



Vifaa vinavyotumika katika ukunga sharti viwe safi. Hii inaweza kufanyika kwa kuvichemsha na maji kwa dakika 20.

 

Wakati mama au mtoto ameishiwa na maji sana, ngozi itakunjamana ikifinywa kwa vidole viwili. Hii ni dalili ya hatari.

 

Kumpa kinywaji cha kumwongeze maji kitamsaidia mama ambaye ameishiwa na maji au ametokwa na damu nyingi.

 

Katika mwezi wa mwisho wa uja uzito, peleleza kwa makini namna mtoto alivyokaa kwa kupapasa papasa tumbo la mama ukitafuta kichwa cha mtoto. Utakisikia kikiwa kigumu na mviringo utakapo bonyeza taratibu kutoka upande mmoja hadi mwingine.

 

Kama kicha (sehemu ngumu ya mviringo) kiko juu, mtoto anakuja kwa kutanguliza matako (matako chini) na uzazi unaweza kuwa hatari. Mama anapaswa azalie mtoto wake hospitalini.

 

Kama mtoto amelalia pembeni, hataweza kuzaliwa kwa njia ya kawaida. Itabidi mama apasuliwe ili kumzalisha mtoto kama waganga hawawezi kumgeuza mtoto na kumweka kichwa chini. Wakati mwingine namna mtoto alivyolala tumboni inaweza kubadilishwa ili mama aweze kujifungua kwa kawaida lakini hatua hii inapaswa infanyiwe hospitalini na waganga waliofunzwa.

 

Ni muhimu kupima mapigo ya moyo ya mtoto wakati wa ujauzito (baada ya miezi 5) na wakati wa kujifungua. Mapigo yanapaswa kuwa 120 hadi 160 kwa dakika, takriban mara mbili ya mapigo ya kawaida ya moyo wa mtu mzima. Wakati wa kujifungua, pima mapigo ya moyo ya mtoto angalau mara moja kila muda wa saa moja.

 

Anza kunyonyesha mara moja baada ya kuzaa ili kusaidia utoaji wa kondo na kupunguza utokwaji wa damu.

 

Kiunga-mwana hurefuka na damu hutoka wakati kondo linatawanyika kutoka kwenye mji wa mimba.

 

Ni baada ya hii ambapo mvuto kidogo wa kiunga-mimba utatoa kondo. Kama kawaida shikilia mkono wa mji wa mimba.

 

Kwa utaratibu, elekeza membreni nje kutoka kwa "uke" kwa kutoa maji-maji ya baada ya kuzaa kwa makini.

 

Sehemu ya chini ilikuwa imeunganishwa na mji wa mimba wa mama. Ichunguze kwa makini ili kuhakikisha hakuna kipande kimesalia ndani yake. Kusalia kwa kipande chochote cha kondo ndani kunaweza kusababisha utokwaji wa damu nyingi mara hiyo hiyo au baada ya wiki kadhaa.

 

Mishipa ya damu ya kondo huunda umbo sawa na matawi ya mti. Na huitwa "mti wa uhai".

 

Kina mama ambao huwatia wanao viganjani na kuwaelekeza kifuani moja kwa moja hutokwa na damu kidogo.

 

Kama damu itaendelea kutoka kwa muda mrefu baada ya kuzaa, mkando wa nje kwenye mji wa mimba utasaidia. Aidha, toa tembe 4 za Misoprostol na uziweke chini ya ulimi wa mama.

 

Kwenye klinik au hospitali ambapo pana usafi, kukanda ndani ya sehemu ya uke kwenye tumbo kunaweza kusaidia sana. Hili linaweza kujaribiwa kwa dharura wakati wa kumleta mama hospitalini.

 

Kama kumchangamsha mtoto apumue kwa kutumia taulo kutashindikana, mpulizie hewa pole pole kwa mdomo kumsaidia kuanza kupumua.

 

 

Images in this book come from *A Book for Midwives*, Hesperian Health Guides, www.hersperian.org.