Lòt bagay ki ka ranplase lèt manman ...	294
Ede kominote a reyisi nan zafè planin..	318
Montre medem yo ki jan pou yo evite MPS .....	336
Ki jan pou ede kominote a frennen MPS .....	337
Piki.....	345
Ki jan pou bay likid nan venn (sewòm)	350

Katetè .....	352	Pran swen yon fi apre sikonsizyon .....	367
Epizyotomi .....	354	Vire yon bebe ki nan pozisyon chita oswa ki kouche sou kote .....	369
Koud yon dechiri oswa yon epizyotomi .....	356		
<b>Chapit 20: Egzamen basen an: ki jan pou egzamine vajan ak matris yon fi..... 372</b>			
Ki lè pou w fè yon egzamen basen .....	374	Egzamen espekilòm nan .....	377
Anvan egzamen an .....	375	Kansè nan kòl matris .....	383a
Egzamen vizyèl la .....	376	Egzamen 2 men an.....	385
<b>Chapit 21: Ki jan pou mete yon esterilè ..... 388</b>			
Ede yon fi deside si yon esterilè ap bon pou li.....	390	Mete esterilè a.....	392
Anvan w mete esterilè a.....	391	Aprè w fin mete esterilè a.....	398
		Retire esterilè a .....	399
<b>Chapit 22: Ede yon fi apre avòtman oswa foskouch ..... 400</b>			
Pwoblèm ki rive lè yon gwosès pran fen anvan lè .....	401	Senyen .....	412
Ki jan pou bay swen nan ka dijans apre foskouch oswa avòtman .....	406	Chòk.....	414
Enfeksyon .....	409	Travay avèk kominote a pou anpeche avòtman ki danjere.....	415
<b>Chapit 23: Kitaj ..... 416</b>			
Ki jan pou deside ki lè pou fè kitaj .....	418	Pwoblèm ki ka rive pandan kitaj la .....	428
Fè preparasyon pou kitaj la.....	419	Aprè kitaj la .....	430
Fè kitaj la.....	422		
<b>Chapit 24: Ki jan pou chèche asistans medikal ..... 432</b>			
Ki sèvis sant medikal ak lopital yo ka bay .....	433	Travay an kolaborasyon ak sant medikal yo ak doktè yo.....	438
Konnen ki lè pou al lopital.....	438		
<b>Chapit 25: Zouti w ka fè lakay ak zouti aprantisaj ..... 442</b>			
Ekipman ki pa koute chè.....	443	Zouti aprantisaj .....	447
<b>Medikaman (paj koulè vèt yo): izaj, dòz, ak prekosyon pou pran ..... 463</b>			
Ki lè pou itilize medikaman .....	463	Lis pwoblèm .....	472
Ki jan pou pran medikaman san danje .	464	Lis medikaman nan lòd alfabetik.....	473
Ki jan pou pran medikaman .....	467	Konprime planin .....	490
Diferan kalite medikaman.....	470	Medikaman pou VIH ak SIDA .....	492
<b>Pou aprann plis..... 499</b>			
<b>Mo teknik ak mo medikal..... 503</b>			
<b>Endèks (paj koulè jòn yo) ..... 505</b>			
<b>Zouti pou kalkile dat yon fi sipoze akouche ..... 527</b>			