

ພາກທີ 15

ເນື້ອໃນຂອງພາກນີ້ ຄື:

ເປັນຫຍັງແມ່ຍິງບາງຄົນຈຶ່ງທຳແທ້ງ	239
ການທຳແທ້ງທີ່ປອດໄພ ແລະ ບໍ່ປອດໄພ	241
ການຕັດສິນໃຈທີ່ຈະເຮັດການທຳແທ້ງ	243
ວິທີການທຳແທ້ງແບບປອດໄພ	244
ຈະຮູ້ໄດ້ແນວໃດວ່າການທຳແທ້ງຈະປອດໄພ	246
ການທຳແທ້ງທີ່ປອດໄພຄວນເປັນໄປແບບໃດ	248
ຫຼັງຈາກທຳແທ້ງແລ້ວຄວນຈະເປັນແນວໃດ	249
ການວາງແຜນຄອບຄົວຫຼັງຈາກທຳແທ້ງ	250
ອາການແຊກຊ້ອນຈາກການທຳແທ້ງລູກ	251
ການຕົກເລືອດແບບຮຸນແຮງ	251
ການຊ່ວຍເຫຼືອຮີບດ່ວນໃນກໍລະນີຕົກເລືອດຮຸນແຮງ	252
ການເປັນຊ້ອກ (ສະຫຼົບ)	254
ການຊຶມເຊື້ອ	255
ການສະຫຼົບ ຫຼື ເສຍສະຕິ	258
ບາດແຜພາຍໃນຮ່າງກາຍ	258
ປ້ອງກັນການທຳແທ້ງແບບບໍ່ປອດໄພ	259

HLI Seattle
 Health Leadership International
 Field Draft Copy

ການທຳແທ້ງ ແລະ ອາການແຊກຊ້ອນຈາກການແທ້ງລູກ.

ຖ້າການວາງແຜນຄອບຄົວ ຜິດພາດການແທ້ງລູກແບບ ປອດໄພ ແລະ ຖືກກົດໝາຍ ແມ່ນສິ່ງປອດໄພສຳລັບແມ່ຍິງ



ໃນເມື່ອແມ່ຍິງເຮັດສິ່ງໃດສິ່ງໜຶ່ງລົງໄປເພື່ອຢຸດຕິການຕັ້ງຄັນເພິ່ນເອີ້ນວ່າ “ການທຳແທ້ງ”. ຢູ່ໃນປື້ມຫົວນີ້ພວກເຮົາໃຊ້ຄຳວ່າ “ການທຳແທ້ງ” ສຳລັບກໍລະນີທີ່ມີການວາງແຜນເອົາລູກອອກ. ສ່ວນກໍລະນີທີ່ບໍ່ໄດ້ວາງແຜນ ໂດຍທີ່ວ່າເດັກໃນທ້ອງຫຼອອກມາແບບທຳມະຊາດຢ່າງບໍ່ຕັ້ງໃຈ ພວກເຮົາໃຊ້ຄຳວ່າ “ການຫຼຸລູກ”.

ມັນແມ່ນເລື່ອງຍາກທີ່ຈະຕັດສິນໃຈທຳແທ້ງ. ມີບາງສາສະໜາໄດ້ສັ່ງສອນໄວ້ວ່າການທຳແທ້ງແມ່ນສິ່ງຜິດ ແລະ ຢູ່ໃນຫຼາຍປະເທດແມ່ນເລື່ອງຜິດກົດໝາຍ ຫຼື ເປັນສິ່ງທີ່ບໍ່ປອດໄພ. ຢ່າງໃດກໍດີ, ມີຫຼາຍເຫດຜົນທີ່ເຮັດໃຫ້ແມ່ຍິງຕ້ອງຕັດສິນໃຈທຳແທ້ງ ດັ່ງຕົວຢ່າງຕໍ່ໄປນີ້:

- ມີລູກພຽງພໍກັບຄວາມສາມາດທີ່ຈະລ້ຽງໄດ້ແລ້ວ.
- ການຖືພາຈະເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ສຸຂະພາບ ແລະ ຊີວິດຂອງແມ່.
- ບໍ່ມີພໍ່ຂອງເດັກທີ່ຈະມາລ້ຽງດູເວລາເກີດອອກມາ.
- ຜູ້ເປັນແມ່ຢາກຮຽນໃຫ້ຈົບສາກ່ອນ.
- ບໍ່ຢາກມີລູກ.
- ຖືພາຍ້ອນຖືກບັງຄັບໃຫ້ຮ່ວມເພດ.
- ມີຜູ້ບັງຄັບໃຫ້ທຳແທ້ງ.
- ຈະມີບັນຫາໜ້າໜ່ວງຈາກການເກີດລູກ.
- ເດັກທີ່ຈະເກີດມາມີບັນຫາສຸຂະພາບຮ້າຍແຮງ (ຮ່າງກາຍມີຄວາມຜິດປົກກະຕິ).
- ນາງຕິດເຊື້ອໂລກເອດສ໌ ຫຼື ເປັນເອດສ໌.

ການຂາດການບໍລິການດ້ານການວາງແຜນຄອບຄົວ ແລະ ຂາດຄວາມຮຽກຮ້ອງກັບການຮ່ວມເພດຈະເປັນເຫດຜົນຂອງການຖືພາແບບບໍ່ຕ້ອງການ ແລະ ນຳໄປສູ່ການທຳແທ້ງ.

HLLI Seattle Health Leaders International Field Draft Copy

ການຖືພາແບບບໍ່ໄດ້ວາງແຜນ ແລະ ການຖືພາແບບບໍ່ຕ້ອງການຈະເກີດມີໃນເມື່ອ:

ທ່ານອິດຂ້ອຍກໍບໍ່ຄິດ
ດອກວ່າເຈົ້າຈະມີລູກ.

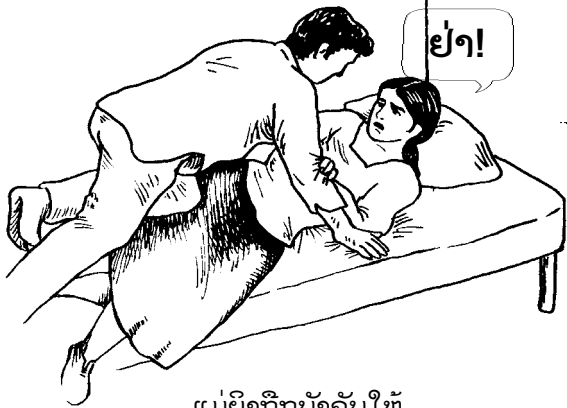


...ທັງຄູ່ຍິງຊາຍບໍ່ຮູ້ວ່າພວກເຂົາ
ມີລູກແບບບ່າງເອີນ.

ເຈົ້າບໍ່ສາມາດໃຊ້ວິທີການວາງ
ແຜນຄອບຄົວເທື່ອ ເພາະວ່າ
ອາຍຸເຈົ້າບໍ່ຮອດ 18 ປີ ແລະ
ຍັງບໍ່ທັນແຕ່ງງານເທື່ອ.



...ອສບ ຄິດວ່າແມ່ຍິງບາງຄົນຍັງໜຸ່ມ
ເກີນໄປທີ່ຈະໃຊ້ວິທີວາງແຜນຄອບຄົວ.



ຢ່າ!

...ແມ່ຍິງຖືກບັງຄັບໃຫ້
ຮ່ວມເພດ.



...ບໍ່ມີການວາງ
ແຜນຄອບຄົວ, ຫຼື
ໃຊ້ວິທີວາງ
ແຜນຄອບຄົວ
ແບບບໍ່ຖືກຕ້ອງ ຫຼື
ຜິດພາດ
ຈຶ່ງພາໃຫ້ມີລູກ.

ວິທີການວາງແຜນຄອບຄົວແບບສຸກເສີນ

ແມ່ຍິງທີ່ໄດ້ຮ່ວມເພດແບບບໍ່ໄດ້ປ້ອງກັນຫຍັງໝົດ ອາດຈະປ້ອງກັນການຖືພາໄດ້ພາຍໃນ 3 ວັນຫຼັງຮ່ວມເພດ ຖ້າວ່າຍິງຄົນນັ້ນລົງມືປະຕິບັດຢ່າງໄວວາ (ເບິ່ງໜ້າ 226).

Seattle Leadership International
Final Draft Copy

ການທຳແຫ້ງທີ່ປອດໄພຈະມີຄວາມສ່ຽງໜ້ອຍກວ່າການເອົາລູກໄວ້.

ການແຫ້ງລູກຈະມີຄວາມປອດໄພດີໃນເມື່ອຖືກປະຕິບັດ:

- ໂດຍ ອສບ ຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມ ແລະ ມີປະສົບການ.
- ມີການນຳໃຊ້ເຄື່ອງມືອັນເໝາະສົມ.
- ທຳແຫ້ງໃນສະພາບທີ່ສະອາດດີ. ທຸກສິ່ງທີ່ປ່ອນເຂົ້າໄປໃນຊ່ອງຄອດ ແລະ ມົດລູກໃນເວລາທຳແຫ້ງຕ້ອງຂ້າເຊື້ອຢ່າງລະອຽດ (ປາສະຈາກເຊື້ອຈຸລິນຊີ).
- ຕັ້ງຄັນບໍ່ເກີນ 3 ເດືອນ (12 ອາທິດ) ນັບແຕ່ປະຈຳເດືອນຄັ້ງສຸດທ້າຍ.

ການທຳແຫ້ງຈະບໍ່ປອດໄພໃນເມື່ອ ຖືກປະຕິບັດ:

- ໂດຍຜູ້ທຳແຫ້ງບໍ່ໄດ້ຜ່ານການຝຶກອົບຮົມກ່ຽວກັບການທຳແຫ້ງມາກ່ອນ.
- ນຳໃຊ້ເຄື່ອງມື ຫຼື ຢາທີ່ບໍ່ຖືກຕ້ອງ.
- ທຳແຫ້ງໃນສະພາບທີ່ຂາດຄວາມສະອາດ.
- ຕັ້ງຄັນເກີນ 3 ເດືອນ (12 ອາທິດ) ເວັ້ນເສຍແຕ່ຈະເອົາລູກອອກຢູ່ໂຮງໝໍ ຫຼື ສູນສຸຂະພາບທີ່ມີ ເຄື່ອງມືພິເສດ.

ການເສຍຊີວິດຍ້ອນການທຳແຫ້ງແບບບໍ່ປອດໄພ

ໃນແຕ່ລະປີມີຜູ້ທຳແຫ້ງ 46 ລ້ານກໍລະນີໃນທົ່ວໂລກ. ສ່ວນຫຼາຍຜູ້ຍິງທີ່ໄປທຳແຫ້ງກໍມັກຈະປອດໄພ ເຖິງແມ່ນວ່າຈະໄປທຳແຫ້ງແບບຜິດກົດໝາຍກໍຕາມ. ແຕ່ວ່າການເອົາລູກອອກແບບບໍ່ປອດໄພມັກຈະເປັນສາເຫດຂອງຄວາມ ຕາຍຫຼື ມີອາການແຂກຊ້ອນຕາມມາ ເຊັ່ນ: ການຊຶມເຊື້ອ, ເຈັບແບບຊຳເຮື້ອ ແລະ ການເປັນໝັນ.

ເມື່ອຕົນເອງຈົນຕາແຈ ແມ່ຍິງສ່ວນຫຼາຍມັກຈະຊອກຫາທຸກວິທີເພື່ອໃຫ້ຕົນເອງແຫ້ງລູກ. ຄວນຫຼີກເວັ້ນວິທີຕ່າງໆດັ່ງລຸ່ມນີ້ ເພາະມັນເປັນອັນຕະລາຍຫຼາຍ.

- ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ເອົາວັດຖຸແຫຼມ ຫຼື ແຂງ ເຊັ່ນ: ທ່ອນໄມ້, ສາຍລວດ ຫຼື ທໍ່ຢາງປ່ອນເຂົ້າຊ່ອງຄອດ ຫຼື ມົດລູກເພາະວ່າສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ຈະເຮັດໃຫ້ມົດລູກບາດເຊິ່ງຈະພາໃຫ້ລົງເລືອດຢ່າງຮຸນແຮງ ແລະ ຊຶມເຊື້ອ.
- ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ເອົາຢາພື້ນເມືອງ ຫຼື ພືດພື້ນເມືອງຕ່າງໆປ່ອນເຂົ້າຊ່ອງຄອດ ຫຼື ມົດລູກເພາະມັນຈະພາໃຫ້ແສບຮ້ອນ, ລະຄາຍເຄືອງ, ເປັນອັນຕະລາຍ, ພາໃຫ້ຊຶມເຊື້ອ ແລະ ລົງເລືອດ.
- ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ເອົາສານຕ່າງໆເຊັ່ນ: ນໍ້າຢາຊັກຟອກ, ນໍ້າດັງ, ຂີ້ເທົ່າ, ສະບູ ຫຼື ນໍ້າມັນກາດໃສ່ເຂົ້າໄປໃນຊ່ອງຄອດ ຫຼື ມົດລູກ ແລະ ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ດື່ມສານດັງກ່າວ.
- ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ຢາພື້ນເມືອງ ຫຼື ຢາຫຼວງຫຼາຍບາດດຽວ ເພື່ອແຫ້ງລູກ (ບໍ່ວ່າຈະໃຫ້ກິນ ຫຼື ບໍ່ໃຫ້ໃສ່ເຂົ້າໄປໃນຊ່ອງຄອດ). ຕົວຢ່າງຖ້າກິນຢາດີໂຊຊິນ ກະໂລໂຣກິນ (chloroquine) ຫຼາຍບາດດຽວເພື່ອຂ້າລູກໃນທ້ອງ ຫຼື ກິນຢາແອກໂກເມຕຣິນ (ergometrine), ອົກຊີຕົກຊິນ (oxytocine) ເພື່ອຢຸດການລົງເລືອດຫຼັງເກີດອາດພາໃຫ້ແມ່ຕາຍກ່ອນ ໂດຍທີ່ບໍ່ທັນໄດ້ແຫ້ງລູກຊັ້າ.
- ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ທຸບຕີທ້ອງຕົນເອງ ຫຼື ກະແທກຕົນເອງລົງຈາກຂັ້ນໄດເພາະມັນຈະເຮັດໃຫ້ທ່ານຮັບບາດເຈັບ ຫຼື ຕົກເລືອດຢູ່ພາຍໃນຮ່າງກາຍແຕ່ອາດຈະບໍ່ເຮັດໃຫ້ແຫ້ງລູກຊັ້າ.

ສິ່ງສຳຄັນ: ບໍ່ໃຫ້ເອົາວັດຖຸໃດໆຍັດເຂົ້າໄປໃນມົດລູກ ຫຼື ບໍ່ໃຫ້ບຸກຄົນໃດທີ່ບໍ່ໄດ້ຜ່ານການຮຽນດ້ານປະດູຄັນມາເອົາລູກອອກໃຫ້ເພາະມັນເປັນອັນຕະລາຍເຖິງຕາຍໄດ້.

ການທຳແຫ້ງແບບປອດໄພ ແລະ ແບບບໍ່ປອດໄພ



ໃນຈຳນວນແມ່ຍິງ 100.000 ຄົນທີ່ທຳແຫ້ງແບບປອດໄພຈະມີຜູ້ພຽງໜຶ່ງເສຍຊີວິດ.



ແຕ່ວ່າໃນຈຳນວນແມ່ຍິງ 100.000 ຄົນທີ່ເອົາລູກອອກແບບບໍ່ປອດໄພຈະມີຜູ້ເສຍຊີວິດປະມານ 100 ຫາ 1000 ຄົນ.

ຈິງຫຼີກເວັ້ນການທຳແຫ້ງແບບບໍ່ປອດໄພ. ພະຍາຍາມປ້ອງກັນການຖືພາທີ່ ບໍ່ຕ້ອງການກ່ອນທີ່ມັນຈະເກີດຂຶ້ນ.

ເຖິງແມ່ນວ່າການ ທຳແຫ້ງຈະ ຜິດກົດ ໝາຍກໍຕາມ, ຫຼັງການ ທຳແຫ້ງຜູ້ເປັນແມ່ຄວນ ໄດ້ຮັບ ການຮັກສາອາ ການແຊກຊ້ອນ ຕ່າງໆ ຈາກການທຳແຫ້ງນັ້ນ. ສ່ວນຫຼາຍຈະຮູ້ໂດຍຍາກ ວ່າອັນໃດແມ່ນການທຳ ແຫ້ງ ແລະ ອັນໃດ ແມ່ນການຫຼຸດລູກ ເວັ້ນ ເສຍແຕ່ວ່າຈະມີສິ່ງ ໃດສິ່ງໜຶ່ງຄາງຢູ່ໃນ ມິດລູກ ຈາກການທຳ ແຫ້ງ.

ໂອກາດທີ່ຈະໄດ້ເຮັດການທຳແຫ້ງທີ່ປອດໄພ

ໃນເມື່ອແມ່ຍິງຄົນໜຶ່ງຫາກມີລູກແບບບັງເອີນ ໂດຍທີ່ຕົນເອງບໍ່ຕ້ອງການ ຢາກໃຫ້ມີ, ຍິງຄົນນັ້ນກໍຄວນມີ ໂອກາດເອົາລູກອອກແບບປອດໄພ ແລະ ຖືກກົດໝາຍ. ແຕ່ວ່າກົດໝາຍກ່ຽວກັບການເອົາລູກອອກ ແມ່ນແຕກຕ່າງ ກັນລະຫວ່າງປະເທດຕ່າງໆ.

ການທຳແຫ້ງທີ່ຖືກກົດໝາຍ:

ຖ້າວ່າການທຳແຫ້ງໄດ້ຮັບອະນຸຍາດຈາກກົດໝາຍແມ່ຍິງກໍຈະໄປເອົາ ລູກອອກຢູ່ສູນການແພດ ຫຼື ໂຮງໝໍຢ່າງສະບາຍໃຈພຽງແຕ່ຈ່າຍຄ່າຢຸກຢາ ແລະ ບໍລິການແລ້ວກໍໄດ້ເຮັດການທຳແຫ້ງແບບປອດໄພ. ໃນບັນດາປະເທດ ທີ່ກົດໝາຍອະນຸຍາດເຊັ່ນນີ້ ເກືອບວ່າຈະບໍ່ມີແມ່ຍິງເຈັບເປັນ ຫຼື ເສຍຊີວິດ ຈາກອາການແຊກຊ້ອນຂອງການທຳແຫ້ງ.

ການທຳແຫ້ງທີ່ຖືກກົດໝາຍໃນບາງກໍລະນີ:

ໃນບາງປະເທດການທຳແຫ້ງຈະຖືກກົດໝາຍສະເພາະບາງກໍລະນີເທົ່ານັ້ນ ເຊັ່ນ:

- ກໍລະນີທີ່ແມ່ຍິງຖືກຂົ່ມຂືນ ຫຼື ມີເພດສຳພັນກັບສະມາຊິກໃກ້ຊິດໃນຄອບຄົວ.
- ກໍລະນີທີ່ທ່ານໝໍບົ່ງມະຕິວ່າການມີລູກຈະເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງຜູ້ເປັນແມ່. ເຖິງຈະຕົກຢູ່ໃນກໍລະນີເຊັ່ນນີ້ກໍຕາມ ແມ່ຍິງກໍຍັງປະສົບກັບຄວາມຫຍຸ້ງຍາກໃນ ການເອົາລູກອອກ. ທ່ານໝໍ ແລະ ອສບ ຕ່າງໆຍັງບໍ່ທັນໝັ້ນໃຈແນ່ນອນວ່າກົດໝາ ຍເວົ້າແນວໃດແທ້. ທ່ານໝໍ ຫຼື ອສບ ອາດຈະບໍ່ຢາກທຳແຫ້ງໃຫ້ຢ່າງເປີດເຜີຍ ຫຼື ອາດຈະຮຽກເກັບຄ່າບໍລິການຢ່າງແພງໆ. ແມ່ຍິງສ່ວນຫຼາຍກໍອາດຈະບໍ່ຮູ້ເລີຍວ່າຢູ່ໃນ ປະເທດຂອງຕົນນັ້ນ ມີການທຳແຫ້ງ ແລະ ມັນຖືກກົດໝາຍ ຫຼື ບໍ່.

ການທຳແຫ້ງແບບຜິດກົດໝາຍ: ຖ້າການທຳແຫ້ງບໍ່ຖືກກົດໝາຍ ທັງຜູ້ໄປເອົາລູກອອກ ແລະ ຜູ້ທີ່ເອົາລູກອອກໃຫ້ນັ້ນ ລ້ວນແຕ່ມີໂທດເຖິງຂັ້ນຖືກຈັບກຸມຄຸມຂັງໄດ້. ແຕ່ໃນຫຼາຍໆປະເທດ ແມ່ນບໍ່ມີໃຜຖືກຈັບຕົວດັ່ງທີ່ກົດໝາຍກຳນົດໄວ້. ແຕ່ວ່າການທຳແຫ້ງທີ່ຜິດ ກົດໝາຍນັ້ນມັກຈະພາໃຫ້ແມ່ຍິງເສຍຊີວິດຈາກການເອົາລູກອອກແບບບໍ່ປອດໄພ ແລະ ການຖືພາແບບບໍ່ປອດໄພ. ແທນທີ່ຈະໃຊ້ເງິນເພື່ອຮັກສາສຸຂະພາບຂອງແມ່ຍິງໃນລັກສະນະ ອື່ນຊ້ຳພັດໃຊ້ເງິນມາປິ່ນປົວອາການແຊກຊ້ອນ ຫຼື ຜົນກະທົບທີ່ຕາມມາຈາກການເອົາລູກ ອອກແບບບໍ່ປອດໄພ.

ບໍ່ຄວນຄິດວ່າການເອົາລູກອອກແມ່ນສິ່ງຜິດກົດໝາຍສະເໝີໄປ.

ທ່ານຄວນຊອກຫາຄວາມຈິງ ຈາກກົດໝາຍຢູ່ປະເທດຂອງທ່ານເສຍກ່ອນ. ຖ້າມີກົດໝາຍ ຊ່ວຍກໍຈະເຮັດໃຫ້ທຸກຢ່າງງ່າຍຂຶ້ນເຊິ່ງມັນຈະງ່າຍກວ່າທີ່ເຮົາຈະໄປປ່ຽນກົດໝາຍ. ເຖິງວ່າ ການທຳແຫ້ງຈະຜິດກົດໝາຍກໍຕາມແຕ່ກໍຍັງມີຫຼາຍຄົນທີ່ໃຫ້ການບໍລິການເອົາລູກອອກແບບ



ອຸປະສັກດ້ານອື່ນໆທີ່ກົດຂວາງການທຳແຫ້ງທີ່ປອດໄພ

ເຖິງວ່າຈະຖືກກົດໝາຍ ຫຼື ບໍ່ກໍຕາມ ການທີ່ຈະໄດ້ຮັບການທຳແຫ້ງ ແບບປອດໄພ ນັ້ນມັນກໍເປັນເລື່ອງຍາກ, ເພາະວ່າຕ້ອງໃຊ້ເງິນ ເປັນຈຳນວນຫຼວງຫຼາຍ, ສະຖານທີ່ໃນການທຳແຫ້ງກໍຢູ່ໄກ, ຫຼື ມີກົດລະບຽບຫຼາຍຢ່າງທີ່ສັບສົນ ຫຼື ຕ້ອງໄດ້ເຮັດໜັງສືຫຼາຍໆຢ່າງ.

ສະພາບເຫຼົ່ານີ້ພາໃຫ້ມີຄວາມຫຍຸ້ງຍາກຫຼາຍ ໂດຍສະເພາະແມ່ນ ແມ່ຍິງ ທີ່ທຸກຍາກ ຫຼື ຜູ້ທີ່ບໍ່ຄຸ້ນເຄີຍກັບລະບົບທາງການແພດເພື່ອ ເອົາລູກອອກແບບປອດໄພໄດ້. ສິ່ງທີ່ໜ້າເສົ້າໃຈ ກໍຄືຢູ່ຫຼາຍບ່ອນ ຜູ້ຍິງ ທີ່ໄດ້ຮັບການທຳແຫ້ງແບບປອດໄພຢ່າງງ່າຍດາຍ ກໍມີພຽງແຕ່ຜູ້ຍິງທີ່ມີ ເງິນໜ້ອຍທ່ານໝໍເອກະຊົນເທົ່ານັ້ນ.

ການຕັດສິນໃຈທີ່ຈະເຮັດການທຳແຫ້ງນັ້ນ ມັນຂຶ້ນກັບວ່າຈະມີບ່ອນທຳແຫ້ງທີ່ປອດໄພຢູ່ໃກ້ບ່ອນທີ່ທ່ານຢູ່ນັ້ນບໍ່ ແລະ ມັນຍັງຂຶ້ນກັບວ່າການທຳແຫ້ງ ຫຼື ເດັກໃນ ທ້ອງຈະມີຜົນກະທົບຕໍ່ກັບຊີວິດຂອງທ່ານແນວໃດ.

ມັນອາດຈະຊ່ວຍທ່ານໄດ້ຫາກທ່ານຄຳນຶງເຖິງຄຳຖາມຕ່າງໆເຫຼົ່ານີ້:

- ທ່ານມີຄວາມສາມາດລ້ຽງໄດ້ບໍ່? ທ່ານມີເງິນພໍທີ່ຈະລ້ຽງເດັກບໍ່?
 - ການຖືພາຈະເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງທ່ານ ຫຼື ບໍ່?
 - ທ່ານມີຜົວທີ່ຈະຊ່ວຍລ້ຽງເດັກບໍ່? ທ່ານສາມາດ ລົມກັບຜົວກ່ຽວກັບການຕັດສິນໃຈທີ່ຈະທຳແຫ້ງໄດ້ບໍ່?
 - ການທຳແຫ້ງນັ້ນຂັດກັບສາສະໜາ ຫຼື ຄອບຄົວຂອງທ່ານບໍ່? ຖ້າເປັນເຊັ່ນນັ້ນທ່ານຈະຮູ້ສຶກແບບໃດຖ້າທ່ານຕ້ອງການເອົາລູກອອກ?
 - ຈະໄປເຮັດການທຳແຫ້ງແບບໃດ (ເບິ່ງໜ້າ 248)
 - ທ່ານຖືພາໄດ້ຈັກເດືອນແລ້ວ?
 - ທ່ານມີພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ຫຼື ເຊື້ອໂລກເອດສ໌ບໍ່? ທ່ານ ອາດມີຄວາມສ່ຽງຕື່ມທີ່ຈະເປັນພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ຖ້າວ່າທ່ານຍັງໝູ່ມ, ເປັນໂສດ ແລະ ມີຄູ່ໃໝ່, ຫຼື ຖ້າວ່າທ່ານມີອາການຂອງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ. ຖ້າທ່ານມີຄວາມຮູ້ສຶກວ່າຕົນເອງຈະມີຄວາມສ່ຽງ, ເບິ່ງໜ້າ 263 ຢູ່ໃນພາກພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ. ທ່ານອາດຈາເປັນຕ້ອງປົວພະຍາດເຫຼົ່ານັ້ນສາກ່ອນຈຶ່ງເອົາລູກອອກໄດ້.
 - ຈະມີອາການແຊກຊ້ອນ (ບັນຫາ) ໃດຕາມມາຈາກການທຳແຫ້ງບໍ່? (ເບິ່ງໜ້າ 251 ຮອດ 258). ອັນຕະລາຍຈາກການທຳແຫ້ງທີ່ບໍ່ປອດໄພກໍ່ມີເພີ່ມ ຫຼາຍຂຶ້ນ, ຖ້າທ່ານມີເຊື້ອ ຫຼື ເປັນໂລກເອດສ໌.
 - ທ່ານຈະໄປຫາທ່ານໝໍ ຫຼື ຜູ້ໃດເພື່ອຊ່ວຍທ່ານຍາມສຸກເສີນ ຖ້າທ່ານເກີດມີອາການແຊກຊ້ອນຂຶ້ນມາ? ແລະ ຈະໄປບ່ອນນັ້ນດ້ວຍວິທີໃດ?
- ຂໍ້ມູນຕ່າງໆໃນ 4 ໜ້າຕໍ່ໄປນີ້ອາດຊ່ວຍທ່ານໄດ້ໃນການຕັດສິນໃຈວ່າໃນເຂດຊຸມຊົນຂອງທ່ານຢູ່ນັ້ນມີວິທີການທຳແຫ້ງທີ່ປອດໄພ ຫຼື ບໍ່.

ການຕັດສິນໃຈທຳແຫ້ງ

ຖ້າວ່າບໍ່ມີບ່ອນທຳແຫ້ງທີ່ປອດໄພທ່ານອາດຈະຄິດເບິ່ງວ່າຄວນຈະເອົາໃຫ້ຄົນອື່ນລ້ຽງເປັນລູກບຸນທຳ ຫຼື ບໍ່, ຖ້າເຮັດແນວນີ້ສິ່ງຄົນໃນຊຸມຊົນຈະຮັບໄດ້ ຫຼື ບໍ່?



ພະຍາຍາມຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ

ຂ້ອຍຍັງເປັນເພື່ອນທີ່ຢູ່ຄຽງຂ້າງເຈົ້າສະເໝີ ບໍ່ວ່າເຈົ້າຈະຕັດສິນໃຈແນວໃດກໍ່ຕາມ.

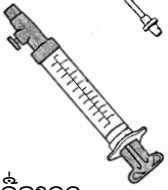
ຖ້າທ່ານກຳລັງຊ່ວຍເຫຼືອຄົນອື່ນເພື່ອຕັດສິນໃຈໃນການເອົາລູກອອກທ່ານຄວນເຮັດແນວໃດ: ຜູ້ຈະເອົາລູກອອກຕ້ອງການຄຳແນະນຳທີ່ໜ້າເຊື່ອຖືໄດ້ ແລະ ການຊ່ວຍເຫຼືອຢ່າງຈິງໃຈ. ທ່ານບໍ່ຕ້ອງບອກເລື່ອງທີ່ເຂົາຕັດສິນໃຈລົງໄປນັ້ນໃຫ້ຄົນອື່ນ ຮູ້ນຳເວັ້ນເສຍແຕ່ວ່າເຂົາຍາກໃຫ້ຄົນອື່ນຮູ້ນຳ.



Health Partnership International Field

ວິທີການ ທຳແຫ້ງທີ່ ປອດໄພ

ຫຼອດພິເສດ
(ເຂັມ)



ເຄື່ອງດູດ
ສູນຍາກາດ

ອສບ ທີ່ໄດ້ຜ່ານການອົບຮົມສາມາດເອົາລູກອອກໄດ້ດັ່ງນີ້:

ການທຳແຫ້ງດ້ວຍວິທີດູດອອກ (ການດູດດ້ວຍສູນຍາກາດ).

ເພິ່ນໃຊ້ວິທີດູດອອກດ້ວຍຫຼອດພິເສດ (cannula) ໂດຍການປ່ອນຫຼອດດັ່ງກ່າວເຂົ້າໄປໃນມົດລູກໂດຍຜ່ານປາກມົດລູກ. ວິທີນີ້ບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງໃຊ້ຢາສະຫຼົບແຕ່ບາງເທື່ອເພິ່ນກໍ່ສັກຢາມື້ນໃສ່ປາກມົດລູກເພື່ອບໍ່ໃຫ້ເຈັບຫຼາຍ. ສຳລັບວິທີການດູດດ້ວຍຫຼອດສູນຍາກາດ ແມ່ນໃຊ້ມົດດູດອອກ ເພິ່ນຈະເອົາຊີແຮງ (ຫຼືຫຼອດ) ພິເສດມາດູດອອກ (Manual vacuum aspiration ຫຼື MVA). ບໍ່ດັ່ງນັ້ນ ເພິ່ນ ອາດຈະໃຊ້ເຄື່ອງຈັກເອເລັກໂຕຣນິກຂະໜາດນ້ອຍດູດອອກ.

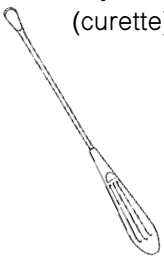
ການດູດດ້ວຍສູນຍາກາດແມ່ນວິທີງ່າຍ ແລະ ໃຊ້ເວລາພຽງແຕ່ປະມານ 5 ເຖິງ 10 ນາທີ. ວິທີນີ້ໃຊ້ຢູ່ສູນສຸກສາລາ, ຄລິນິກ, ຫຼື ໂຮງໝໍ. ວິທີນີ້ຈະເຮັດໄດ້ງ່າຍໃນໄລຍະຖືພາໄດ້ສາມເດືອນ, ແຕ່ວ່າບາງເທື່ອການຖືພາເກີນສາມເດືອນພຽງເລັກໜ້ອຍກໍ່ເອົາອອກໄດ້ຄືກັນການດູດດ້ວຍສູນຍາກາດຈະມີອາການແຊກຊ້ອນໜ້ອຍ ກວ່າວິທີເປີດປາກມົດລູກແລ້ວຂູດອອກ (ເບິ່ງອະທິບາຍຂ້າງລຸ່ມ).

ໃນບາງກໍລະນີເພິ່ນໃຊ້ວິທີດູດດ້ວຍສູນຍາກາດເພື່ອເຮັດໃຫ້ການເປັນປະຈຳເດືອນມາຊ້ຳໃຫ້ມາຕາມປົກກະຕິ. ແມ່ຍິງທີ່ກ່ຽວຂ້ອງອາດບໍ່ຮູ້ເລີຍວ່າຕົນເອງຖືພາ ຫຼື ບໍ່, ພຽງແຕ່ຮູ້ວ່າຮອບປະຈຳເດືອນຂອງຕົນບໍ່ມາ. ວິທີນີ້ເອີ້ນວ່າການປັບໄລຍະການເປັນປະຈຳເດືອນ.

ການທຳແຫ້ງດ້ວຍວິທີຂູດ (ເປີດປາກມົດລູກແລ້ວຂູດ, ຫຼື D ແລະ C, Dilatation and Curettage).

ເພິ່ນໃຊ້ປ່ວງຂູດພິເສດ ຫຼື ເຄື່ອງຂູດທີ່ມີຮູບຮ່າງຄືປ່ວງທີ່ໃຊ້ແຍ່ເຂົ້າໄປຫາມົດລູກ. ປ່ວງຂູດພິເສດມີຂະໜາດໃຫຍ່ກວ່າຫຼອດດູດພິເສດ ແລະ ເນື່ອງຈາກວ່າມັນຄົມບາງ ເພິ່ນຈຳເປັນຕ້ອງເປີດປາກມົດລູກອອກໃຫ້ກວ້າງ ເຊິ່ງພາໃຫ້ເຈັບສົມຄວນ. ການໃຊ້ວິທີຂູດແບບນີ້ໃຊ້ເວລາປະມານ 15 ຫາ 20 ນາທີ ແລະ ເຈັບຫຼາຍກວ່າວິທີດູດດ້ວຍສູນຍາກາດ ແລະ ທັງໃຊ້ເງິນຫຼາຍກວ່າອີກ. ເພິ່ນມັກເອົາອອກຢູ່ຫ້ອງຜາຕັດ ແລະ ປົກກະຕິຕ້ອງວາງຢາສະຫຼົບກ່ອນຈຶ່ງຂູດໄດ້.

ປ່ວງຂູດມົດລູກ
(curette)



ການທຳແຫ້ງດ້ວຍວິທີໃຊ້ຢາ (ການທຳແຫ້ງດ້ວຍຢາ)

ປະຈຸບັນມີທ່ານໝໍ ແລະ ອສບ ຫຼາຍຄົນໃຊ້ຢາທຳແຫ້ງ. ຢາເຫຼົ່ານີ້ຈະກະຕຸ້ນໃຫ້ມົດລູກປັ້ນ ແລະ ບິບເດັກອ່ອນອອກມາ. ຢາທີ່ໃຊ້ໃນການທຳແຫ້ງນີ້ມີທັງຊະນິດກິນລົງໄປເລີຍ ແລະ ຊະນິດຫຍ້າໃຫ້ລະອຽດແລ້ວຈຶງກິນ. ຫາກໃຊ້ຢາຖືກຊະນິດ ແລະ ຖືກຂະໜາດກໍ່ຈະເຮັດໃຫ້ການທຳແຫ້ງນັ້ນໄດ້ຮັບຜົນດີ ແລະ ປອດໄພ. ການທຳແຫ້ງແບບໃຊ້ຢານີ້ແມ່ນມີອັນຕະລາຍຈາກການຕິດເຊື້ອໜ້ອຍກວ່າ ເພາະມັນບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງປ່ອນ ຫຼື ຍັດສິ່ງໃດສິ່ງໜຶ່ງເຂົ້າໄປໃນມົດລູກ. ການຕິດເຊື້ອແມ່ນເປັນສາເຫດເຮັດໃຫ້ແມ່ຍິງທຳແຫ້ງແບບບໍ່ປອດໄພເສຍຊີວິດເປັນຈຳນວນຫຼວງຫຼາຍ.

HLI Health Learning International
Health Learning International
Field Draft

ກ່ອນການໃຊ້ຢາທຳແຫ້ງ:

- ຮູ້ຊື່ ແລະ ຂະໜາດຂອງຢາທີ່ທ່ານໃຊ້ຢ່າງຖືກຕ້ອງແມ່ນຢາ. ບໍ່ໃຊ້ຢາທີ່ທ່ານບໍ່ແນ່ໃຈ ຫຼື ບໍ່ຮູ້. ຖ້າຫາກຄິດວ່າມັນປອດໄພທີ່ຈະໃຊ້ທຳແຫ້ງ ທ່ານກໍ່ຄວນໄປປຶກສາ ຫຼື ຂໍຄຳເຫັນນຳ ອສບ ຜູ້ທີ່ທ່ານໄວ້ເນື້ອເຊື່ອໃຈ ກ່ອນຈະໃຊ້ຢານັ້ນ.
- ການໃຊ້ຢາທຳແຫ້ງຈະໃຫ້ຜົນດີທີ່ສຸດແມ່ນຄວນໃຊ້ພາຍໃນໄລຍະເວລາທີ່ຖືກຕ້ອງ ໄດ້ 9 ອາທິດ (63 ມື້) ໂດຍນັບຈາກມື້ທຳອິດຫຼັງຈາກສິ້ນສຸດ ປະຈຳເດືອນໆສຸດທ້າຍ. ທ່ານສາມາດທີ່ຈະໃຊ້ຢາທຳແຫ້ງນີ້ໄດ້ ຈົນເຖິງ 12 ອາທິດຂອງການຖືພາ ແຕ່ວ່າ ປະສິດທິຜົນຂອງຢາຈະລົດລົງໜ້ອຍໜຶ່ງ ແລະ ອາດຈະມີຜົນຂ້າງຄຽງຫຼາຍຂຶ້ນ ເຊັ່ນ: ຕົກເລືອດຮຸນແຮງຂຶ້ນ, ບັນເຈັບສູງ, ຫຼື ບັນທ້ອງປວດຮາກ.

ສຳລັບຄຳ
ແນະນຳ ທີ່
ຄົບຖ້ວນໃນ
ການ ໃຊ້ຢາ
ສຳລັບການ
ແຫ້ງລູກແມ່ນ
ສາ ມາດເບິ່ງ
ໄດ້ຢູ່ໜ້າ 508.

ສິ່ງສຳຄັນ: ເມື່ອທ່ານຈະທຳແຫ້ງດ້ວຍການໃຊ້ຢາ ທ່ານຕ້ອງໝັ້ນໃຈວ່າທ່ານຈະສາມາດມາເຖິງໂຮງໝໍ ຫຼື ຄູ່ນຶກ ບ່ອນທີ່ທ່ານຈະສາມາດໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວຮັກສາອາການຫຼຸລູກ ໃນກໍລະນີທີ່ທ່ານຕົກເລືອດຢ່າງຮຸນແຮງ, ໂດຍສະເພາະຜູ້ທີ່ຖືພາເກີນກວ່າ 9 ອາທິດແລ້ວ. ການລົງເລືອດ ແລະ ການບັນທ້ອງຈາກຜົນຂອງຢາທຳແຫ້ງນັ້ນ ແມ່ນຄ້າຍຄືກັບອາການຂອງການຫຼຸລູກ ຊຶ່ງ ມັນເປັນການຍາກສຳລັບທ່ານໝໍຈະເຫັນໄດ້ເຖິງ ຄວາມແຕກຕ່າງຂອງພວກມັນ.

ຢາທີ່ໃຊ້ສຳລັບການທຳແຫ້ງ:

ຢາມີເຟປຼີສະໂຕນລ (mifepristol) ຈະມີໃນບາງປະເທດ ທີ່ການທຳແຫ້ງຖືກກົດໝາຍ ແຕ່ບໍ່ມີໃນຫຼາຍໆປະເທດ. ການໃຊ້ຢານີ້ແມ່ນເປັນຢາເມັດສຳລັບກິນ.

ຖ້າເຈົ້າບໍ່ສາມາດ
ຫາບ່ອນທຳແຫ້ງທີ່
ປອດໄພໄດ້ໃຫ້ຕິດ
ຕໍ່ໄປເວັບໄຊທີ່
ກ່ຽວກັບແມ່ຍິງທີ່ມີ
ທີ່ຢູ່ຄື www.womenonweb.org.
ພວກເຂົາອາດສາມາດ
ຊ່ວຍທ່ານໄດ້.

ຢາມີໂຊໂປສະໂຕນ (misoprostol) ຊຶ່ງເປັນຢາທີ່ໃຊ້ຮັກສາແຜໃນກະເພາະອາຫານ. ມັນມີຢູ່ໃນຫຼາຍໆປະເທດ. ເຖິງວ່າມັນຈະໄດ້ຜົນດີກວ່າເມື່ອໃຊ້ຮ່ວມກັບຢາມີເຟປຼີສະໂຕນລກໍ່ຕາມຕາມປົກກະຕິແລ້ວຈະໃຊ້ຢານີ້ຢ່າງດຽວເພື່ອທຳແຫ້ງ (ເບິ່ງໜ້າ 508). ເມື່ອໃຊ້ຢາມີໂຊໂປສະໂຕນລ ແຕ່ຢ່າງດຽວ ແມ່ນຈະໄດ້ຜົນໜ້ອຍກວ່າ ແລະ ມີຜົນຂ້າງຄຽງຫຼາຍກວ່າ ໂດຍສະເພາະກັບຜູ້ທີ່ຖືພາເກີນກວ່າ 9 ອາທິດ.

ຜົນຈາກການກິນ ຢາມີເຟປຼີສະໂຕນລ ແລະ ຢາມີໂຊໂປສະໂຕນ

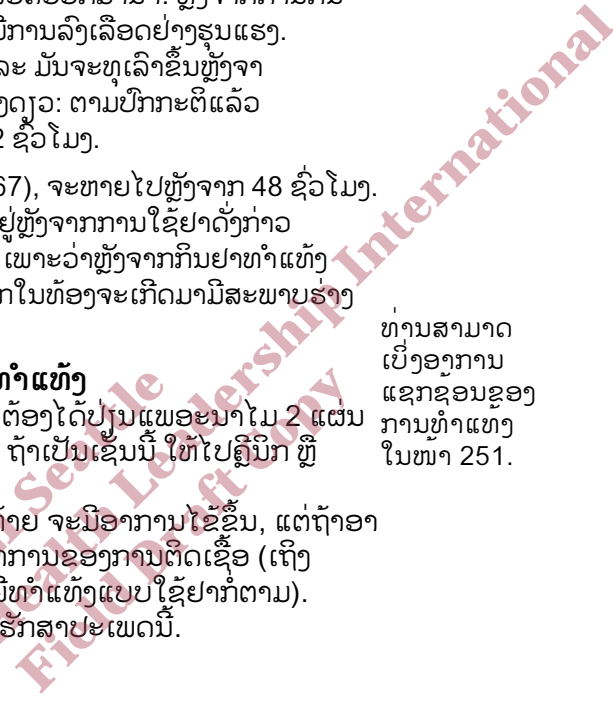
ການໃຊ້ ຢາມີເຟປຼີສະໂຕນລ ຮ່ວມກັບ ຢາມີໂຊໂປສະໂຕນ: ຕາມປົກກະຕິແລ້ວ ລູກອ່ອນໃນທ້ອງຈະຖືກຂັບອອກມາພາຍໃນ 4 ຫາ 6 ຊົ່ວໂມງ. ຫຼັງຈາກການກິນ ຢາມີເຟປຼີສະໂຕນລ 30 ນາທີ, ຈະມີອາການເຈັບບັນເຂົ້າ (ບາງຄັ້ງກໍ່ມີການເຈັບປວດຢ່າງຮຸນແຮງ) ແລະ ກໍ່ມີການລົງເລືອດ ແລະ ມີກ້ອນເລືອດອອກມານຳ. ຫຼັງຈາກການກິນ ຢາມີໂຊໂປສະໂຕນ, ໃນ 4 ຫາ 6 ຊົ່ວໂມງທຳອິດ ຈະມີການລົງເລືອດຢ່າງຮຸນແຮງ. ອາການ ລົງເລືອດຈະໃຊ້ເວລາປະມານສອງອາທິດ ແລະ ມັນຈະທຸເລົາຂຶ້ນຫຼັງຈາກອາທິດທຳອິດ. ການໃຊ້ ຢາມີໂຊໂປສະໂຕນ ພຽງຢ່າງດຽວ: ຕາມປົກກະຕິແລ້ວ ລູກອ່ອນໃນທ້ອງຈະຖືກຂັບອອກມາພາຍໃນ 4 ຫາ 12 ຊົ່ວໂມງ.

ຕາມປົກກະຕິແລ້ວ ອາການຂອງການຖືພາ (ເບິ່ງໜ້າ 67), ຈະຫາຍໄປຫຼັງຈາກ 48 ຊົ່ວໂມງ. ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຍັງຮູ້ສຶກວ່າຕົນເອງຍັງມີທ້ອງ (ຖືພາ) ຢູ່ຫຼັງຈາກການໃຊ້ຢາດັ່ງກ່າວ ໃຫ້ທ່ານໄປ ຄູ່ນຶກ ຫຼື ໂຮງໝໍ ເພື່ອກວດເບິ່ງໃຫ້ແນ່ໃຈ. ເພາະວ່າຫຼັງຈາກກິນຢາທຳແຫ້ງ ແຕ່ເດັກບໍ່ອອກມານັ້ນ ມັນມີຄວາມສ່ຽງເລັກນ້ອຍທີ່ເດັກໃນທ້ອງຈະເກີດມາມີສະພາບຮ່າງກາຍບໍ່ສົມບູນ.

ທ່ານສາມາດ
ເບິ່ງອາການ
ແຊກຊ້ອນຂອງ
ການທຳແຫ້ງ
ໃນໜ້າ 251.

ອາການອັນຕະລາຍຕ່າງໆຫຼັງຈາກການກິນຢາທຳແຫ້ງ

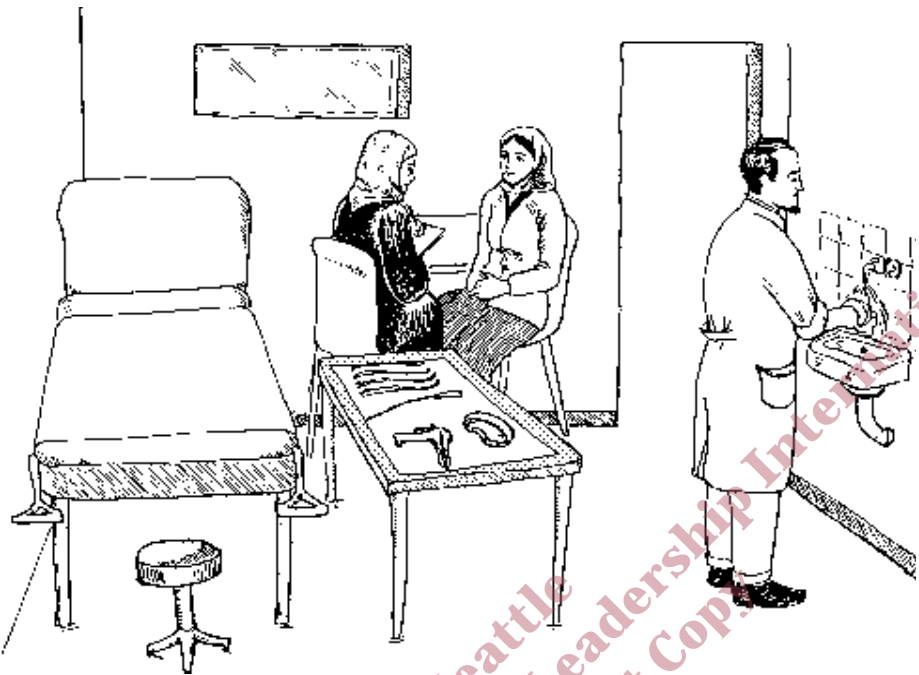
- ມີເລືອດໄຫຼອອກຈາກຊ່ອງຄອດຢ່າງຮຸນແຮງ - ຕ້ອງໄດ້ປ່ຽນແພອະນາໄມ 2 ແຜນໃນໜຶ່ງຊົ່ວໂມງ ເປັນເວລາ 2 ຊົ່ວໂມງຕິດຕໍ່ກັນ. ຖ້າເປັນເຊັ່ນນີ້ ໃຫ້ໄປຄູ່ນຶກ ຫຼື ໂຮງໝໍທັນທີ.
- ໜຶ່ງມື້ຫຼັງການກິນຢາມີໂຊໂປສະໂຕນເທື່ອສຸດທ້າຍ ຈະມີອາການໄຂ້ຂຶ້ນ, ແຕ່ຖ້າອາການໄຂ້ນັ້ນສືບຕໍ່ໄປຫຼາຍມື້ ນັ້ນອາດຈະເປັນອາການຂອງການຕິດເຊື້ອ (ເຖິງວ່າມັນຈະມີໂອກາດເກີດຂຶ້ນໄດ້ໜ້ອຍໃນກໍລະນີທຳແຫ້ງແບບໃຊ້ຢາກໍ່ຕາມ). ໃຫ້ໄປພົບທ່ານໝໍ ຫຼື ແພດຜູ້ທີ່ຊຳນານໃນການຮັກສາປະເພດນີ້.



ຈະຮູ້ໄດ້ແນວໃດວ່າການທຳແທ້ງຈະປອດໄພ

ມັນເປັນການຍາກທີ່ຈະຮູ້ວ່າການທຳແທ້ງນັ້ນຈະປອດໄພຫຼືບໍ່ປອດໄພ. ທ່ານລອງໄປເບິ່ງສະຖານທີ່ ບ່ອນທີ່ເອົາລູກອອກ ຫຼື ຖາມບາງຄົນຜູ້ທີ່ເຄີຍໄປມາແລ້ວ. ທ່ານອາດຖາມຄຳຖາມເຫຼົ່ານີ້:

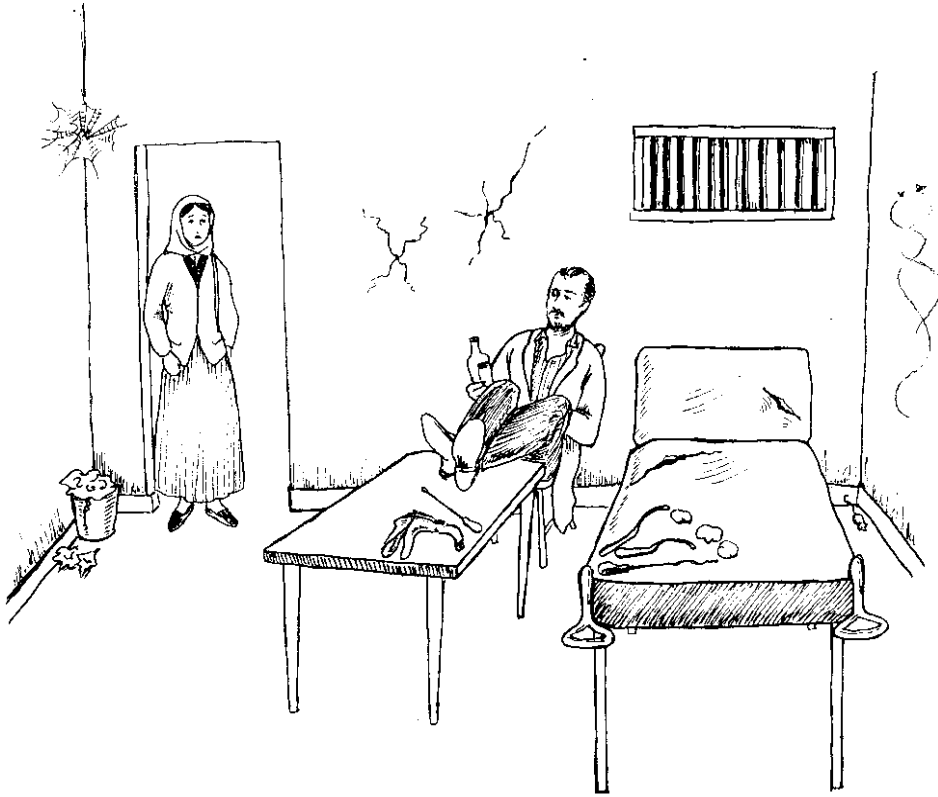
- ເຈົ້າເຄີຍໄດ້ຍິນບໍ່ວ່າມີຄົນເຈັບປ່ວຍ ຫຼື ຕາຍຍ້ອນໄປເອົາລູກອອກຢູ່ທີ່ນີ້ບໍ່? ຖ້າເປັນແນວນັ້ນ ທ່ານຄວນໄປຊອກບ່ອນອື່ນດີກວ່າ.
- ໃຜຈະເປັນຜູ້ເອົາລູກອອກໃຫ້ ແລະ ບຸກຄົນນັ້ນໄດ້ຜ່ານການຝຶກອົບຮົມຮ່ຳຮຽນມາແນວ ໃດ? ທ່ານໝໍ, ພະຍາບານ, ອສບ ແລະ ໝໍຕຳແຍພື້ນເມືອງລ້ວນແຕ່ເອົາລູກອອກໄດ້ທັງນັ້ນ. ແຕ່ຖ້າຜູ້ທີ່ຈະເອົາລູກອອກໃຫ້ນັ້ນ ບໍ່ໄດ້ຜ່ານການຝຶກອົບຮົມໃຫ້ຮູ້ຈັກວິທີອັນປອດໄພ ແລະ ວິທີ ບ້ອງກັນການຊຶມເຊື້ອກໍຈະພາໃຫ້ເກີດສິ່ງອັນຕະລາຍຕໍ່ຕົວຂອງທ່ານ.
- ຫ້ອງທີ່ຈະໃຊ້ເປັນບ່ອນທຳແທ້ງນັ້ນສະອາດ ແລະ ເປັນລະບຽບຮຽບຮ້ອຍດີບໍ່? ຖ້າມັນເປື້ອນເປີະ ແລະ ຊະຊາຍການເອົາລູກອອກກໍອາດຈະເປັນແບບດຽວກັນ.
- ໃນຫ້ອງມີບ່ອນລ້າງມືບໍ່? ຖ້າບໍ່ມີບ່ອນລ້າງມື ອສບ ກໍບໍ່ມີບ່ອນທຳຄວາມສະອາດ ເຊິ່ງຈະພາໃຫ້ ການເອົາລູກອອກບໍ່ສະອາດ ແລະ ບໍ່ປອດໄພ.
- ເຄື່ອງມືອຸປະກອນທີ່ຈະເອົາລູກອອກນັ້ນມີລັກສະນະຄ້າຍຄືເຄື່ອງມືອຸປະກອນທີ່ໃຊ້ໃຫ້ເຫັນໃນໜ້າ 244 ຫຼື ວ່າແມ່ນເຄື່ອງມືທີ່ຈັດຫາ ຫຼື ເຮັດເອົາເອງບໍ່? ເຄື່ອງມືທີ່ເຮັດເອົາເອງສ່ວນຫຼາຍມັກພາໃຫ້ ເກີດບາດແຜ ແລະ ການຊຶມເຊື້ອ.
- ເຄື່ອງມືອຸປະກອນໄດ້ຜ່ານການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອໂລກແບບໃດ? ເຄື່ອງມືອຸປະກອນຕ້ອງ ເອົາແຂ່ລ້າງນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອໂລກທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມສູງ ຫຼື ເອົາໄປຕົ້ມເພື່ອຂ້າເຊື້ອຈຸລິນຊີເຊິ່ງເປັນ ສາເຫດຂອງການຊຶມເຊື້ອ.



ຫ້ອງນີ້ ເບິ່ງແລ້ວເຫັນວ່າຈະປອດໄພດີ

HLI Seattle
 Health Leadership International
 Field Draft Copy

- ລາຄາເອົາລູກອອກຍຸດຕິທຳບໍ່? ຖ້າລາຄາແພງເກີນໄປບາງທີ ອສບ ອາດຈະເຫັນແກ່ເງິນໂດຍທີ່ບໍ່ທ່ວງໃຍຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງທ່ານ.
- ນອກຈາກເອົາລູກອອກແລ້ວຍັງມີການບໍລິການຮັກສາສຸຂະພາບຢ່າງອື່ນບໍ່? ສູນການແພດທີ່ຕ້ອງມີການບໍລິການດ້ານສຸຂະພາບຫຼາຍແນວໃນສິ່ງທີ່ແມ່ຍິງຕ້ອງການ, ເຊັ່ນວ່າ: ການວາງແຜນຄອບຄົວ, ການປິ່ນປົວພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ແລະ ການປ້ອງກັນໂລກເອດ.
- ຖ້າມີບັນຫາພາດພັງຕໍ່ສຸຂະພາບໃນໄລຍະເອົາລູກອອກ ຫຼື ຫຼັງຈາກເອົາລູກອອກທ່ານຈະຖືກນຳສົ່ງໄປໂຮງໝໍໃດ? ທ່ານຄວນມີແຜນລ່ວງໜ້າສະເໝີວ່າໃນກໍລະນີສຸກເສີນທ່ານຈະໄປໂຮງໝໍໃດ?



ຫ້ອງນີ້ເບິ່ງແລ້ວເຫັນວ່າບໍ່ປອດໄພ

ສິ່ງສຳຄັນ:

ການທຳແທ້ງຍິ່ງເປັນອັນຕະລາຍຖ້າວ່າ:

- ການເປັນປະຈຳເດືອນເທື່ອສຸດທ້າຍຂອງທ່ານນັ້ນ ດົນກວ່າສາມເດືອນແລ້ວ (ມີລູກເກີນກວ່າສາມເດືອນ).
- ຫ້ອງຂອງທ່ານເລີ່ມໃຫຍ່ອອກມາຢ່າງຈະແຈ້ງ.

ຍິ່ງຖືພາດົນໄປເທົ່າໃດກໍຍິ່ງມີຄວາມສ່ຽງຫຼາຍຕໍ່ການພົບບັນຫາອາການແຊກຊ້ອນພາຍຫຼັງທີ່ເອົາລູກອອກ. ເພື່ອຄວາມປອດໄພຂອງທ່ານ ຖ້າວ່າມີລູກເກີນສາມເດືອນທ່ານຈະຕ້ອງໄປເອົາລູກອອກຢູ່ໂຮງໝໍທີ່ມີເຄື່ອງມືອຸປະກອນທີ່ທັນສະໄໝພິເສດ.



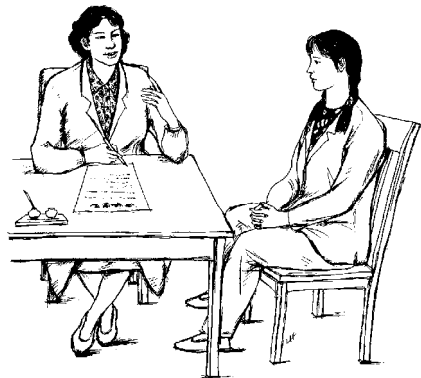
Health Leadership International
Field Copy

ການທຳແຫ້ງທີ່ປອດໄພຄວນເປັນໄປແບບໃດ.

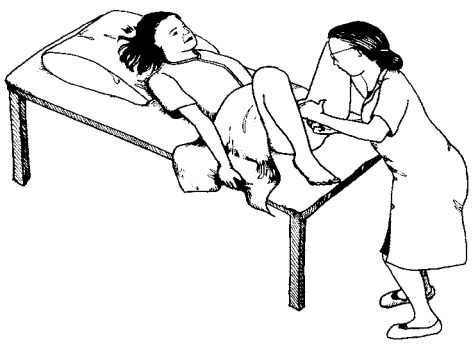
ກ່ອນການທຳແຫ້ງໜຶ່ງວັນ, ທ່ານ ຄວນດື່ມນໍ້າ ຫຼື ຂອງແຫລວ ຫຼາຍໆເພາະມັນ ຈະເປັນການຊ່ວຍ ໃຫ້ທ່ານດີຂຶ້ນໄວ.

ການທຳແຫ້ງທີ່ປອດໄພ ໂດຍສະເພາະແມ່ນວິທີການໃຊ້ເຄື່ອງດູດອອກ (MVA) ເປັນວິທີມັກນຳໃຊ້ຢູ່ສູນການແພດ ແລະ ຢູ່ຕາມໂຮງໝໍຕ່າງໆ. ວິທີທຳແຫ້ງແບບຊູດອອກ ໂດຍທົ່ວໄປແລ້ວແມ່ນເພິ່ນມັກນຳໃຊ້ຢູ່ຕາມໂຮງໝໍ. ວິທີເອົາລູກອອກດ້ວຍການໃຊ້ຢາແມ່ນເພິ່ນມັກປະຕິບັດຢູ່ຕາມສູນປິ່ນປົວສຸຂະພາບ ຫຼື ໂຮງໝໍທີ່ມີອຸປະກອນສຳລັບດູດ ຫຼື ຊູດອອກ ແລະ ອສບ ຜູ້ທີ່ຈະເອົາລູກອອກຕ້ອງຜ່ານການຝຶກອົບຮົມຄັກແນ່. ເພື່ອຊອກຮູ້ຂໍ້ມູນລະອຽດຕື່ມໃຫ້ອ່ານຕື່ມຢູ່ໜ້າ 244.

ເມື່ອທ່ານໄປສູນຮັກສາສຸຂະພາບ ຫຼື ໂຮງໝໍເພື່ອໄປເອົາລູກອອກທ່ານຄວນໄດ້ຮັບການຕ້ອນຮັບ ແລະ ຄວາມນັບຖືຢ່າງເປັນກັນເອງ. ສະຖານທີ່ຈະເອົາລູກອອກນັ້ນ ຄວນມີຜູ້ໃຫ້ຄຳປຶກສາກ່ຽວກັບ ການຕັດສິນໃຈຂອງທ່ານ ແລະ ຄວນອະທິບາຍວ່າການເອົາລູກອອກນັ້ນຈະເຮັດແນວໃດ ແລະ ຈະມີຄວາມສ່ຽງດ້ານໃດແດ່.



ຂໍ້ມູນຂ້າງລຸ່ມນີ້ຈະຊີ້ບອກທ່ານໃຫ້ຮູ້ວ່າ ການທຳແຫ້ງທີ່ປອດໄພນັ້ນຄວນຈະເປັນໄປແບບໃດ. ຖ້າການເອົາລູກອອກ ທາກມີສິ່ງຜິດແປກໄປຈາກສິ່ງຕໍ່ໄປນີ້ຖືວ່າອັນຕະລາຍ.



- ອສບ ຄວນຖາມທ່ານວ່າທ່ານມີປະຈຳເດືອນຄັ້ງສຸດທ້າຍ ເມື່ອໃດ ແລະ ທ່ານມີພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນບໍ່? (ເບິ່ງໜ້າ 263).
 - ອສບ ຄວນກວດກາສຸຂະພາບຂອງທ່ານສາກ່ອນ, ລວມທັງການກວດເບິ່ງຊ່ອງຄອດ ແລະ ກວດທ້ອງເບິ່ງຂະໜາດຂອງມົດລູກ.
 - ໃນເວລາເອົາລູກອອກບໍ່ວ່າຈະເປັນວິທີດູດ ຫຼືວິທີຊູດທ່ານຕ້ອງເຈັບທ້ອງສ່ວນລຸ່ມຢ່າງແຮງ, ແຕ່ວ່າເມື່ອເອົາລູກອອກໝົດແລ້ວອາການເຈັບກໍຄວນຫຼຸດຜ່ອນລົງ.
 - ພາຍຫຼັງທີ່ເອົາລູກອອກແລ້ວລະບົບສືບພັນຂອງທ່ານຕ້ອງຢູ່ໃນ ສະພາບສະອາດ ແລະ ທ່ານຄວນໄດ້ໂອກາດພັກຜ່ອນ. ອສບ ຄວນຢູ່ໃກ້ຊິດທ່ານເພື່ອກວດກາເບິ່ງອາການປະມານໜຶ່ງຊົ່ວໂມງ.
 - ທ່ານຄວນໄດ້ຮັບຄຳແນະນຳວ່າທ່ານຄວນເຮັດຫຍັງແດ່ ເມື່ອເອົາລູກອອກແລ້ວ ເປັນຕົ້ນແມ່ນການຕິດຕາມອາການ ແລະ ຈະໄປພົວພັນກັບໃຜໃນກໍລະນີທ່ານມີບັນຫາອາການແຊກຊ້ອນ.
- ນອກຈາກນີ້ຄວນມີຜູ້ໃຫ້ຄຳແນະນຳກ່ຽວກັບວິທີການວາງແຜນຄອບຄົວ (ລະວັງບໍ່ໃຫ້ມີລູກ) ເຊິ່ງທ່ານຄວນເລີ່ມປະຕິບັດແຕ່ມີເອົາລູກອອກເປັນຕົ້ນໄປ. ທ່ານຄວນໄດ້ຮັບຄຳແນະນຳໃຫ້ຄືນໄປກວດອີກເທື່ອໜຶ່ງພາຍຫຼັງ 1 ຫຼື 2 ອາທິດ.

HLI Health Rights International Field Draft

ພາຍຫຼັງທີ່ເອົາລູກອອກແລ້ວອາການຕ່າງໆຂອງການມີລູກຄວນຈະໝົດໄປພາຍໃນ ໜຶ່ງວັນເປັນຕົ້ນແມ່ນອາການປັ້ນທ້ອງປວດຮາກ ແລະ ເຈັບນົມ. ຖ້າອາການ ເຫຼົ່ານີ້ຍັງມີຢູ່ສະແດງວ່າລູກຂອງທ່ານຍັງບໍ່ທັນອອກເທື່ອຂຶ້ນມັນອາດຈະຢູ່ໃນມົດລູກ ຫຼື ອາດຈະຢູ່ໃນທໍ່ຮວຍໄຂ່ (ມີລູກຜິດປ່ອນ, ເບິ່ງໜ້າ 73). ກໍລະນີນີ້ແມ່ນສິ່ງທີ່ຮີບດ່ວນ ຊຶ່ງທ່ານຕ້ອງຮີບໄປພົບ ອສບ ທັນທີ.

ຫຼັງຈາກເອົາ ລູກອອກແລ້ວ ຄວນ ຈະເປັນ ໄປແບບ ໃດ.

ຫຼັງຈາກເອົາລູກອອກທ່ານອາດຈະຮູ້ສຶກເມື່ອຍໜ້ອຍໜຶ່ງ ແລະ ຍັງມີການປັ້ນທ້ອງ ແລະ ເຈັບທ້ອງ ເປັນເວລາ 1 ມື້. ທ່ານອາດຍັງຈະມີເລືອດອອກຈາກຊ່ອງຄອດ ປະມານ 2 ອາທິດກໍ່ເປັນໄດ້. ແຕ່ວ່າຫຼັງຈາກໜຶ່ງມື້ຜ່ານໄປການລົງເລືອດກໍ່ຄວນມີ ໜ້ອຍ ໂດຍຈະບໍ່ຫຼາຍກວ່າການລົງປະຈຳເດືອນໃນມື້ທີ່ເປັນໜ້ອຍ. ຫຼັງຈາກ 4 ຫາ 6 ອາທິດທີ່ເອົາລູກອອກແລ້ວ ທ່ານຄວນເປັນປະຈຳເດືອນຄັ້ງຕໍ່ໄປຕາມປົກກະຕິ. ປະຈຳເດືອນອາດມາຊ້າກວ່ານັ້ນຖ້າທ່ານມີລູກດົນກວ່າ 5 ຫຼື 6 ເດືອນ.

ທ່ານຄວນເປັນ ປະຈຳເດືອນຫຼັງ ຈາກ 4 ຫາ 6 ອາທິດ ທີ່ເອົາລູກອອກແລ້ວ, ແຕ່ວ່າທ່ານສາມາດ ມີລູກໄດ້ອີກຫຼັງຈາກ 11 ມື້.

ຖ້າທ່ານບໍ່ມີໃຜທີ່ຈະປຶກສານຳໃນເວລາກ່ອນເອົາລູກອອກ, ທ່ານຄວນຊອກຫາຜູ້ເວົ້າ ຜູ້ລົມນຳພາຍຫຼັງເອົາລູກອອກແລ້ວ. ການເວົ້າລົມກັບຜູ້ທີ່ທ່ານໄວ້ວາງໃຈຈະເປັນການ ຊ່ວຍໃຫ້ທ່ານມີຄວາມຮູ້ສຶກດີຂຶ້ນຕື່ມ.

ພາຍຫຼັງເອົາລູກອອກແລ້ວຈະຮັກສາສຸຂະພາບຂອງຕົນເອງແນວໃດ:

- ເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ມີການຊຶມເຊື້ອ ໃຫ້ກິນຢາດອກຊີຊີຄລິນ (Doxycycline) 100 ມິລິກຼາມ ສອງເທື່ອຕໍ່ມື້, ໃຫ້ກິນໃນມື້ເອົາລູກອອກ (ຖ້າວ່າ ທ່ານ ກຳລັງລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມແມ່ໃຫ້ທ່ານກິນຢາເອຣີໂຕຣິມີຊິນ (erythromycin) 500 ມິລິກຼາມ ແທນ 4 ເທື່ອຕໍ່ມື້ເປັນເວລາ 7 ມື້ຕິດຕໍ່ກັນ).
- ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ຮ່ວມເພດ ຫຼື ບໍ່ໃຫ້ເອົາສິ່ງໃດຍັດເຂົ້າໄປໃນຊ່ອງ ຄອດຢ່າງໜ້ອຍ 2 ມື້ ພາຍຫຼັງທີ່ເລືອດຢຸດອອກ.
- ຖ້າທ່ານເຈັບ ແລະ ປັ້ນທ້ອງໃຫ້ນອນພັກຜ່ອນ ແລະ ເອົາຖົງນຳຮ້ອນມາແຕ້ງທ້ອງ ຫຼື ທ່ານອາດຈະກິນຢາປາຣາາຊີຕາໂມນ (paracetamol) ຫຼື ຢາອີບູໂປຣເຟັນ (ibuprofen) (ເບິ່ງໜ້າ 482).
- ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການເຈັບ ຫຼື ເລືອດຕົກໃຫ້ພະຍາຍາມ ນວດຄອຍໆຢູ່ບໍລິເວນທ້ອງນ້ອຍ. ວິທີນີ້ຈະຊ່ວຍໃຫ້ ມົດລູກຮັດຕົວເຂົ້າຈົນເຖິງຂະໜາດທຳມະດາ ແລະ ພາໃຫ້ຕົກເລືອດໜ້ອຍລົງ.
- ດື່ມນ້ຳຫຼາຍເພື່ອໃຫ້ພື້ນຕົວໂດຍໄວ. ທ່ານສາມາດກັບ ຄືນສ່ວງການ ປົກກະຕິຂອງທ່ານຫຼັງຈາກທີ່ ຮູ້ສຶກວ່າ ຕົນເອງຢູ່ສະບາຍແລ້ວ, ສ່ວນຫຼາຍແມ່ນ ປະມານ 1 ມື້.



ຫຼັງຈາກການທຳແທ້ງແລ້ວ ທ່ານອາດສາມາດ ຕັ້ງທ້ອງ ໄດ້ອີກກ່ອນການເປັນປະຈຳເດືອນ ຄັ້ງຕໍ່ໄປ. ດັ່ງນັ້ນ ໃຫ້ທ່ານເລີ່ມການວາງແຜນ ຄອບຄົວທັນທີ.

ບາງອາການທີ່ເປັນອັນຕະລາຍ

ຖ້າວ່າມີອາການເຫຼົ່ານີ້ໃຫ້ຮີບປິ່ນປົວດ່ວນ:

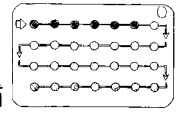
- ມີການຕົກເລືອດຮຸນແຮງຈາກຊ່ອງຄອດ (ເບິ່ງໜ້າ 251)
- ໄຂ້ສູງ (ເບິ່ງ “ການຊຶມເຊື້ອ” ຢູ່ໜ້າ 255)
- ເຈັບທ້ອງແຮງ (ເບິ່ງ “ບາດແຜພາຍໃນ” ໜ້າ 258, ແລະ ການຊຶມເຊື້ອ ໜ້າ 255)
- ເປັນລົມ ແລະ ຫິນຫວຍ (ເບິ່ງ “ການເປັນຊ້ອກ”, ໜ້າ 254)
- ມີລົງຂາວທີ່ມີກິ່ນເໝັນອອກມາຈາກຊ່ອງຄອດ (ເບິ່ງ “ການຊຶມເຊື້ອ” ໜ້າ 255)

HealthSeattle Leadership International
Field Draft Copy

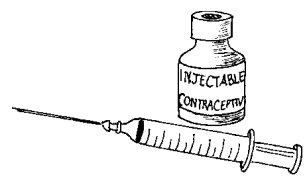
ການວາງແຜນຄອບຄົວພາຍຫຼັງທີ່ເອົາລູກອອກ

ຫຼັງຈາກເອົາລູກອອກ ໃໝ່ໆສ່ວນ ຫຼາຍແມ່ ຍິງບໍ່ທັນ ຢາກມີທ້ອງ ເທື່ອ. ເວລານີ້ເປັນ ໂອ ກາດດີທີ່ຈະ ໃຫ້ ຄຳແນະ ນຳການ ວາງແຜນ ຄອບ ຄົວໃຫ້ຜູ້ມາ ເອົາ ລູກອອກ.

ພາຍຫຼັງເອົາລູກອອກໄດ້ປະມານ 2 ອາທິດ ທ່ານສາມາດມີລູກໄດ້ອີກ. ການ ວາງແຜນຄອບຄົວມີຫຼາຍວິທີເຊິ່ງຕ້ອງທົດລອງໃຫ້ຮູ້ວ່າ ວິທີໃດໄດ້ໄດ້ຜົນ, ສະນັ້ນຄວນຖາມຫຼາຍຄົນກ່ຽວກັບເລື່ອງນີ້ ແລະ ໃຫ້ເລີ່ມໃຊ້ວິທີໜຶ່ງສາກ່ອນ.



- ວິທີກິນຢາຄຸມກຳເນີດ:** ທ່ານສາມາດເລີ່ມກິນຢາໃນມື້ທີ່ ເອົາລູກ ອອກບໍ່ຕ້ອງລໍຖ້າດົນເກີນກວ່າໜຶ່ງອາທິດ.
- ວິທີໃສ່ຮ່ວງ (Intra-Uterine Device, IUD):** ຖ້າວ່າບໍ່ມີຄວາມ ສ່ຽງດ້ານການຊຶມເຊື້ອແພດສາມາດໃສ່ ຮ່ວງເຂົ້າໃຫ້ມີດລູກທັນທີ ພາຍຫຼັງເອົາລູກອອກ.
- ວິທີສັກຢາ:** ເພິ່ນສາມາດສັກຢາພາຍ ໃນມື້ດຽວກັນທີ່ໄປ ເອົາລູກອອກ, ຫຼື ຫຼັງຈາກເອົາລູກອອກພາຍໃນໜຶ່ງ ອາທິດ.
- ການຝັງເຂັມ:** ຊຶ່ງສາມາດຝັງໃສ່ໄດ້ກ່ອນ ຫຼື ຫຼັງເອົາລູກອອກ, ຫຼືພາຍ ໃນໜຶ່ງອາທິດຫຼັງຈາກເອົາລູກອອກ.
- ການເຮັດໝັນຍິງ:** ຖ້າທ່ານຖືພາຕໍ່ກວ່າ 3 ເດືອນທ່ານສາມາດເຮັດໝັນ (sterilization) ໃນເວລາເອົາລູກອອກເລີຍ ຫຼື ທັນທີຫຼັງຈາກເອົາລູກອອກ. ທ່ານຕ້ອງ ຕັດສິນໃຈໃຫ້ແນ່ນອນທີ່ສຸດ ເພາະວ່າ ການເຮັດໝັນແບບນີ້ຈະບໍ່ມີໂອກາດມີລູກອີກເລີຍ.
- ການເຮັດໝັນໃຫ້ຜູ້ຊາຍ:** ການເຮັດໝັນ ໃຫ້ຜູ້ຊາຍຈະເຮັດເວລາໃດກໍໄດ້ ແລະ ຈະເປັນການເຮັດໝັນແບບຖາວອນເລີຍ, ສະນັ້ນຕ້ອງຕັດສິນໃຈ ໃຫ້ແນ່ນອນທີ່ສຸດກ່ອນທີ່ຈະເຮັດໝັນ.
- ຖົງຢາງອະນາໄມ:** ທ່ານ ແລະ ຜົວຂອງທ່ານສາມາດ ໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ ເມື່ອທ່ານຈະມີການຮ່ວມເພດ ພາຍຫຼັງເອົາລູກອອກ. ຖົງຢາງອະນາໄມຍັງສາມາດປ້ອງກັນ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ, ລວມທັງໂລກເອດໄດ້ນຳອີກ.
- ຢາຂ້າຕົວອະສຸຈິ:** ທ່ານສາມາດໃຊ້ຢາຂ້າຕົວ ອະສຸຈິເມື່ອທ່ານມີເພດ ສຳພັນພາຍຫຼັງທີ່ເອົາລູກອອກ. ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າ ອະສຸຈິ ຖ້າຫາກທ່ານມີເຊື້ອເອດສ໌ ຫຼື ທ່ານມີຄູ່ນອນຫຼາຍຄົນ.
- ຝາອັດປາກມົດລູກ:** ຖ້າວ່າບໍ່ມີການຊຶມເຊື້ອ ຫຼື ວ່າບໍ່ມີບາດ ແຜທ່ານສາມາດໃຊ້ຝາອັດປາກມົດລູກ ຫຼັງເອົາ ລູກອອກ.
- ວິທີແບບທຳມະຊາດ (ວິທີກວດນ້ຳເມືອກ ແລະ ການນັບຮອບປະຈຳເດືອນ):** ວິທີນີ້ຈະໃຊ້ບໍ່ໄດ້ຈົນກວ່າຈະເປັນ ປະຈຳເດືອນປົກກະຕິ.



ສຳລັບຂໍ້ມູນລະ ອງດເພີ່ມເຕີມສຳ ລັບການວາງແຜນ ຄອບຄົວໃຫ້ເບິ່ງ ຕື່ມຢູ່ບົດ “ການ ວາງແຜນຄອບຄົວ.”

Health Learning International
 Fieldcraft Co.

ແມ່ຍິງທີ່ມີອາການອັນຕະລາຍພາຍຫຼັງເອົາລູກອອກ (ເບິ່ງໜ້າ 249) ຈະຕ້ອງໄດ້ຮັບການຊ່ວຍເຫຼືອທາງການແພດຢ່າງຮີບດ່ວນ. ຄວນສົ່ງແມ່ຍິງທີ່ມີບັນຫານີ້ໄປສູນສຸຂະພາບ ຫຼື ໂຮງໝໍ ດ່ວນເພື່ອຮັບການປິ່ນປົວທີ່ຈຳເປັນ. ປົກກະຕິ ແລ້ວເພິ່ນຕ້ອງເອົາສິ່ງຄົງຄ້າງ ທາງໝົດອອກຈາກມົດລູກ ບໍ່ວ່າຈະໃຊ້ວິທີຂຸດອອກ ຫຼື ດູດອອກດ້ວຍສູນຍາກາດ. ນອກຈາກນີ້ຄວາມຮູ້ ແລະ ຂໍ້ມູນທີ່ມີຢູ່ໃນ 8 ໜ້າ ຕໍ່ໄປນີ້ຈະບອກທ່ານໃຫ້ຮູ້ວິທີ ແກ້ໄຂໃນກໍລະນີບໍ່ມີພາຫະນາຂົນສົ່ງໄປມາ, ໂດຍສະເພາະແມ່ນໃນເຂດທ່າງໄກສອກຫຼີກ.

ອາການແຊກຊ້ອນຈາກການທຳແຫ້ງ.

ການຕົກເລືອດຮຸນແຮງຈາກຊ່ອງຄອດ

ການຕົກເລືອດຮຸນແຮງພາຍຫຼັງການເອົາລູກອອກແມ່ນອາການທີ່ມັກເກີດຂຶ້ນ. ບັນຫານີ້ອາດມີສາເຫດມາຈາກສິ່ງຕົກຄ້າງທີ່ບໍ່ເອົາອອກໝົດຈາກມົດລູກ ເຊິ່ງມົດລູກບໍ່ສາມາດປັ້ນ ແລະ ປາກມົດລູກບໍ່ສາມາດປິດໄດ້ຈິ່ງເຮັດໃຫ້ການຕົກເລືອດບໍ່ເຂົາ ຖ້າເອົາສິ່ງຕົກຄ້າງອອກໝົດສ່ວນຫຼາຍການຕົກເລືອດກໍ່ຈະຢຸດ.



ການປິ່ນປົວອາການແຊກຊ້ອນຈາກການເອົາລູກອອກແຕ່ຕົ້ນຈະຊ່ວຍປ່ອງກັນການເຈັບເປັນ, ການເປັນໝັ້ນ ແລະ ການເສຍຊີວິດ. ຖ້າມີບັນຫາພາຍຫຼັງທີ່ເອົາລູກອອກໃຫ້ໄປທາງໝັ້ນທີ່.

ບໍ່ໃຫ້ລໍຊ້າ!

ບາງເທື່ອອາດເປັນຍ້ອນປາກມົດລູກ ມີຮອຍແຜຊຶ່ງຈະຕ້ອງໄດ້ຫຍິບໃຫ້ຈອດເພື່ອຢຸດການຕົກເລືອດ. ຖ້າເລືອດທີ່ຕົກອອກມານັ້ນເປັນສີແດງໃສ ແລະ ປຸກຊຶມໃສ່ຜ້າເຊັດ ຫຼື ຜ້າແພອື່ນໆພາຍໃນເວລາຕໍ່າກວ່າ 30 ນາທີ ຖ້ວ່າແມ່ຍິງຜູ້ນັ້ນໄດ້ມີການຕົກເລືອດຢ່າງຮຸນແຮງ. ການຕົກເລືອດ ທີ່ມີສີໃສແຈ້ງ ແລະ ອອກເປັນຮູດໆ ກໍ່ເປັນອັນຕະລາຍເຊັ່ນກັນ. ຖ້າເປັນເຊັ່ນນີ້ອາດຈະພາໃຫ້ເສຍເລືອດຫຼາຍ. ຖ້າບໍ່ສາມາດໄປທາງໝໍໄດ້ໄວໃນທັນທີ ໃຫ້ພະຍາຍາມຊ່ວຍຕົນເອງໄປສາກ່ອນດ້ວຍວິທີການຢຸດເລືອດ.

ວິທີຢຸດເລືອດ.

ແມ່ຍິງທີ່ຕົກເລືອດຮຸນແຮງນັ້ນສາມາດຊ່ວຍຕົນເອງເຮັດໃຫ້ມົດລູກປັ້ນ ແລະ ປິດປາກມົດລູກດ້ວຍການ ນວດທ້ອງເອົາເອງ. ແມ່ຍິງທີ່ມີບັນຫານີ້ສາມາດນວດທ້ອງເອົາເອງ ຫຼື ໃຫ້ຄົນອື່ນຊ່ວຍ.

ໃຫ້ນວດສ່ວນລຸ່ມຂອງທ້ອງນ້ອຍດ້ວຍຄວາມ ແຮງໃນຂະນະທີ່ຜູ້ເຈັບຕ້ອງນອນຫງາຍ ຫຼື ນອນເທິງຢູ່. ຖ້າມີສິ່ງຕົກຄ້າງເປັນຕ່ອນນ້ອຍຢູ່ໃນມົດລູກ ຜູ້ປ່ວຍສາມາດເອົາອອກເອງໄດ້ ໂດຍການນອນເທິງ ຫຼື ນ່ຽງໂຍະລົງແລ້ວເບິ່ງອອກແບບຖ່າຍໜັກ ຫຼື ແບບເກີດລູກ. ເຖິງແມ່ນວ່າວິທີເຫຼົ່ານີ້ຈະຊ່ວຍໄດ້ດີກໍ່ຕາມທ່ານກໍ່ຄວນໄປທາງໝໍໃຫ້ໄວເທົ່າທີ່ຈະໄວໄດ້. ເພາະວ່າຍັງຈະຕ້ອງຜ່ານການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອ ແລະ ເອົາທຸກຢ່າງທີ່ຄ້າງຢູ່ໃນມົດລູກອອກໃຫ້ໝົດ.



Health Leadership International
Fieldwork Copy

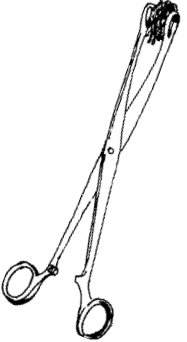
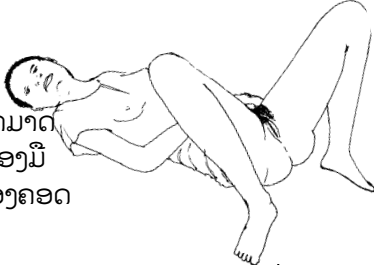
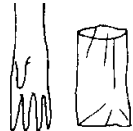
ການຊ່ວຍເຫຼືອຮີບດ່ວນຕໍ່ຜູ້ທີ່ຕົກເລືອດຮຸນແຮງ.

ອສບ ແລະ ຜູ້ອື່ນໆທີ່ຜ່ານການຝຶກອົບຮົມ ໃນການກວດທ້ອງໃຫ້ ແມ່ຍິງກໍ່ສາມາດປະຕິບັດບາດກ້າວດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້ເພື່ອພະຍາຍາມຢຸດການຕົກເລືອດຈົນກວ່າສິ່ງຕົກຄ້າງຈະອອກມາຈາກມິດລູກໝົດ ແລະ ບໍ່ມີສິ່ງໃດເຫຼືອຢູ່.

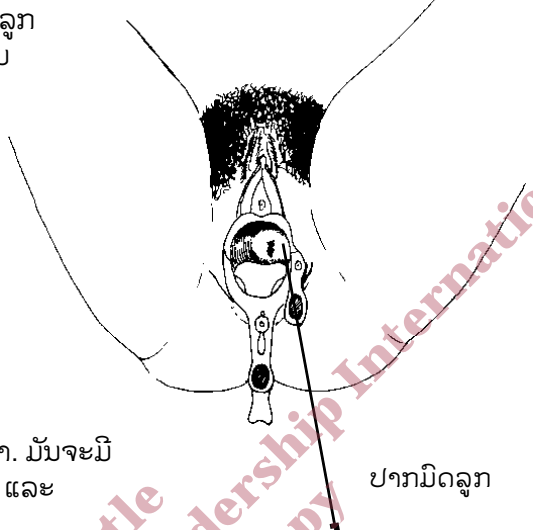


ສິ່ງສໍາຄັນ: ເນື່ອງຈາກປາກມິດລູກເປີດຢູ່ມັນຈຶ່ງເປັນອັນຕະລາຍຖ້າວ່າເຮົາເອົາສິ່ງໃດສິ່ງໜຶ່ງຍັດເຂົ້າໄປໃນຊ່ອງຄອດ ເພາະຈະເຮັດໃຫ້ມີການຊຶມເຊື້ອຢ່າງຮ້າຍແຮງ. ຖ້າການຕົກເລືອດນັ້ນຮຸນແຮງຫຼາຍ ຊີວິດຂອງແມ່ຍິງນັ້ນກໍ່ຍິ່ງຕົກຢູ່ໃນອັນຕະລາຍ; ເມື່ອເປັນເຊັ່ນນັ້ນໃຫ້ທ່ານປະຕິບັດດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

1. ລ້າງມື ແລະ ອະໄວຍະວະເພດຂອງແມ່ຍິງດ້ວຍສະບູ ແລະ ນໍ້າສະອາດ.
2. ໃສ່ຊັບມືຢາງ ຫຼື ໃຊ້ຖົງຢາງທີ່ສະອາດທີ່ສຸດ ໃສ່ມືເບື້ອງໜຶ່ງ. ມືເບື້ອງທີ່ໃສ່ຊັບມືນັ້ນບໍ່ໃຫ້ແຕະຕ້ອງສິ່ງໃດສິ່ງໜຶ່ງກ່ອນທີ່ຈະປ່ອນເຂົ້າໄປໃນຊ່ອງຄອດຂອງແມ່ຍິງ.
3. ໃຫ້ຜູ້ປ່ວຍນອນລົງ ແລະ ໃຫ້ຍະຂາ ແລະ ຫົວເຂົ້າອອກພະຍາຍາມເຮັດໃຫ້ຜູ້ປ່ວຍສະບາຍໃຈ.
4. ຖ້າທ່ານມີເຄື່ອງງະ ຫຼື ປາກເປັດ. (ທ່ານສາມາດເລືອກເຄື່ອງມືທີ່ຖືກຕ້ອງຖ້າທ່ານມີຊຸດ ເຄື່ອງມື IUD ຄົບຖ້ວນ) ໃຫ້ທ່ານຍັດເຂົ້າໄປໃນຊ່ອງຄອດເພື່ອຊ່ອງເບິ່ງປາກມິດລູກ. ຖ້າເຫັນວ່າມີກ້ອນເລືອດແຂ້ນ ຫຼື ສິ່ງຕົກຄ້າງຢູ່ທີ່ປາກມິດລູກ ໃຫ້ໃຊ້ຄົມໜັບທໍາຄວາມສະອາດອອກໃຫ້ໝົດ.
5. ຖ້າບໍ່ມີເຄື່ອງງະ ຫຼື ປາກເປັດ ໃຫ້ໃຊ້ນິ້ວມືທີ່ໃສ່ຖົງມືຢາງງະອອກເບິ່ງ. ທໍາອິດໃຫ້ໃຊ້ນິ້ວດຽວ ແລະ ຕໍ່ມາຈຶ່ງໃຊ້ສອງນິ້ວງະເບິ່ງ.
6. ຄໍາເບິ່ງປາກມິດລູກ. ມັນຈະຮູ້ສຶກແຂງ ແລະ ມັນກວ່າຜິວໜັງທໍາມະດາ. ມັນຈະມີລັກສະນະຄ້າຍຄືແບບນີ້ ແລະ ມີຂະໜາດໃຫຍ່ເທົ່ານີ້.

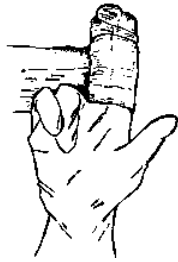


ໃຊ້ຄົມໜັບທີ່ຂ້າເຊື້ອໃຫ້ສະອາດແລ້ວ ມາໜັບເອົາຕ່ອນເນື້ອເຍື່ອທີ່ທ່ານເຫັນໃນມິດລູກນັ້ນອອກໃຫ້ໝົດ.

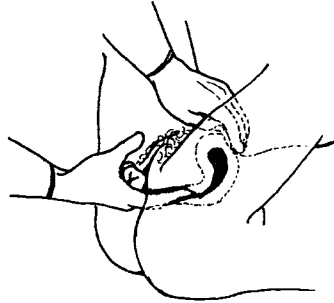


HLLI Seattle Health Leadership International Field Draft Copy

7. ໃຊ້ນິ້ວມືຂອງທ່ານລູບຄຳໄປມາຕາມປາກມົດລູກເພື່ອຂອກຫາຊິ້ນສ່ວນເສດເຫຼືອຈາກການຫຼຸດລູກຊຶ່ງອາດຈະຕິດຄ້າງຢູ່ປາກມົດລູກ. ຊິ້ນສ່ວນເຫຼົ່ານັ້ນຈະເປັນຕ່ອນອ່ອນໆ ຄ້າຍຄືຊີ້ນ. ໃຫ້ພະຍາຍາມຄ່ອຍໆເອົາອອກມາ. ຖ້າວ່າຊິ້ນສ່ວນນ້ອຍໆເຫຼົ່ານັ້ນຫາກມີນຫຼາຍໃຫ້ຖອດນິ້ວມືອອກສາກ່ອນແລ້ວເອົາແພພັນບາດທີ່ຂ້າເຊື້ອແລ້ວມາພັນນິ້ວມືສອງນິ້ວ ຫຼື ໃຊ້ຜ້າສະອາດທີ່ຕົ້ມໃຫ້ພົດມາ ພັນນິ້ວມືແລ້ວພະຍາຍາມເອົາຊິ້ນສ່ວນເຫຼົ່ານັ້ນອອກ.



8. ພາຍຫຼັງທີ່ທ່ານໄດ້ເອົາຊິ້ນສ່ວນເສດ ເຫຼືອອອກໝົດແລ້ວໃຊ້ນິ້ວມືທີ່ໃສ່ຊີບມີສອງນິ້ວຈົກເຂົ້າໄປ ໃນກ້ອງມົດລູກ ແລະ ພ້ອມກັນນັ້ນ ກໍ່ໃຊ້ມືອີກເບື້ອງໜຶ່ງນວດ ຫຼື ບີບທ້ອງ ນ້ອຍເພື່ອຊ່ວຍຢຸດການລົງເລືອດ. ຄວນກະຕວງເບິ່ງວ່າມົດລູກຕ້ອງຢູ່ລະຫວ່າງກາງຂອງສອງມືຂອງທ່ານ.



9. ສັກຢາແອໂກເມຕຼີນ (ergometrine) 0,2 ມິລິກຼາມ ໃສ່ບ່ອນທີ່ມີກ້າມຊີ້ນ ໃຫຍ່ເຊັ່ນ: ສັກກະໂພກ ຫຼື ສັກໃສ່ກົກຂາ. ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ຜູ້ປ່ວຍກິນຢາແອໂກເມຕຼີນ 0,2 ມິລິກຼາມ ຫຼື ສັກຢານີ ທຸກໆ 6 ຊົ່ວໂມງຈົນຄົບ 24 ຊົ່ວໂມງ. ຫຼື ທ່ານສາມາດໃຊ້ຢາມີໂຊໂປຼສະໂຕນລ໌ (misoprostol) ໃນປະລິມານ 800 ໂມໂຄຼກຼາມ ຍັດໃຫ້ເລິກເຂົ້າໄປໃນຊ່ອງຄອດ; ແລະ ຫຼັງຈາກ 24 ຊົ່ວໂມງແລ້ວຖ້າເຫັນວ່າ ຈຳເປັນກໍ່ໃຫ້ໃຊ້ຢານີຕື່ມອີກ.



ວິທີການສັກຢາ

10. ໃຫ້ຜູ້ປ່ວຍກິນຢາຕ້ານເຊື້ອເພື່ອຕ້ານກັບການຊຶມເຊື້ອທັນທີໂລດ (ເບິ່ງໜ້າ 256). ເວລານີ້ຜູ້ປ່ວຍມີໂອກາດທີ່ຈະມີການຊຶມເຊື້ອສູງ ເພາະວ່າປາກມົດລູກຂອງຜູ້ກ່ຽວ ຖືກເປີດອອກຈຶ່ງພາໃຫ້ພະຍາດເຂົ້າໄດ້ງ່າຍ.

11. ຖ້າຜູ້ກ່ຽວພື້ນຕົວຄົນໄດ້ໃຫ້ເອົາເຄື່ອງດື່ມໃຫ້ດື່ມ. ຖ້າວ່າຜູ້ກ່ຽວໝົດສະຕິໄປໃຫ້ປະຕິບັດຄືດັ່ງໜ້າຕໍ່ໄປ.

12. ເອົາຜູ້ປ່ວຍໄປໂຮງໝໍທັນທີເຖິງແມ່ນວ່າຈະເອົາສິ່ງຕົກຄ້າງໃນມົດລູກອອກໝົດແລະ ເລືອດຈະຢຸດໄຫຼແລ້ວກໍ່ຕາມ. ມັນມີຄວາມຈຳເປັນຢູ່ວ່າທ່ານໝໍຈະຕ້ອງເອົາສິ່ງຕົກຄ້າງອອກ ແລະ ກວດເບິ່ງບໍ່ໃຫ້ມີສິ່ງໃດເຫຼືອຢູ່. ຖ້າວ່າເລືອດຍັງບໍ່ທັນຢຸດໄຫຼໃຫ້ນວດທ້ອງນ້ອຍຂອງຜູ້ກ່ຽວ ແລະ ພ້ອມນັ້ນກໍ່ໃຫ້ສົ່ງໂຮງໝໍ.



ສົ່ງໄປໂຮງໝໍ!

ຖ້າບໍ່ມີ ອສບ ຊ່ວຍຈະເຮັດແນວໃດ

ຖ້າທ່ານມີອາການຕົກເລືອດຮຸນ

ແຮງພາຍຫຼັງເອົາລູກອອກ ແລະ ກໍ່ໄດ້

ພະຍາຍາມຢຸດເລືອດ ຕາມຫຼັກການທີ່ບອກຢູ່ໜ້າ 251,

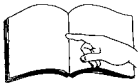
ແລ້ວທ່ານກໍ່ສາມາດ ເອົາສິ່ງຕົກຄ້າງອອກດ້ວຍຕົວທ່ານເອງໄດ້.

ກ່ອນອື່ນໝົດຕ້ອງລ້າງມື ແລະ ອະໄວຍະວະເພດດ້ວຍສະບູ ແລະ ນໍ້າສະອາດ. ຈາກນັ້ນ ໃຫ້ນັ່ງໂຢະ ຫຼື ນອນລົງເຮັດຄືທ່າເກີດລູກ ແລະ ໃຫ້ເຮັດຕາມຂັ້ນຕອນທີ 6 ແລະ 7. ພາຍຫຼັງເອົາສິ່ງຕົກຄ້າງອອກໝົດແລ້ວ ໃຫ້ນວດທ້ອງນ້ອຍ (ເບິ່ງໜ້າ 251). ທ່ານຍັງຈະຕ້ອງໄປຫາທ່ານໝໍໃຫ້ເພິ່ນເບິ່ງໃຫ້ຕື່ມເຖິງວ່າເລືອດ ໄຫຼຈະຄ່ອຍໆອ່ອນລົງແລ້ວກໍ່ຕາມ.



Health Care Leadership International
Field Based Cop

ອັນຕະລາຍ!
ການຕົກເລືອດ
ຫຼາຍພາໃຫ້ເປັນ
ຊັອກເຊິ່ງອາດພາ
ໃຫ້ເສຍຊີວິດໄດ້.
ຖ້າເປັນແນວນີ້
ໃຫ້ຮີບສົ່ງໂຮງໝໍ
ທັນທີ.



ເຄື່ອງດື່ມທົດແທນ
ການເສຍນ້ຳຂອງ
ຮ່າງກາຍໜ້າ 536.

ການສົ່ງນ້ຳທາງ
ຮູທະວານໜ້າ 537.



ສົ່ງໄປໂຮງໝໍ!

ອາການເປັນຊັອກ

ອາການເປັນຊັອກແມ່ນອາການທີ່ບົ່ງບອກເຖິງສິ່ງທີ່ເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ຊີວິດ
ເຊິ່ງອາດເປັນຍ້ອນຕົກເລືອດຫຼາຍ.

ອາການ:

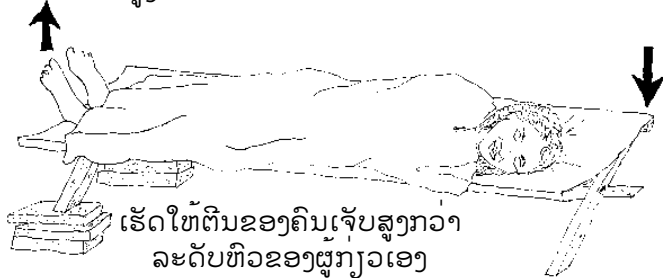
- ຫົວໃຈເຕັ້ນໄວຫຼາຍ, 110 ເພື່ອຕໍ່ມານີ
- ໜ້າຈືດ, ຮູສຶກໜາວ, ຜິວກາຍປຽກຊຸມ
- ຮີມຕາທາງໃນ, ຮີມປາກ, ຝາມີມີສີຈືດຈາງ
- ຫາຍໃຈໄວກວ່າເກົ່າ, ຫຼາຍກວ່າ 30 ເທື່ອຕໍ່ນາທີ
- ມີອາການສັບສົນ ຫຼື ໝົດລະຕິ (ເປັນລົມ)

ວິທີປິ່ນປົວກໍລະນີຜູ້ເປັນຊັອກຍັງມີສະຕິ

- ໃຫ້ແມ່ຍິງຜູ້ທີ່ເປັນຊັອກນັ້ນນອນລົງ, ໃຫ້ຕີນຢູ່ລະດັບສູງກວ່າຫົວ.
- ເອົາຜ້າຫົ່ມ ຫຼື ເຄື່ອງນຸ່ງ ຫົ່ມໃຫ້ຄົນເຈັບ.
- ຖ້າຄົນເຈັບຍັງກິນນ້ຳໄດ້ ໃຫ້ເອົານ້ຳໃຫ້ກິນໜ້ອຍໆ ຫຼື ເອົາເຄື່ອງດື່ມແກ້
ອາການຂາດນ້ຳໃຫ້ກິນ.
- ພະຍາຍາມບໍ່ໃຫ້ດື່ມປ່ວງ.
- ຖ້າທ່ານຮູ້ໃສ່ນ້ຳທະເລ ໃຫ້ພະຍາຍາມໃສ່ໃຫ້ຄົນເຈັບສາກ່ອນ.

ວິທີປິ່ນປົວກໍລະນີຜູ້ເປັນຊັອກໝົດສະຕິ

- ໃຫ້ຜູ້ປ່ວຍນອນສະແຄງຂ້າງໃຫ້ຫົວຕ່ຳລົງ, ສະແຄງຫົວໄວ້ ແລະ
ເຮັດໃຫ້ຕີນສູງຂຶ້ນກວ່າຫົວ.



- ຖ້າຜູ້ປ່ວຍຫາຍໃຈບໍ່ໄດ້ໃຫ້ຕົງລື້ນຂອງເຂົາອອກມາຄ່ອຍໆ.
- ຖ້າຜູ້ປ່ວຍຮາກໃຫ້ຮີບເຊັດສົບໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວທັນທີໂລດ.
ຕ້ອງເຮັດໃຫ້ຫົວຢູ່ລະດັບຕ່ຳ, ງ່ຽງ ຫຼື ສະແຄງຫົວຂອງຜູ້ປ່ວຍໄວ້ເພື່ອ
ລະວັງບໍ່ໃຫ້ລາວຫາຍໃຈເອົາຮາກເຂົ້າຫາປອດ.
- ບໍ່ຕ້ອງເອົາອັນໃດໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວກິນຈົນກວ່າຜູ້ກ່ຽວຈະຟື້ນຕົວໄດ້ໜຶ່ງຊົ່ວໂມງ
ແລ້ວ.
- ຖ້າທ່ານຮູ້ໃສ່ນ້ຳທະເລໃຫ້ລົງມືໃສ່ໂລດ. ຖ້າທ່ານບໍ່ຮູ້ໃສ່ນ້ຳທະເລ,
ໃຫ້ສົ່ງນ້ຳທາງຮູທະວານ (ເບິ່ງໜ້າ 541)

ບໍ່ຕ້ອງລໍຖ້າ ອສບ. ເອົາຜູ້ປ່ວຍໄປຫາແພດ ຫຼື ພາໄປໂຮງໝໍທັນທີໂລດ. ຜູ້ກ່ຽວ
ຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຈາກແພດດ່ວນ.

HealthPartners International
Field Draft Copy

ການຊົມເຊື້ອ.

ຖ້າມີການຊົມເຊື້ອກໍ່ອາດຈະເປັນການຊົມເຊື້ອແບບບໍ່ຮຸນແຮງ ຖ້າວ່າທຳແທ້ງ່ອນການຖືພາຈະຮອດ 3 ເດືອນ (12 ອາທິດ) ນັບແຕ່ມີເປັນປະຈຳເດືອນເທື່ອສຸດທ້າຍ.

ການຊົມເຊື້ອທີ່ຮຸນແຮງແມ່ນການຊົມເຊື້ອທີ່ຊົມເຂົ້າໄປໃນເລືອດ (ເຮັດໃຫ້ເລືອດມີພະຍາດ). ການເອົາລູກອອກພາຍຫຼັງທີ່ຖືພາເກີນ 3 ຫຼື 4 ເດືອນມັກຈະມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຊົມເຊື້ອແບບຮຸນແຮງ ຫຼື ໃນເວລາທຳແທ້ງ່ອນນັ້ນຖ້າເຮັດໃຫ້ມີດລູກບາດກໍ່ຈະເປັນສາເຫດຂອງການຊົມເຊື້ອຮຸນແຮງ. ການມີພະຍາດໃນເລືອດຈະເປັນອັນຕະລາຍຫຼາຍເຊິ່ງສາມາດພາໃຫ້ເປັນຊັກໄດ້.

ການຊົມເຊື້ອເກີດຂຶ້ນໄດ້ຍ້ອນ:

- ການເອົາມືຫຼືເຄື່ອງມືທີ່ບໍ່ສະອາດປ່ອນເຂົ້າໄປພາຍໃນມົດລູກ.
- ເອົາລູກອອກບໍ່ໝົດມີສິ່ງຕົກຄ້າງແລ້ວພາໃຫ້ຊົມເຊື້ອ.
- ອາດມີການຊົມເຊື້ອກ່ອນເວລາເອົາລູກອອກ.
- ມົດລູກດ້ານໃນເປັນແຜເວລາເອົາລູກອອກ.

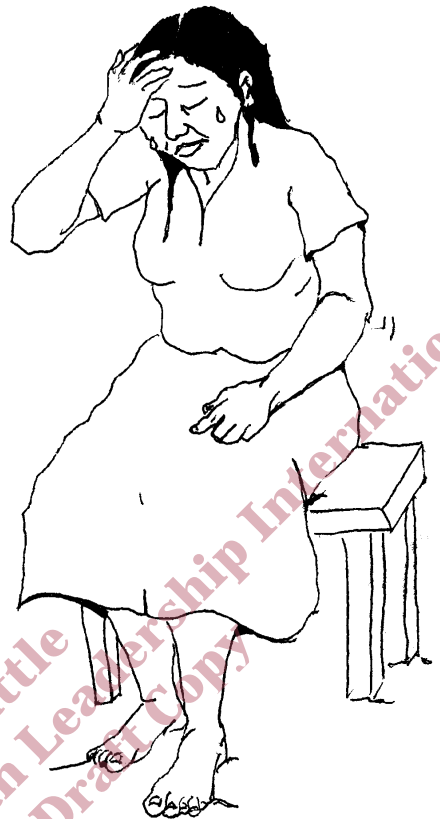
ອາການຂອງການຊົມເຊື້ອບໍ່ຮຸນແຮງ:

- ເປັນໄຂ້ໜ້ອຍໜຶ່ງ
- ເຈັບທ້ອງໜ້ອຍບໍ່ແຮງປານໃດ

ການປິ່ນປົວການຊົມເຊື້ອບໍ່ຮຸນແຮງ:

ເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຊົມເຊື້ອຮຸນແຮງກວ່າເກົ່າໃຫ້ໃຊ້ ຢາລຸ່ມນີ້ທັນທີໂດຍໃຊ້ຢາທີ່ລະບຸໄວ້ຢູ່ໜ້າ 256. ມັນມີຄວາມຈຳເປັນທີ່ຕ້ອງໃຊ້ຢາຫຼາຍຊະນິດເພາະວ່າການຊົມເຊື້ອພາຍຫຼັງທີ່ເອົາລູກອອກນັ້ນມັກຈະມີສາເຫດມາຈາກເຊື້ອຈຸລິນຊີຫຼາຍຊະນິດ.

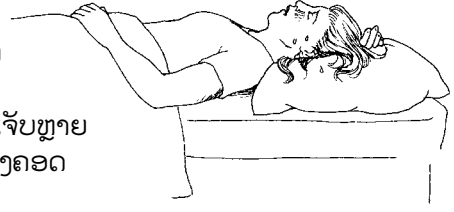
ຖ້າຢາທີ່ບອກຢູ່ໜ້າ 256 ແລະ 257 ບໍ່ມີໃຫ້ເບິ່ງໃນໜ້າສື່ຂ່າວຂອງປື້ມນີ້ ເພື່ອຊອກຫາຢາອື່ນແທນ. ໃນກໍລະນີລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມ ແມ່ຜູ້ເປັນແມ່ຕ້ອງປິ່ນປົວປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຊົມເຊື້ອ ໃນມົດລູກພາຍຫຼັງເກີດລູກແລ້ວ, ເບິ່ງໜ້າ 97.



HLI Seattle
 Health Leadership International
 Field Draft Copy

ອາການຊຶມເຊື້ອຮຸນແຮງ

- ໄຂ້ສູງ ແລະ ສັ່ນໜາວ
- ເຈັບປວດກ້າມເນື້ອ, ອ່ອນເພຍ ແລະ ເມື່ອຍຫຼາຍ
- ທ້ອງນ້ອຍຕົງຂຶ້ນ, ແຂງ ແລະ ເຈັບຫຼາຍ
- ມີນ້ຳເມືອກເໝັນອອກຈາກຊ່ອງຄອດ



ສົ່ງໂຮງໝໍ

ວິທີການປິ່ນປົວການຊຶມເຊື້ອຮຸນແຮງ:

- ເອົາຜູ້ປ່ວຍໄປສູກສາລາ ຫຼື ໄປໂຮງໝໍທັນທີ
- ໃຊ້ຢາຂ້າງລຸ່ມນີ້ທັນທີ ເຖິງວ່າຈະຢູ່ໃນຂະນະທີ່ກຳລັງໄປໂຮງໝໍກໍຕາມ. ຖ້າຜູ້ປ່ວຍກິນຢາໄດ້ ເອົາຢາຂ້າງລຸ່ມນີ້ໃຫ້ກິນ ແລະ ໃຫ້ກິນນ້ຳຫຼາຍໆ.

ຢາສຳລັບປິ່ນປົວການຊຶມເຊື້ອຮຸນແຮງພາຍຫຼັງເອົາລູກອອກ

ຢາສຳລັບກິນ		
ຊື່ຢາ	ປະລິມານ	ວິທີໃຊ້
Give all 3 medicines: ໃຫ້ກິນຢາທັງສາມຊະນິດຂ້າງລຸ່ມນີ້:		
ຢາເຊຟິກຊິມ (cefixime)	400 ມລກ	1 ຄັ້ງ
ແລະ		
ຢາໂດກຊີຊີຄລິນ (doxycycline)	100 ມລກ	2 ຄັ້ງຕໍ່ມື້, ເປັນເວລາ 14 ມື້
(ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ຢາໂດກຊີຊີຄລິນ ຖ້າທ່ານກຳລັງລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມແມ່)		
ແລະ		
ຢາເມໂຕຣິນິດາໂຊນລ໌ (metronidazole)	400 ຫາ 500 ມລກ	3 ຄັ້ງຕໍ່ມື້, ເປັນເວລາ 14 ມື້
ສິ່ງສຳຄັນ: ຖ້າພາຍໃນ 24 ຊົ່ວໂມງ ຫຼັງກິນຢາມື້ທຳອິດແລ້ວ ອາການຍັງບໍ່ດີຂຶ້ນ ໃຫ້ໄປໂຮງໝໍທັນທີ.		

ຖ້າຜູ້ປ່ວຍບໍ່ສາມາດກິນຢາໄດ້ ແລະ ຖ້າວ່າທ່ານຮູ້ສຶກຢາ ຫຼື ໃສ່ນ້ຳທະເລ ໃຫ້ພະຍາຍາມສັກຢາຊະນິດທີ່ບອກຢູ່ໜ້າຕໍ່ໄປນີ້. ບໍ່ຕ້ອງລໍຊ້າ, ໃຫ້ຮີບພາຜູ້ປ່ວຍໄປໂຮງໝໍທັນທີ ເພາະວ່າຈຳເປັນຕ້ອງໃຫ້ທ່ານໝໍປິ່ນປົວດ່ວນ.

ບາດທະຍັກ (TETANUS)

ແມ່ຍິງທີ່ຊຶມເຊື້ອ ຫຼື ມີອາການຕົກເລືອດຫຼັງຈາກເອົາລູກອອກຍ້ອນມີບາດແຜຢູ່ໃນມົດລູກແມ່ນມີໂອກາດທີ່ຈະເປັນພະຍາດບາດທະຍັກ ໂດຍສະເພາະແມ່ນເປັນຍ້ອນເຄື່ອງມືທີ່ໃຊ້ເອົາລູກອອກນັ້ນບໍ່ສະອາດ. ສະນັ້ນຈຳເປັນຕ້ອງສັກຢາວັກແຊັງປ້ອງກັນບາດທະຍັກທັນທີ (ເບິ່ງໜ້າ 515).



HLI Health Leadership International Field Draft Copy

ຢາສັກ

ຢາສັກທີ່ລະບຸໃນຫ້ອງຂ້າງລຸ່ມນີ້ແມ່ນເປັນປະເພດສັກເຂົ້າເສັ້ນ ຫຼື ປະເພດສັກເຂົ້າກ້າມເນື້ອ. ໃຫ້ເລືອກເອົາໜຶ່ງຫ້ອງ ແລະ ໃຫ້ສັກຢາທີ່ຢູ່ໃນຫ້ອງນັ້ນໃຫ້ໝົດ. ທ່ານຈະເລືອກເອົາຫ້ອງໃດນັ້ນມັນກໍ່ຂຶ້ນ ກັບວ່າຢາທີ່ຢູ່ໃນນັ້ນມີ ຫຼື ບໍ່, ແຕ່ທ່ານຕ້ອງໄດ້ໃຊ້ຢາທີ່ຢູ່ໃນຫ້ອງນັ້ນທັງໝົດໃຫ້ມີປະສິດຕິພາບ.

ສິ່ງສໍາຄັນ: ຈົ່ງສືບຕໍ່ສັກຢາເຫຼົ່ານັ້ນ ຈົນກວ່າຄົນເຈັບຈະໝົດອາການໄຂ້ຂຶ້ນ ເປັນເວລາ 48 ຊົ່ວໂມງ. ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ກິນຢາຕໍ່ໄປອີກ 2 ອາທິດ (ເບິ່ງໜ້າ 256). ຖ້າຫາກວ່າຄົນເຈັບຍັງບໍ່ດີຂຶ້ນພາຍໃນ 24 ຊົ່ວໂມງ ຫຼັງການສັກຢາເຂົ້າເສັ້ນ, ຄົນເຈັບຕ້ອງໄດ້ໄປໂຮງໝໍທັນທີ.

ຊື່ຢາ:	ປະລິມານ	ວິທີໃຊ້
ສັກຢາໝົດທັງ 3 ຊະນິດ		
ແຊບຕຣີອັກໂຊນ (ceftriaxone) (ທ້າມບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ຢາໂດກຊີຊີຄຼິນ ຖ້າທ່ານກຳລັງລຽງລູກດວຍນົມແມ່) ເມໂຕຣນິດາໂຊນ (metronidazole)	250 ມລກ ໂດກຊີຊີຄຼິນ (doxycycline) 400 ຫາ 500 ມລກ	ສັກເຂົ້າກ້າມເນື້ອ, 1 ຄັ້ງເທົ່ານັ້ນ ສັກເຂົ້າເສັ້ນເລືອດ ຫຼື ເອົາໃຫ້ກິນ, 3 ຄັ້ງຕໍ່ມື້
ຫຼື		
ສັກຢາໝົດທັງ 3 ຊະນິດ		
ແອມປິຊີລິນ (ampicillin)..... ເຊັນຕາມິຊິນ (gentamicin)..... ເມໂຕຣນິດາໂຊນ (metronidazole)...	2 ກຼາມ ສໍາລັບເຂັມທໍາອິດເທົ່ານັ້ນ, ແລະ ສໍາລັບເຂັມຕ່າງໄປແມ່ນ 1 ກຼາມ..... 80 ມລກ ສໍາລັບເຂັມທໍາອິດເທົ່ານັ້ນ, ແລະ ສໍາລັບເຂັມຕ່າງໄປແມ່ນ 60 ມລກ..... 400 ຫາ 500 ມລກ.....	ສັກເຂົ້າເສັ້ນເລືອດ ຫຼື ກ້າມເນື້ອ, 4 ຄັ້ງຕໍ່ມື້ ສັກເຂົ້າເສັ້ນເລືອດ ຫຼື ກ້າມເນື້ອ, 3 ຄັ້ງຕໍ່ມື້ ສັກເຂົ້າເສັ້ນເລືອດ ຫຼື ເອົາໃຫ້ກິນ, 3 ຄັ້ງຕໍ່ມື້
ຫຼື		
ສັກຢາໝົດທັງ 2 ຊະນິດ		
ຄຼິນດາມິຊິນ (clindamycin)..... ເຊັນຕາມິຊິນ (gentamicin)	900 ມລກ..... 80 ມລກ ສໍາລັບເຂັມທໍາອິດເທົ່ານັ້ນ, ແລະ ສໍາລັບເຂັມຕ່າງໄປແມ່ນ 60 ມລກ.....	ສັກເຂົ້າເສັ້ນເລືອດ, 3 ຄັ້ງຕໍ່ມື້ ສັກເຂົ້າເສັ້ນເລືອດ ຫຼື ກ້າມເນື້ອ, 3 ຄັ້ງຕໍ່ມື້

HLI Seattle
Health Leadership
International
Field Draft Copy



ເປັນລົມ ຫຼື ເສຍສະຕິ

ການເປັນລົມອາດເປັນອາການໜຶ່ງຂອງການເປັນຊ້ອກພາຍຫຼັງທີ່ເອົາລູກອອກ, ອາດຈະເປັນຍ້ອນເລືອດຕົກແຮງ, ມີບາດແຜຢູ່ພາຍໃນລະບົບສືບພັນ ຫຼື ການຊຶມເຊື້ອ. ສຳລັບການປິ່ນປົວການເປັນຊ້ອກໃຫ້ເບິ່ງໜ້າ 254. ຖ້າວ່າແມ່ຍິງຜູ້ທີ່ເປັນລົມຫາກພື້ນຄືນໄວ ແລະ ບໍ່ມີອາການຊ້ອກອີກໃຫ້ເອົານ້ຳໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວດົມຫຼາຍໆ ແລະ ຕິດຕາມຜູ້ກ່ຽວຢ່າງໃກ້ຊິດ.

ບາດແຜພາຍໃນຮ່າງກາຍ

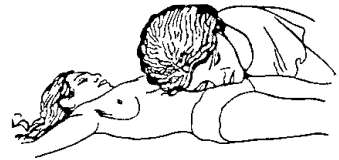
ການເປັນບາດແຜພາຍໃນຍ້ອນການເອົາລູກອອກມັກຈະເປັນສາເຫດມາຈາກການໃຊ້ເຄື່ອງມືທີ່ແຫຼມຄົມຊຶ່ງຢາກໃຫ້ມົດລູກບາດ. ເຄື່ອງມືທີ່ມີລັກສະນະແຫຼມຄົມນັ້ນອາດພາໃຫ້ພາກສ່ວນອື່ນພາຍໃນຮ່າງກາຍເປັນ

ບາດແຜ ເຊັ່ນ: ທໍ່ຮວຍໄຂ່, ຮວຍໄຂ່, ລຳໄສ້ ແລະ ພົກຍ່ຽວ.

ຖ້າແມ່ຍິງໄດ້ຮັບບາດແຜພາຍໃນຮ່າງກາຍ ຜູ້ກ່ຽວອາດຈະຕົກເລືອດຢູ່ພາຍໃນທ້ອງ ແຕ່ຈະມີຈຳນວນເລືອດໜ້ອຍດຽວທີ່ຕົກຜ່ານອອກທາງຊ່ອງຄອດ.

ອາການ: (ອາດມີອາການທັງໝົດ ຫຼື ບາງສ່ວນ)

- ທ້ອງແຂງ ແລະ ບໍ່ມີສຽງດັງອື່ນໆຢູ່ໃນທ້ອງ.
- ມີການເຈັບ ແລະ ປັ້ນທ້ອງຢ່າງແຮງ.
- ເປັນໄຂ້.
- ປັ້ນທ້ອງ ແລະ ຮາກ.
- ເຈັບປ່າເບື້ອງໜຶ່ງ ຫຼື ສອງເບື້ອງ.



ພັງເບິ່ງສຽງດັງຢູ່ໃນທ້ອງ ເປັນເວລາ 2 ນາທີ

ວິທີປິ່ນປົວ:

- ເອົາຜູ້ຮ່ວມຊີວິດມາຮ່ວມໄປໂຮງໝໍ ຫຼື ຄລີນິກ ບ່ອນທີ່ສາມາດຜ່າຕັດໄດ້ການເປັນບາດແຜພາຍໃນຕ້ອງໃຫ້ທ່ານໝໍຜ່າຕັດເປັນຜູ້ແກ້ໄຂບັນຫາທັນທີ ເພາະຖ້າປ່ອຍໄວ້ຈະພາໃຫ້ຊຶມເຊື້ອ, ເປັນຊ້ອກ ແລະ ເຖິງແກ່ຄວາມຕາຍໄດ້.
- ບໍ່ຕ້ອງເອົາອັນໃດໃຫ້ກິນ, ດື່ມ; ແມ່ນແຕ່ນ້ຳກໍບໍ່ໃຫ້ດື່ມ. ເວັ້ນເສຍແຕ່ວ່າ ການເດີນທາງໄປສູ່ສາລາ ຫຼື ໂຮງໝໍນັ້ນກິນເວລາເກີນກວ່າ 12 ຊົ່ວໂມງ. ໃນກໍລະນີນີ້ແມ່ນໃຫ້ກິນນ້ຳໜ້ອຍດຽວສາກ່ອນ ຫຼື ເອົາຜ້າແພຈຸບນນ້ຳໃຫ້ດູດກິນ.
- ຖ້າມີອາການຊ້ອກໃຫ້ປົວອາການຊ້ອກ (ເບິ່ງໜ້າ 254). ບໍ່ໃຫ້ມີສິ່ງໃດຕ້ານປາກຂອງຜູ້ກ່ຽວ ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວຫາຍໃຈໄດ້ດີ.
- ໃຫ້ຢາແກ່ຜູ້ຮ່ວມເພື່ອຕ້ານການຊຶມເຊື້ອຮຸນແຮງ (ໜ້າ 257), ແຕ່ຕ້ອງໃຫ້ພຽງແຕ່ວິທີສັກຢາໃສ່ເສັ້ນເລືອດເທົ່ານັ້ນ. ຖ້າເປັນໄປໄດ້ໃຫ້ສັກຢາວັກແຊັງກັນພະຍາດບາດທະຍົກ (ໜ້າ 515).



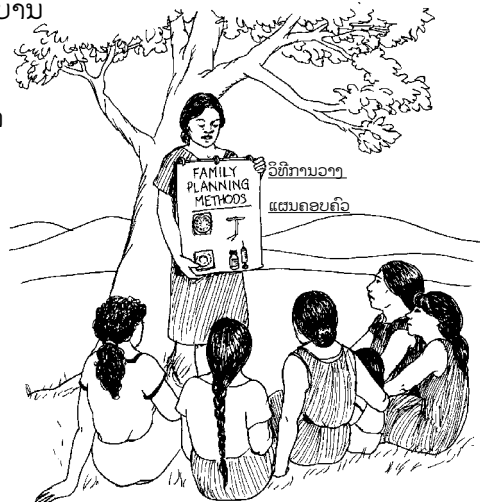
ສົ່ງໄປໂຮງໝໍ

HLIP Health Literacy Project International
Field Director

ຕໍ່ໄປນີ້ເປັນຄຳແນະນຳບາງຢ່າງທີ່ແມ່ຍິງບາງຄົນ ຫຼື ບາງກຸ່ມສາມາດນຳໄປປະຕິບັດເພື່ອປ້ອງກັນພະຍາດ ແລະ ການຕາຍຈາກການທຳແທ້ງ.

- ຊ່ວຍສຶກສາໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ຜູ້ຊາຍ, ແມ່ຍິງ ແລະ ຊຸມຊົນໃຫ້ຮູ້ວ່າການວາງແຜນຄອບຄົວ ສາມາດປ້ອງກັນການທຳແທ້ງໄດ້ແນວໃດ. ຈັດການຝຶກອົບຮົມກ່ຽວກັບ ການວາງແຜນຄອບຄົວໃຫ້ແກ່ພວກແມ່ຍິງທັງຫຼາຍຢູ່ໃນບ້ານ.
- ຊ່ວຍສຶກສາໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ແມ່ຍິງ ແລະ ພວກຍິງສາວໃນບ້ານໃຫ້ເຫັນອັນຕະລາຍຈາກການເອົາລູກອອກທີ່ບໍ່ປອດໄພ.
- ໄປພົບປະໂອລົມກັບຜູ້ທີ່ເຮັດການທຳແທ້ງໃຫ້ແມ່ຍິງຢູ່ໃນເຂດບ້ານ ຂອງທ່ານເພື່ອແນະນຳໃຫ້ເຂົາຮູ້ວິທີການທຳແທ້ງທີ່ປອດໄພ.
- ຊອກຮູ້ເບິ່ງວ່າບັນຫາເລື່ອງອາການແຊກຊ້ອນຈາກການທຳແທ້ງແນວໃດແດ່ ແລະ ຫາວິທີຊ່ວຍເຂົາເຈົ້າ. ຊອກ ຫາບ່ອນປິ່ນປົວໃນກໍລະນີເກີດອາການແຊກຊ້ອນຄວນແນະນຳໃຫ້ຜູ້ປ່ວຍໄປປິ່ນປົວໃສ່.
- ຄົ້ນຄວ້າເບິ່ງວ່າມີໃຜຈະສົ່ງຄົນເຈັບໄປໂຮງໝໍໃນກໍລະນີສຸກເສີນ. ຖ້າບໍ່ມີລົດໂຮງໝໍ ແລະ ມີລົດຜູ້ໃດຢູ່ໃນບ້ານທີ່ສາມາດພາໄປ. ຄວນເກັບສຳຮອງນຳມັນລົດ (ແອັດຊັງ ຫຼື ກາຊວນ) ໃສ່ພຸ່ຍໄວ້ເພື່ອຍາມສຸກເສີນ.
- ເກັບຮັກສາຢາຈຳນວນໜຶ່ງຈາກໜ້າ 484 ໄວ້ໃນຮ້ານຂາຍຢາ ຫຼື ຄລິນິກໃນບ້ານເພື່ອແກ້ໄຂບັນຫາສຸກເສີນຈາກການທຳແທ້ງ.

ການປ້ອງກັນການທຳແທ້ງແບບບໍ່ປອດໄພ



ການໃຫ້ຄວາມຮູ້ດ້ານການວາງແຜນຄອບຄົວສາມາດປ້ອງກັນການທຳແທ້ງໄດ້.

ຖ້າທ່ານເອງແມ່ນ ອສບ ໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຄຳແນະນຳດັ່ງນີ້:

- ພະຍາຍາມຝຶກອົບຮົມໃຫ້ຮູ້ວິທີເອົາລູກອອກດ້ວຍເຄື່ອງດູດສູນຍາກາດ (MVA). ບາງເທື່ອອາດມີຜູ້ໃດຜູ້ໜຶ່ງທີ່ສາມາດໃຫ້ການຝຶກອົບຮົມ ແກ່ ອສບ ຢູ່ໂຮງໝໍທ້ອງຖິ່ນໃກ້ຄຽງ. ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ເອົາລູກອອກໃຫ້ແມ່ຍິງຖ້າທ່ານບໍ່ໄດ້ ຜ່ານການຝຶກອົບຮົມ ແລະ ມີເຄື່ອງມືຄົບຖ້ວນເພື່ອຮັບປະກັນຄວາມປອດໄພ.
- ຈັດປະຊຸມກັບ ອສບ ຄົນອື່ນໆພາຍໃນເຂດເພື່ອພົບປະໂອລົມກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ທ້ອງຖິ່ນກ່ຽວກັບຄວາມສ່ຽງຈາກການເອົາລູກອອກແບບບໍ່ປອດໄພ. ເຖິງວ່າການທຳແທ້ງຈະບໍ່ໄດ້ຮັບອະນຸຍາດຈາກກົດໝາຍກໍຕາມ, ກໍ່ຄວນຈະມີການປິ່ນປົວອາການແຊກຊ້ອນຈາກການທຳແທ້ງເພື່ອຊ່ວຍເອົາຊີວິດຂອງແມ່ຍິງຜູ້ທີ່ພົບບັນຫາອາການແຊກຊ້ອນ.

ພະຍາຍາມບອກ (ຫຼື ປຸກລະດົມ) ແມ່ຍິງຜູ້ທີ່ພົບບັນຫາເຈັບເປັນຈາກການເອົາລູກອອກໃຫ້ເຂົາໄປປິ່ນປົວໂດຍບໍ່ຕ້ອງປິດບັງຕົວເອງ.

ຈົ່ງປິ່ນປົວແມ່ຍິງທີ່ຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຈາກທ່ານດ້ວຍຄວາມອ່ອນໄຫວ

ແມ່ຍິງສ່ວນຫຼາຍທີ່ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອເພື່ອປິ່ນປົວ ພາຍຫຼັງເອົາລູກອອກມັກຈະຖືກປະຕິເສດ ຫຼື ໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວແບບບໍ່ເອົາໃຈໃສ່ຈາກແພດ. ບາງຄົນຖືກແພດໝໍປະຈານໜ້າໃຫ້ເກີດຄວາມໜ້າ ອາຍ ຫຼື ບໍ່ປິ່ນປົວໃຫ້ຂ້າຊຶ່ງຖືວ່າເປັນການລົງໂທດທີ່ໄດ້ເອົາລູກອອກ. ບໍ່ວ່າທ່ານຈະມີທັດສະນະຕໍ່ການເອົາລູກອອກ ແນວໃດກໍຕາມ ທ່ານບໍ່ຄວນເບິ່ງຜູ້ຍິງທີ່ເອົາລູກອອກນັ້ນແບບຜິດພາດ ແລະ ທ່ານກໍຕ້ອງເອົາໃຈໃສ່ຊ່ວຍເຫຼືອດ້ວຍຄວາມເຫັນອົກເຫັນໃຈ. ບໍ່ວ່າແຕ່ໃຜໃນຄັ້ງໜຶ່ງຂອງຊີວິດອາດບໍ່ຕ້ອງການຢາກມີລູກ ໃນນີ້ກໍອາດລວມທັງຕົວເຮົາເອງດ້ວຍ. ສະນັ້ນຂໍໃຫ້ທ່ານຈົ່ງເອົາໃຈໃສ່ປິ່ນປົວຄົນອື່ນເໝືອນດັ່ງທີ່ທ່ານຕ້ອງການໃຫ້ຄົນອື່ນປິ່ນປົວທ່ານ ຫຼື ລູກສາວຂອງທ່ານເອງ.

