

• •

## Chapit 8

# Fason pou egzamine yon fanm ansent

Nan chapit sa a:

<b>Pale avèk manman an .....</b>	<b>109</b>
Obsèvre sante li an jeneral .....	110
Mande l si li gen noze oubyen si l vomi .....	110
Mande l si l santi feblès .....	111
Mande l si vajen l konn senyen.....	112
<b>Egzamine kò manman an .....</b>	<b>116</b>
Chèche wè si l fè anemi .....	116
Chèche siy ki montre li mal nouri oswa li manke yòd .....	117
Pran pwa manman an .....	118
Kontwole tanperati manman an .....	119
Kontwole batman kè manman an.....	120
<b>Egzamine bebe a .....</b>	<b>130</b>
Mezire matris manman an.....	130
Chèche wè pozisyon bebe a .....	135
<b>Apre w fin fè egzamen an.....</b>	<b>144</b>
Pran randevou pou l tounen pou yon lòt vizit.....	144
<b>Kenbe yon dosye swen sante pou fanm ansent .....</b>	<b>145</b>

# FASON POU EGZAMINE YON FANM ANSENT

CHAPIT

8

Lè w ap egzamine yon fi ki ansent, gen 3 bagay pou w fè: pale avèk manman an, egzamine kò l, epi egzamine bebe a. Eseye ekri sou papye tout enfòmasyon w aprann sou manman an ak bebe a pandan vizit la.

Pou chak pati nan konsiltasyon an, se pou w ekri ni bon siy yo ni move siy yo. Si w remake yon move siy, se pou w fè tout sa w dwe fè yo. Petèt ou ka ede manman an poukont ou, osinon li ka bezwen lòt èd medikal. Gendelè, nou ankouraje w chèche konsèy medikal. Sa vle di w ap bezwen pale avèk yon doktè oswa avèk yon lòt pwofesyonèl lasante ki abil e ki kalifye ki pou ede w konnen si se yon ka dijans, oubyen si li pa twò grav. Si pa gen doktè ki ka ba w konsèy, ou dwe voye fi a nan yon sant sante kote yo ka ede l.



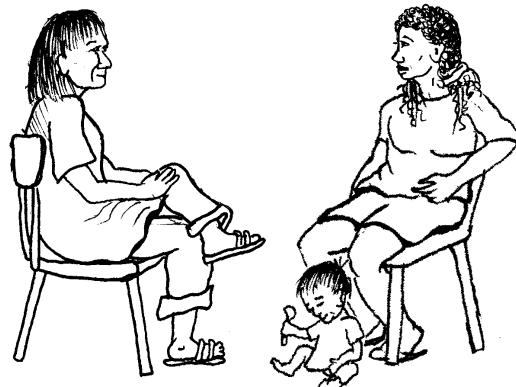
**ATANSYON!** Men siy avètisman ki pi enpòtan pou w chèche lè w ap egzamine yon fanm ansent:

1. San k ap koule nan vajen l (gade paj 112)
2. Gwo doulè nan vant (gade paj 113)
3. Fyèv ki cho anpil (gade paj 120)
4. Tansyon wo, tèt fè mal, tèt vire, je l twoub (gade paj 125)

Nan chak konsiltasyon, fè manman an sonje pou l al kay doktè si l gen nenpòt nan siy sa yo.

## Pale avèk manman an

Kòmanse konsiltasyon an avèk yon senp konvèsasyon. Mande l kòman l santi l, epi kòman gwosès la ye. Chèche konnen si l gen bagay ki ba l pwoblèm, oswa si l gen kesyon.



## OBSÈVE SANTE LI AN JENERAL

**BON SIY** Manman an sanble li an sante epi kè l kontan, pandan w ap gade l, w ap tande l.

**MOVE SIY** Manman an sanble li pa an sante epi kè l pa kontan, pandan w ap gade l, w ap tande l.

Pandan w ap pale ak manman an, obsève tout sa w kabab sou kondisyon sante li. Pa egzanp:

- Èske li gen anpil enèji, oubyen èske li fatige e kò l pa bon?
- Èske li ka fè mouvman san pwoblèm, oubyen èske kò l rèd e li fè mouvman dousman?
- Èske li panse e pale san pwoblèm, oubyen èske lespri li bouye?
- Èske po kò li nòmal, oubyen èske li gen maleng ak gratèl?
- Èske sanble kè l kontan, oubyen èske li tris?



Si manman an sanble li pa an sante, ba l plis swen, menmsi w pa konnen ki pwoblèm li genyen egzakteman. Si w remake li gen yon bagay ki pa mache byen, se pou w pran sa oserye, epi fè l sonje pou l di w sa tousuit si li santi l ap vin pi mal. Li ka bezwen ale kay doktè.

## MANDE L SI L GEN NOZE OUBYEN SI L VOMI

**BON SIY** Manman an pa gen noze epi li pa vomi, oswa li gen ti noze pandan premye 3 a 4 mwa gwosès yo.

### MOVE SIY

- Manman an vomi anpil; menm dlo pa vle ret nan vant li.
- Manman an fè pipi touputi sèman, oswa li pa ka pipi, oubyen pipi a fonse anpil.
- Manman an gen sèlman 1 kilo (2 liv) pwa anplis pa mwa apre 3 premye mwa yo.

Gen anpil fi ki gen noze nan premye 3 a 4 mwa gwosès yo. Pa vrèman gen danje nan sa. Sepandan, si fi a ap vomi anpil, si li santi l twò malad pou l manje, oswa si li pa ka menm kenbe dlo san l pa vomi, l ap gen pwoblèm. Li menm ak bebe a ka vin mal nour. Petèt noze a montre gen yon lòt bagay ki pa mache.

**Si noze a pa twò rèd** e se nan kòmansman gwosès la, gade nan paj 73 pou w ka jwenn kèk remèd pou w bay manman an. Si remèd sa yo pa fè efè, oswa si vomi an toujou rèd anpil, chèche konsèy medikal. Gen medikaman ki ka ede kalme lestomak li pou l ka manje.

**Si manman an gen dyare** (ki likid) oswa lòt siy maladi ansanm ak vomisman an, chèche konsèy medikal. Yo dwe egzamine l pou wè si l fè enfeksyon, malarya, ilsè lestomak, ak parazit (tankou vè ak lòt tibèt ki konn nan trip moun).

**Si manman an gen parazit** men yo pa ba l gwo pwoblèm, li ka pi bon pou l ret tann li fin akouche anvan l pran medikaman. Gen kèk medikaman pou parazit ki pa bon pou bebe a, sitou pandan 3 premye mwa gwo sèt yo. Men, si parazit yo bay gwo maladi epi si kò fi a pa ka pran gwo sèt jan l dwe fè sa, oswa si l gen lòt siy maladi, chèche konsèy medikal.

**Si likid pa ka rete nan vant manman an** epi si li pa ka pipi, fè l wè doktè san pèdi tan. Li ka gentan dezidrate (kò l sèch), e sa trè danjere. L ap bezwen sewòm (likid yo bay nan venn, gade paj 350) ak medikaman. Si w konnen ki jan pou w bay sewòm, kòmanse ba li l pandan nou sou wout pou n al kay doktè a.

**Si gen lòt moun nan kominote a ki gen menm pwoblèm noze** ak vomisman ak dyare a, kapab gen yon pwoblèm nan dlo moun ap bwè nan zòn nan. Nan ka sa a, sa pap ede l pou l pran medikaman pou parazit si l ap tounen pran menm parazit sa yo ankò nan move dlo l ap bwè a. Si dlo a pa bon pou moun bwè, fi a dwe bwè l sèlman lè l fin bouyi l oswa lè l fin fè manje avè l. Gade liv ki rele **Kote Fanm Pa Jwenn Doktè** pou wè kòman w ka trete dlo byen fasil.



## MANDE L SI L SANTI FEBLÈS

**BON SIY** Manman an gen anpil enèji.

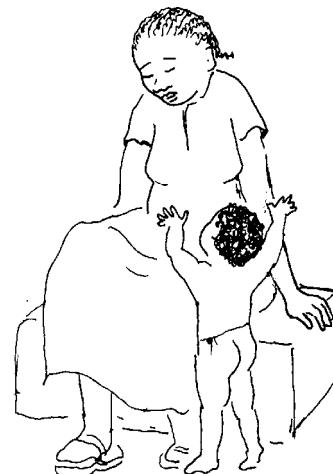
**MOVE SIY** Manman an santi feblès oswa li fatige toutan, sitou apre 4<sup>yèm</sup> mwa gwo sèt la.

Se toutafè nòmal pou yon famm ansent anvi dòmi toutan pandan 3 premye mwa yo ak nan dènye 4 a 5 semèn gwo sèt yo. Men, pandan tout lòt lè gwo sèt la, li ta dwe gen anpil enèji.

Si yon famm ansent santi li fèb oswa fatige pandan anpil tan, li ka gen youn oswa kèk nan pwoblèm sa yo:

- Malnitrisyon (gade paj 33-42)
- Anemi (gade paj 116)
- Depresyon (tristès, gade paj 274)
- Li travay twòp
- Maladi

Ede l chèche konnen ki sa ki ba l feblès la. Yon fi ki soufri ak feblès gen plis chans pou l gen pwoblèm lè l gen tranche ak lè l ap akouche a. Epitou, bebe a gen plis chans pou l malad.



## MANDE L SI VAJEN L KONN SENYEN

### BON SIY

- Pa gen san.
- Gen ti tras san toupiti ki dire kèk jou pandan premye mwa gwochè yo, men pa gen lakranp.
- Gen yon ti glè k ap soti nan vajen an ki woz oswa ki gen yon ti san, 2 ou 3 jou anvan tranche a kòmanse. Glè sa a rele plòg glè a.



### MOVE SIY

- San koule menm jan ak lè 1 te konn gen règ li, nenpòt ki lè pandan gwochè la.
- San koule ansanm ak doulè, nenpòt ki lè pandan gwochè la.
- San koule san doulè, pandan 2<sup>yèm</sup> mwatye gwochè la (sa ka vle di plasenta a desann twò ba)

### *San ak lakranp nan premye 6 mwa yo*

Si manman an ap senyen epi li gen lakranp, gendwa se yon foskouch l ap fè. Si san an vini toupiti, li pa oblige sa a.

Chèche èd kay doktè si:

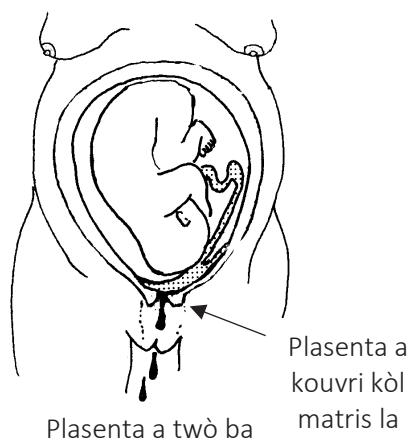
- San an koule menm jan ak lè 1 te konn gen règ, oswa li pi fò toujou.
- Manman an gen plis pase 3 mwa ansent.
- Manman an gen fyèv.
- Vajen l gen move sant oubyen l ap fè l mal.

Gade Chapit 22 a pou aprann kòman w ka ede yon fi ki fin fè yon foskouch.

### *Plasenta a twò ba*

San ki pa vini ak doulè, sitou nan 2<sup>yèm</sup> mwatye gwochè la, ka vle di plasenta a kouvri (oswa prèske fin kouvri) kòl matris la olye pou l rete nan plas li nan tèt matris la. Lè sa a yo konn di plasenta a twò ba. Lè kòl matris la kòmanse ouvri nan fen gwochè la, bò matris la ki te kole ak plasenta a pa gen pwoteksyon ankò. Se tankou yon maleng ki ouvè. San manman an pase nan plasenta a epi l soti nan vajen an. Sa trè danjere. Manman an ak tout pitit la ka mourir.

**Pinga w janm fè yon egzamen vaginal pou yon fi ki gen pwoblèm plasenta twò ba a.** Gade si l pa nan eta chòk (gade paj 239), epi mennen l kay doktè tousuit!



## MANDE L SI LI GEN DOULÈ KI PA NÒMAL NAN VANT, NAN DO, OSWA NAN JANM

**BON SIY** Pa gen doulè nan vant, nan do, oswa nan janm. Oubyen, gen ti doulè nòmal ki fè l yon tijan malalèz, tankou:

- Ti lakrancp ki vini yon lè konsa nan vant (yo rele yo fo kontraksyon, gade paj 150).
- Doulè sibit byen pike sou kote anba vant lan. Doulè sa a dire kèk minit, apre sa li pase (gade paj 79).
- Doulè nan senti ki kalme apre yon ti repo, yon masaj, oswa egzèsis.
- Doulè pike nan dèyè, ki desann nan janm yo, men ki kalme apre yon ti repo.

**MOVE SIY** Si mannan an gen youn nan doulè sa yo, se kapab yon pwoblèm grav:

- Lakrancp oswa doulè nan vant pandan 6 premye mwa yo ki kontinye ap vin pi fò oubyen ki regilye, se kapab kòmansman yon foskouch. (Gade paj 91.)
- Doulè nan yon janm ki pa janm pase kapab se san ki kaye nan janm nan. (Gade paj 273.)
- Doulè san rete anba vant lan ki vire sou kote pou ale nan do a, oswa doulè nan do ki pa ka kalme menm apre repo, masaj, oswa egzèsis. Se kapab yon enfeksyon nan vesi oswa nan ren ki fè sa, sitou si mannan an gen fyèv. (Gade paj 128.)
- Nenpòt doulè nan vant ansanm ak fyèv ka vle di gen yon enfeksyon nan matris la. (Gade paj 179.)
- Doulè nan vant ki pa janm pase nan fen gwosès la ka vle di plasenta a ap dekole anndan matris la. (Gade paj 114.)
- Doulè rèd san rete nan vant lan oswa sou kote vant lan nan premye 3 mwa yo ka vle di bebe a ap grandi nan yon twonp. (Gade pi ba a.)

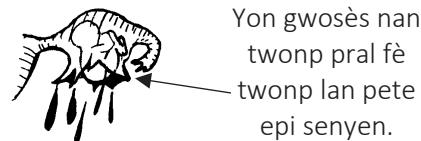
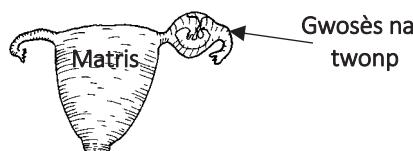


### Doulè san rete nan kòmansman gwosès la (gwosès nan twonp)

Doulè nan vant san rete pandan 3 premye mwa gwosès yo ka vle di bebe a kole yon move kote.

Nòmalman, bebe grandi nan matris la, kote yo dwe ye. Men, yon lè konsa, li ka kòmanse grandi nan tib ki rele twonp lan, ki konekte ovè a ak matris la. Yo rele sa yon gwosès nan twonp, e li trè danjere.

Okòmansman, twonp lan jis detire. Men, pandan bebe a ap grandi, mannan an ka santi yon ti boul k ap fè l mal sou kote l. Apre sa, anvan li gen 3 mwa ansent, twonp lan pete epi li kòmanse senyen. Souvan, san sa a rete pa anndan an, kote pèsonn pa ka wè l, men li ka touye mannan an. Si w sispèk ptit la ap grandi nan twonp lan, **mennen fi a lopital san pèdi tan!** Gade si l pa nan eta chòk (gade paj 239).

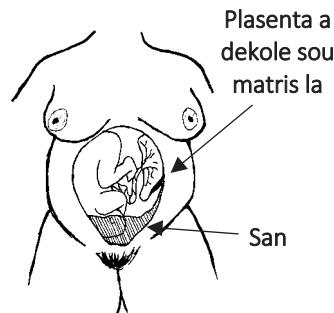


Yon gwosès nan twonp pral fè twonp lan pete epi senyen.

### Doulè ak san nan dènye lè gwo sès la (plasenta a dekole)

Doulè nan vant pandan detwa mwa anvan akouchman an ka vle di plasenta a dekole ak matris la. Yo rele sa plasenta dekole (gade paj 184). Lè sa a, fi a ka gen anpil san k ap koule anndan l. Lè matris la chaje ak san, li ka vin di. Se yon bagay ki danjere anpil, ni manman an ni pitit la ka mouri. Voye l lopital menm kote a! Gade si l pa nan eta chòk (gade paj 239).

**Note sa:** Yon fanm ansent ka gen yon doulè nan vant san sa pa gen okenn rapò ak gwo sès la. Doulè a ka soti nan maladi ki rele apenndisit (enfeksyon nan yon pati nan trip yo ak fyèv, doulè sou bò kote dwat vant la, epi mank apeti), parazit (avèk noze ak dyare), oswa ilsè lestomak (pafwa avèk vomisman ak poupou ki nwa e ki pwès). Si w remake manman an gen youn nan pwoblèm sa yo, chèche konsèy medikal.



### MANDE L SI L MAL POU L PRAN SOUF (RESPIRE)

**BON SIY** Ti pwoblèm pou l pran souf se yon bagay ki nòmal, sitou lè jou akouchman an prèske rive.

**MOVE SIY** Si li vrèman mal pou l pran souf, se yon move siy, sitou si l gen lòt siy maladi tou.

Gen anpil fi ki gen ti pwoblèm pou yo pran souf lè yo gen 8 a 9 mwa ansent. Se paske lè bebe a kòmanse gwo, li peze sou poumon yo epi sa vin fè gen mwens espas pou l respire. Li ka vin pi fasil pou manman an pran souf lè bebe a glise desann pi ba nan vant lan tousuit anvan tranche a kòmanse.

Men lòt bagay ki ka bay pwoblèm respirasyon:

- Alèji
- Anemi (gade paj 116)
- Pwoblèm kè
- Tibèkiloz (TB, yon maladi nan poumon ki kontagèz)
- As (Opresyon)
- Enfeksyon nan poumon
- San kaye nan poumon (gade paj 273)



Si se toutan manman an mal pou l pran souf, oubyen si l te gen gwo pwoblèm pou l pran souf, menmsi se yon sèl fwa, oswa si w panse li gen nenpòt nan maladi ki pi wo yo, chèche konsèy medikal.

## CHÈCHE WÈ SI LI FÈ DYABÈT (MALADI SIK)

### MOVE SIY

Si yon fi gen kèk nan siy sa yo, li ka dyabetik. Fi ki dyabetik pa oblige gen tout siy sa yo. Men, plis siy fi a bay, gen plis chans pou se dyabèt li fè:

- Li te fè dyabèt lè 1 te ansent lòt pitit.
- Youn nan lòt pitit li yo te fèt twò gwo (plis pase 4 kilo oswa 9 liv), oswa lòt pitit te fèt tou malad, oswa yo te mouri san moun pa konnen poukisa.
- Li twò gra.
- Li swaf toutan.
- Li gen enfenksyon chanpiyon chak lè.
- Lè 1 blese, sa pran tan pou 1 geri.
- Li fè pipi pi souvan pase lòt fanm ansent.
- Matris li twò gwo pou kantite mwa li genyen depi 1 ansent lan.



Lè yon fi fè dyabèt, kò li pa ka itilize sik li gen nan san l. Gen yon egzamen san yo fè pou wè si yon moun dyabetik. Mande depatman sante a oswa dispansè nan zòn nan si yo ka fè egzamen an pou li. Pi bon lè pou yo fè egzamen an se apre 6 mwa (24 semèn) gwosès.

#### Yon tès byen senp pou dyabèt



Mande fi a pou 1 pipi nan youn bokal oswa nan youn gode. Kite bokal/gode a deyò. Si foumi monte nan pipi a, samble li gen sik ladan l. Sa se yon siy ki montre li fè dyabèt.

### Ki jan pou ede yon fi ki dyabetik

Dyabèt ka fè yon fanm ansent malad anpil epi li ka fè akouchman an gen gwo pwoblèm. Bebe a ka twò gwo, li ka fèt tou domaje, oswa li ka vin malad anpil epi li mouri apre 1 fin fèt.

Souvan, yon fi ki fè dyabèt ka amelyore pandan gwosès la si l manje kòrèkteman epi li fè egzèsis. Pafwa se medikaman pou 1 pran pou pwoblèm nan pa vin twò grav.

Si w panse yon fi fè dyabèt, li dwe al kay doktè. Li sipoze fè pitit la nan yon lopital. Li dwe manje yon varyete bagay ki bon pou sante a (gade paj 33 a 42), evite sirèt ak sik, epi manje yon ki kantite manje tanzantan.

Pou w jwenn plis enfòmasyon sou dyabèt, gade liv ki rele **Kote Ki Pa Gen Doktè** oswa yon lòt liv medikal.

## Egzamine kò manman an

### CHÈCHE WÈ SI L FÈ ANEMI

**BON SIY** Li an sante epi li gen anpil enèji

#### MOVE SIY

- Ni anndan po je l, ni zong li yo, ni jansiv li, yo tout yon tijan pal.
- Li konn gen tèt vire oswa li konn endispoze.
- Feblès ak fatig.
- Kè l bat twò vit (plis pase 100 fwa pa minit).
- Li mal pou l respire.



Yo ka fè yon egzamen san pou wè si yon moun fè anemi.

Lè yon moun fè anemi, jeneralman sa vle di li pa manje ase bagay ki gen fè ladan yo (gade paj 36). Fè a pèmèt san an pote oksijèn soti nan lè nou respire a pou l ale tout kote nan kò a. Gen kèk kalite anemi ki se rezulta maladi, se pa pwoblèm manke fè. Gen lòt anemi tou ki soti nan ras (yo rele sa anemi jenétik). Ni manje ki gen fè ni medikamen ki gen fè pa ka geri kalite anemi sa yo.

Gen anpil fanm ansent ki fè anemi, sitou fi ki pòv. Fi ki fè anemi pa gen ase fòs pou yo byen akouche, epi yo gen plis chans pou yo senyen anpil, pou yo tonbe malad apre akouchman an, oswa pou yo mouri.

### Ki jan pou trete anemi

Souvan anemi kapab trete avèk manje ki gen fè (tankou pwa, patat, ak vyann), ansanm ak manje ki gen vitamin C (fwi tankou zoranj, sitwon, chadèk, ak tomat), oswa avèk medikamen ki gen fè. Apre w fin fè tretman sa yo, se pou w egzamine fi a ankò apre 4 semèn. Si l pa kòmanse fè mye, chèche konsèy medikal. Li ka gen yon maladi, oswa li ka bezwen yon pi gwo dòz medikaman ki gen fè.



Manje ki gen anpil

#### Pou trete anemi avèk konprime fè

- Bay 300 a 325 miligram (mg) Silfat fere ("ferrous sulfate"), nan bouch, 2 fwa pa jou.



Si yon fi fè gwo anemi nan 9<sup>yèm</sup> mwa gwosès la, li dwe akouche nan yon lopital.

## CHÈCHE SIY KI MONTRE LI MAL NOURI OSWA LI MANKE YÒD

**BON SIY** Li an sante epi li gen anpil enèji.

**MOVE SIY**

**Siy ki montre yon moun mal nouri:**

- Pa anvi manje.
- Pa gwosi.
- Feblès ak move sante.
- Maleng, gratèl, oswa lòt maladi po.
- Jansiv ki gen maleng oswa k ap senyen
- Pwoblèm lestimak oswa dyare.
- Chalè nan pye oswa pye angoudi.



**Siy ki montre yon moun manke yòd:**

- Gwat (gwo boul anba kou)
- Timoun ki kout, ki soud, oswa ki gen ipètiwoyidi (yon maladi ki afekte mantal yo)

Gade paj 38 pou wè kòman moun ka jwenn plis yòd.

## Ki sa k ka fèt pou pwoblèm mal nouri a

Meyè fason pou nou ede moun ki mal nouri, oubyen anpeche pwoblèm nan, se pou nou ede yo manje pi byen. Chèche konnen ki kalite manje manman an manje. Gade paj 33 a 42 pou wè sa w ka fè pou ede manman an manje pi byen. Sonje sa: grenn vitamin avèk fotifyan ka ede fanm ansent, men yo pa pi bon pase bonjan kalite manje.



Fi ki mal nouri gen plis chans pou yo gen pwoblèm pandan akouchman, pou yo fè pitit ki twò piti, epi yo ka pran plis tan pou yo refè apre akouchman an. Si w panse yon fi ka gen pwoblèm pandan akouchman an paske li mal nouri, chèche konsèy medikal.

## PRAN PWA MANMAN AN

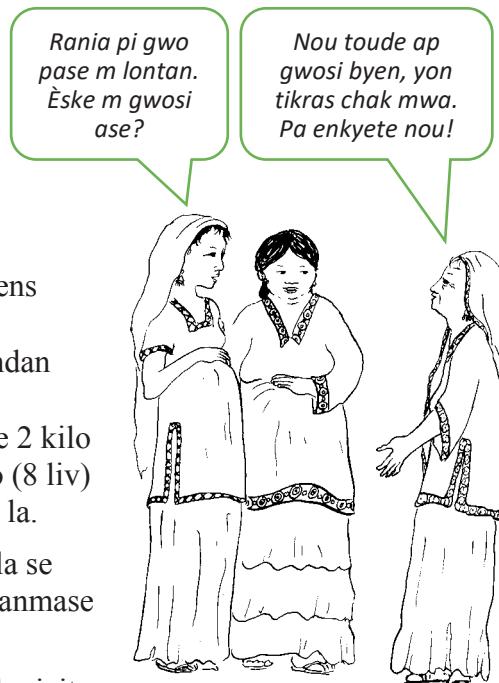
**BON SIY** Tikras pa tikras, manman an pran ant 9 a 18 kilo (20 a 40 liv) pandan gwosès la. Sa vle di 1 a 2 kilo (2 a 4 liv) chak mwa.

### MOVE SIY

- Manman an rete tou mens oubyen li pran mwens pase 9 kilo (20 liv) pandan gwosès la.
- Manman an pran plis pase 19 kilo (42 liv) pandan gwosès la.
- Manman pran anpil pwa yon sèl kou: plis pase 2 kilo (4 liv) nan yon semèn, oubyen plis pase 4 kilo (8 liv) nan yon mwa, sitou nan 2 dènye mwa gwosès la.

Pifò nan pwa manman an pran pandan gwosès la se pwa bebe a, plasenta a, ak sak dlo a. Manman an ranmase yon ti grès tou. Sa bon pou sante l.

Si w gen yon balans, pran pwa manman an chak vizit. Si sa posib, itilize menm balans la chak fwa.



### Ki sa pou w fè si w remake move siy

#### *Manman an rete tou mens oubyen li pa pran ase pwa*

Gen fi ki mens oswa ki piti, e yo ka rete konsa pandan gwosès la. Se nòmal. Men, tout fanm ansent ta sipoze pran pwa regilyèman. Si manman an pa pran ase pwa, chèche konnen poukisa. Poze manman an kesyon sou:

- Sa l manje ak apeti li (gade paj 33).
- Siy parazit (gade paj 37).
- Si l nan dwòg (gade paj 46).
- Noze ak vomisman (gade paj 73).
- VIH ak SIDA (gade paj 99).
- Pwoblèm lajan (pa gen ase kòb pou l byen manje, gade paj 104).

#### *Manman an twò gwo oswa li ranmase anpil pwa.*

Fi tout gwosè kapab an sante epi yo ka fè yon bon akouchman. Men, lè yon fi ranmase anpil pwa, sa ka vle di li fè dyabèt. Si yon fi twò gra, oswa li ranmase twòp pwa pandan gwosès la, chèche wè si li gen senmtòm dyabèt (gade paj 115).

### **Manman an pran anpil pwa toudenkou**

Si manman an pran anpil pwa yon sèl kou vè fen gwosès la, petèt se yon siy li pral fè marasa (gade paj 143) oswa li fè pre-eklanmsi (gade paj 125).

## **KONTWOLE TANPERATI MANMAN AN**

**BON SIY** Tanperati li apeprè  $37^{\circ}\text{C}$  ( $98.6^{\circ}\text{F}$ ). Kò l pa cho lè w manyen l.

**MOVE SIY** Fi a gen fyèv, sa vle di tanperati li  $38^{\circ}\text{C}$  ( $100.4^{\circ}\text{F}$ ) oswa plis. Kò l cho lè w manyen l.



### **Ki jan pou w pran tanperati**

Mete yon do men w sou fwon fi a; mete lòt men an sou fwon pa w, oswa sou fwon yon lòt moun ki an sante. Si fi a gen fyèv, w ap remake kò l pi cho pase kò yon moun ki an sante.



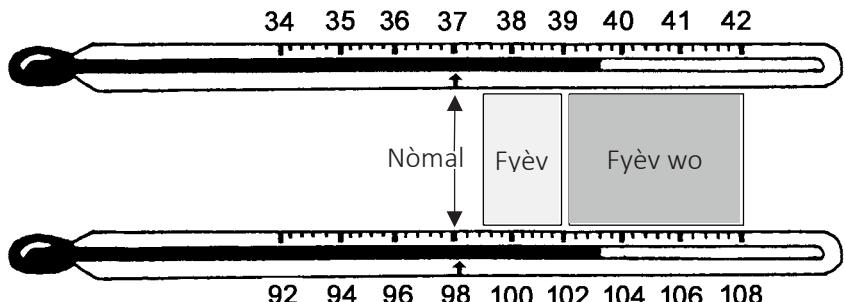
Si w gen yon tèmomèt, lave li byen pwòp nan dlo ak savon oswa ak alkòl. Souke l jiskaske mak la desann mwens ke  $36^{\circ}\text{C}$  ( $97^{\circ}\text{F}$ ).

Mete tèmomèt la anba lang fi a epi fè l kenbe l ak bouch li fèmen pandan 3 minit.



Retire tèmomèt la nan bouch li epi vire l jiskaske w wè ti mak klere a. Tanperati a se nimewo kote ti mak klere a rive a.

Konn gen yon ti flèch nan valè ki "nòmal" la.



Chak fwa w fin

sèvi avèk tèmomèt la, se pou w lave l avèk savon ak dlo fre oswa avèk alkòl. Pa lave l avèk dlo cho pou l pa kraze tèmomèt la.

Tèmomèt ki fèt an kristal gen ladan l yon metal likid ki rele mèki ki se yon pwazon vyolan. Se pou w pran anpil prekosyon ak tèmomèt kristal, e si l kraze, pa kite likid la touche men w. Lè w ap ranmase mèki a, bale moso yo nan yon bokal epi antere l. Pa janm kite timoun jwe ak tèmomèt oswa ak mèki a. Si w kapab, chèche yon tèmomèt dijital (elektwonik) pito.



Tèmomèt dijital

## Ki sa pou w fè si fi a gen fyèv

Bagay ki ka lakòz fyèv:

- Maladi, tankou fyèv senp oubyen malarya (gade paj 98).
- Yon pati nan kò a gen enfeksyon, tankou vesi a (gade paj 128), oswa matris la (gade paj 179).

Gen kèk ti fyèv tou se dezidrasyon (kò a manke dlo) ki lakòz.



### Pou fè yon fyèv bese:

- Ba li 500 a 1000 miligram (mg) parasetamòl ("paracetamol"), nan bouch, chak 4 a 6 èdtan.



Fè li bwè yon vè dlo chak inèdtan. Si l twò malad pou l bwè dlo, ba li lavman nan twou dèyè l (gade paj 342), oswa sewòm (gade paj 350).

Si fyèv la pa pase nan 8 èdtan, fè l al kay doktè.

## KONTWOLE BATMAN KÈ MANMAN AN

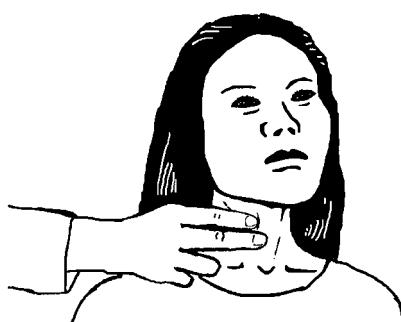
**BON SIY** Kè a bat 60 a 80 fwa pa minit lè manman an ap repoze.

**MOVE SIY** Kè a bat omwen 100 fwa pa minit lè manman an ap repoze.

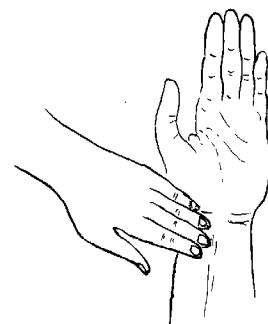
Batman an fè w konnen ak ki rapidite (vitès) kè a ap bat. Batman kè tout moun pa menm. Sa nòmal.

## Ki jan pou w kontwole batman kè a

1. Tann jiskaske manman an byen poze, byen rilaks.
2. Mete pati anpren 2 dwèt ou yo kote batman an ye a. Pa sèvi ak gwo pouz ou yo.



Ou ka jwenn batman an sou kote göj la, anba machwè a...



oubyen sou ponyèt la anba gwo pouz la.

3. Konte konbyen fwa kè a bat nan 1 minit:

- Si w gen yon mont ki kontwole segonn yo, konte konbyen fwa kè manman an bat pandan yon minit. Ekri kantite a nan dosye l la.  
(Okòmansman, fè yon lòt moun kontwole lè a pou ou epi pou l di w ki lè 1 minit la rive. Anpil moun pa ka konte batman kè a byen epi pou y ap kontwole lè a anmenmtan. Yo konn plis anvi konte yon batman chak segonn, menmsi kè a ap bat pi vit pase sa.)
- Si w pa gen yon mont ki ka kontwole segonn yo, kontwole batman kè a kanmenm. Ou ka aprann pou w kontwole si kè a bat twò dousman, si l nòmal, oswa si l twò vit, lè w konpare l ak batman kè pa w la, oswa batman kè lòt medam yo. Osinon, ou ka kreye pwòp metòd pa w pou ou kontwole lè a (gade paj 443).



### Ki sa pou w fè si kè manman an ap bat twò vit

Si kè manman an ap bat 100 fwa (oubyen plis) pa minit, li ka gen youn oswa kèk nan pwoblèm sa yo:

- Strès, laperèz, enkyetid, oswa depresyon (gade paj 104 epi 274).
- Anemi (gade paj 116).
- Enfeksyon, tankou malarya (gade paj 98), enfeksyon nan vesi (gade paj 128), oswa enfeksyon nan matris (gade paj 179).
- San k ap koule fò (gade paj 112).
- Gen dwòg nan san l (tankou kokayin, metanfetamin, oswa grenn dayèt, gade paj 46).
- Pwoblèm glann tiwoyid.
- Pwoblèm kè.



Si w ta sispèk se youn nan pwoblèm sa yo, ale nan paj nou di yo pou w jwenn plis enfòmasyon. Si w pa konnen ki sa ki lakòz kè a ap bat vit konsa, chèche konsèy medikal.

**Note sa:** Gen sèten kalite medsen ki renmen chèche lòt detay sou zafè batman kè a. Pa egzanp, nan kèk peyi sou kontinan Azi a, moun k ap egzamine malad la chèche wè si batman kè a byen fò, oswa èske l tou fèb. Nan liv sa a, nou sèlman montre kòman pou w chèche ak ki vitès kè a ap bat. Mennsi w ap kontwole batman kè a pou lòt detay, se pou w tou pwofite kontwole ak ki vitès l ap bat tou.

## KONTWOLE TANSYON MANMAN AN

**BON SIY** Tansyon an sipoze rete ant 90/60 ak 140/90. Li pa dwe monte pandan gwo sès la.

**MOVE SIY** Tansyon an wo. Tansyon manman an wo si youn nan sa yo rive:

- Valè anwo a plis pase 140.
- Valè anba a plis pase 90.

(Tansyon ki twò ba se yon move siy tou, men jeneralman sa rive sèlman lè yon moun ap senyen anpil oswa lè 1 nan eta chòk. Gade paj 180).

Kè yon fi se tankou yon ponp k ap pwopaje san nan tout kò l. Lè tansyon l wo, sa vle di kè a ap fòse travay pi di pou l ka fè san an pase nan venn yo. Valè tansyon an montre ki kantite efò san an ap fè pou l ka sikile.

Lè yon fanm ansent gen tansyon wo, li vin pi difisil pou san l pote manje bay pitit ki nan vant li a. Sa fè pitit la mal pou l grandi. Epitou, tansyon wo a kapab fè manman an gen pwoblèm nan ren, emoraji nan matris anvan akouchman an, oswa emoraji nan sèvo.

Tansyon wo ka vle di fi a gen pre-eklanmsi (gade paj 125). Pre-eklanmsi ka lakòz pitit la fèt anvan lè, emoraji, kriz, oswa manman an ka menm mouri.

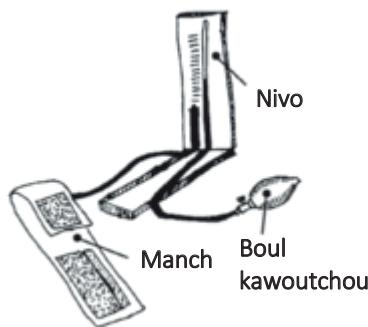
Se sa k fè li enpòtan anpil pou nou kontwole tansyon manman an.

Tansyon pa menm  
ak batman kè a.  
Yon moun ka gen  
yon batman kè ki  
lan, epoutan  
tansyon l wo.

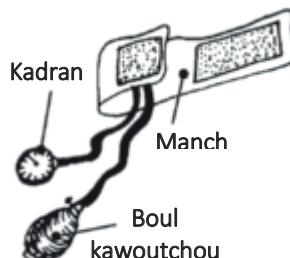
### Ki jan pou w kontwole tansyon

Gen plizyè kalite aparèy pou kontwole tansyon.

Genyen ki sanble  
ak yon tèmomèt.



Gen lòt ki gen yon  
kadran tou won.

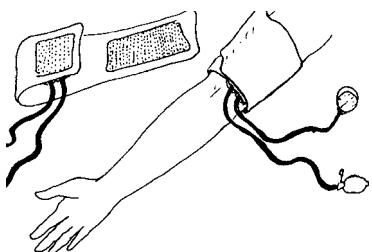


Souvan aparèy pou pran  
tansyon tou vini ak tout  
yon estetoskòp. (Gade  
paj 445 pou wè ki jan w  
ka fè estetoskòp pa w.)

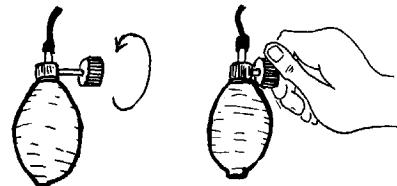


Anvan w pran tansyon manman an, ou dwe di l ki sa w pral fè epi poukisa w ap fè l.

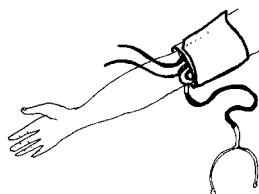
1. Sere manch tansyomèt la nan pati anwo ponyèt pasyan an.



2. Sere vis ki nan boul kawotchou a pou ou ka fèmen vav la. Lè w fè sa, vis la ap vin parèt pi kout.



3. Avèk men w, chèche kote w santi kè a ap bat nan koub ponyèt li, yon ti kras pi ba pase manch tansyomèt la. Mete estetoskop la kote w jwenn kè a ap bat. Apre sa, mete estetoskop la nan zòrèy w.



4. Ponpe boul kawotchou a pou w ka gonfle manch tansyomèt la.



5. Toutotan w ap ponpe, zegui ki nan kadran an ap mache. Lè zegui a rive sou 200, sispann ponpe.



6. Desere vis la yon ti kras pou lè ki nan boul kawotchou a ka soti tou dousman.



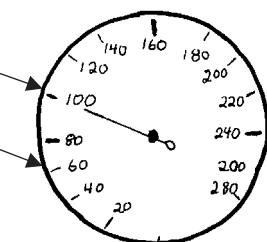
7. Zegui a ap kòmanse desann. (Si vis la pa desere, zegui a ap toujou rete sou 200.)



8. Pandan lè a ap soti, ou pral kòmanse tandé kè manman an k ap bat nan estetoskop la. Kontwole ki kote zegui a oswa mèki a ye toude lè sa yo:

1. Lè w kòmanse tandé batman kè a (nimewo ki wo a), **epitou**
2. Lè w sispann tandé batman kè a oubyen li fèb anpil (sa se nimewo ki ba a).

Si w kòmanse tandé batman kè a isit, epi w pa tandé l ankò isit, sa vle di tansyon an se  $100/60$ , oubyen 10 sou 6.



Kontwole tansyon manman an nan chak randevou. Ekri rezulta a nan dosye l la oswa sou yon papye yon fason pou w ka suiv jan tansyon l evolye.

Si tansyon l monte, mande l pou l retounen chak semèn jiskaske tansyon an sispan monte.

Si l monte pi wo pase 140/90, sa vle di tansyon an twò wo, epi sa kapab yon move siy.

13 Sept	<b>100/60</b>
12 Okt	<b>110/62</b>
15 Nov	<b>94/58</b>
10 Des	<b>100/66</b>
12 Jan	<b>110/72</b>

Tansyon  
madam sa  
a fè ti  
monte  
desann chak  
mwa, man  
sa pa yon  
pwoblèm.

### Si tansyon an rive nan 140/90 (14 sou 9) oswa pi wo

Si tansyon manman an wo premye fwa w kontwole l, fè li kouche sou bò goch li. Ede l rilaks (strès ak krent kapab fè tansyon an monte). Apre 10 a 30 minit, kontwole tansyon an ankò.

- Si tansyon an desann nan nivo nòmal li, petèt tout bagay anfòm. Si sa posib, fè manman an tounen vin wè w nan kèk jou pou w ka kontwole tansyon l ankò. Mande l pou l kouche sou kote chak jou pou l pran yon ti repo.
- Si tansyon an pa desann, ka gen yon pwoblèm. Pou w ka wè si gen yon pwoblèm vre, kontwole tansyon l ankò pi ta nan jounen an, oswa nan demen. Si tansyon an toujou rete wo, chèche konsèy medikal. Aprann manman an konnen ki move siy ki ka anonse li pral fè ekланmsi, epi chèche wè si li gen siy sa yo (gade paj 125). Si l gen siy sa yo, fè l al lopital tousuit. Li ka pi bon pou l akouche nan yon lopital.
- Si valè wo a pi wo pase 150, oswa si valè ba a pi wo pase 100, fè l al lopital menm kote a. Fò l wè yon doktè. Li ka menm bezwen etènè lopital la jiskaske li fè pitit la.

### Tretman lakay pou tansyon ki yon tijan wo (ant 140/90 ak 150/100)

Si manman an pa ka al wè doktè, oswa si doktè a mande pou l repose lakay li, men sa pou l fè:

- **Repoze souvan pandan jounen an.** Li dwe repoze otank li kapab pandan jounen an, menmsi se sèlman kèk minit chak inèdtan. Si li kouche sou kabann, li pi bon pou l ret kouche sou bò goch li. Se pou l fè efò pou l vrèman rilaks kò l ak lespri l pandan moman sa yo. Li sitou enpòtan pou l repoze pandan 3 dènye mwa gwosè yo.
- **Manje byen.** Ankouraje fi a pou l manje yon varyete legim, fwi, ak pwoteyin. Manje ki gen anpil pwoteyin, kalsyòm, oswa magnesiyòm kapab anpeche l fè ekланmsi. Pou ede tansyon l desann li ka manje konkonn, bètrav, bannann, oswa ji sitwon.





- **Bwè anpil likid.** Fè manman an bwè anpil dlo pwòp, te, bouyon, ak lòt likid ki bon pou sante a.
- **Evite manje ki gen anpil sèl.** Yon ti kantite sèl pa yon pwoblèm. Men, fi ki gen tansyon wo pa dwe manje bagay ki gen anpil sèl tankou fritay, nwa/pistach ki griye nan sèl, oswa vyann nan bwat.

## CHÈCHE SIY KI ENDIKE LI FÈ PRE-EKLANMSI

Pre-eklanmsi se yon pwoblèm trè danjere ki ka parèt lè fi a prèske prêt pou l akouche, pandan tranche a, oswa kèk jou apre li fin fè ptit la. Pre-eklanmsi a ka mennen nan eklanmsi, kote li ka pran kriz e li ka menm mouri.

**BON SIY** Tansyon an rete nòmal.

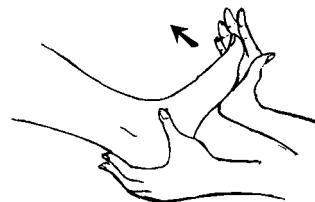
**MOVE SIY** 2 siy ki pi sèten ki endike pre-eklanmsi se:

- Tansyon wo (140/90 oswa plis).
- Tras pwoteyin nan pipi l (gade paj 126).

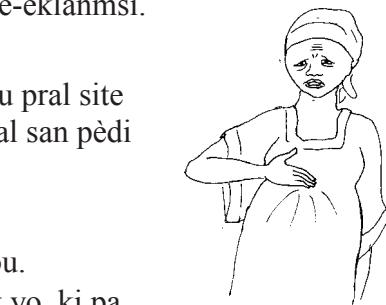
Si yon fi gen 2 siy sa yo, ou mèt sèten li gentan fè pre-eklanmsi. Se pou l al lopital san pèdi tan.

Si tansyon fi a wo epi li gen omwen youn nan siy nou pral site la yo, konnen li gentan fè pre-eklanmsi e li dwe al lopital san pèdi tan:

- Grow tèt fè mal.
- Li vin gen pwoblèm nan je: li wè twoub oubyen flou.
- Yon gwo doulè sou bò dwat tèt vant la, anba zo kot yo, ki pa janm pase. Li ka santi se tankou doulè lè l gonfle.
- Si w panse se yon doulè paske l gonfle, ou mèt ba l remèd pou asid. Men, si doulè a pa pase apre 20 minit, fi a ka an danje.
- Reflèks ki twò aktif. Egzamine aktivite reflèks ki nan pye yo pou wè:



Fè fi a kouche sou do epi kenbe pye l konsa. Pouse pye a sibitman, epi lage l.



Si pye a fè omwen 2 sakad (li souke pou kò l), se yon move siy

Si w wè youn nan siy sa yo, chèche èd doktè tousuit:

- Bebe a sanble l twò piti. Ou mezire matris la e sanble bebe a ap grandi twò lan.
- Li mal pou l pran souf, oswa se kòmsi li gen dlo nan poumon, jan w tandé l la.

### **Yon fi ki fè pre-eklanmsi dwe al lopital san pèdi tan**

Yon fi ki gen tansyon wo epi ki gen nenpòt lòt siy pre-eklanmsi (tras pwoteyin nan pipi, gwo tèt fè mal, je twoub, doulè sou tèt vant lan, oswa reflèks ki twò aktif) dwe al lopital san pèdi tan.

Pandan l sou wout, li dwe kouche sou bò goch li. Dwe gen yon moun avè l pou sizoka li pran kriz. Gade paj 181 pou w jwenn plis enfòmasyon konsènan kriz.



### **Men lòt siy ki endike yon fi fè pre-eklanmsi:**

- Figi l ak men l anfle (sitou si yo anfle lè l fèk leve nan maten).
- Li pran pwa sibitman.

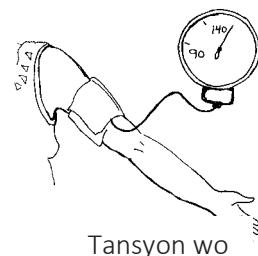
Si li gen siy konsa, kontinye egzamine l tanzantan.

### **Fè egzamen pou wè si li fè pre-eklanmsi**

1. Pran tansyon fi a. Tansyon wo se toujou yon move siy.
2. Si sa posib, chèche wè si gen pwoteyin nan pipi l. Gen 2 fason w ka fè sa:

**Metòd 1:** Itilize ti riban plastik yo fè pou verifye kantite pwoteyin nan pipi ki rele “Urisicks”, “Albsticks”, oubyen “Labsticks”.

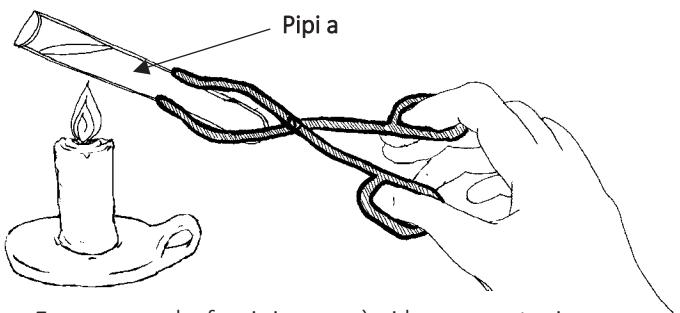
Ou ka jwenn yo nan ti boutèy nan men moun sante piblik yo oswa nan famasi. Riban yo gen plizyè ti kare an koulè jòn k ap chanje pou vini koulè vèt fonse. Mande fi a pou l pipi sou ti riban an, apre sa konpare koule ti kare yo ak koule ki nan esplikasyon ki sou boutèy la. Si kare yo tounen vèt fonse, sa vle di gen pwoteyin nan pipi a. Sa a se metòd ki pi egzak pou fè egzamen pwoteyin.



Koulè vèt fonse vle di gen pwoteyin nan pipi a

**Metòd 2:** Ou ka chofe pipi manman an pou w wè si l gen pwoteyin. Mande manman an pou l lave vajen l byen pwòp, epi fè l pipi nan yon ti bokal ki byen pwòp. Apre sa, mete pipi a nan yon tib yo konn itilize pou fè egzamen.

Plen tib la rive nan 2.5 santimèt (oswa 1 pou) anba bouch tib la. Chofe pati anwo tib la sou yon ti flanm dife, tankou yon balèn, jiskaske pipi a bouyi.  
(Kontinye vire tib la pou dife a pa eklate vè a.)



Fason pou chofe pipi pou wè si l gen pwoteyin

Si pipi a rete tou klè, pa gen pwoteyin ladan l. Si pipi a vin pa klè ankò, li blanch, mete detwa gout vinèg ladan l (2% asid asetik). Si pipi a vin klè ankò, pa gen pwoteyin ladan l. Si l toujou pa klè e li vin pi blanch, gen pwoteyin ladan l. Si pipi fi a gen pwoteyin epi tansyon l wo, li fè pre-eklanmsi. Si pre-eklanmsi a grav, pipi a ka vrèman blanch e pwès.



3. Mande manman an si l gen tèt fè mal, tèt vire, oswa si je l twoub.
- Si pwoblèm sa yo grav, oswa si yo rive l souvan, sitou pandan 3 dènye mwa gwo gosè yo, yo kapab se siy ki montre li fè pre-eklanmsi.
4. Gade si kò l anfle. Kò anfle se menm bagay ak sa yo rele gwo gosè dlo oswa edèm.



Kò anfle se yon pwoblèm ki rive anpil famm ansent, men souvan se pa yon gwo pwoblèm. Enflamasyon pa grav lè se pye yo ki anfle, epi enflamasyon an bese apre fi a mete pye l anlè, li repoze. Depi kò l anfle li dwe bwè anpil dlo, e repoze souvan pandan jounen an ak pye l anlè.

Kò anfle a ka yon siy ki montre li fè pre-eklanmsi si:

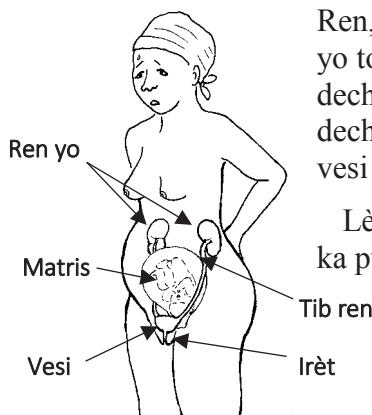
- men ak vizaj fi a anfle **epi**
- li anfle menm lè l fèk leve nan maten

### Ki sa pou w fè lè w remake move siy

Si manman an gen move siy, fè l al kay doktè (menmsi l manke plizyè mwa pou l akouche). Li ta pi bon pou l akouche nan yon lopital. Si w oblige fè akouchman an lakay, prepare w pou w jwenn anpil pwoblèm. Li pati nan liv sa yo ki pale de emoraji (paj 224), kriz (paj 181), ak timoun ki fèt twò piti (paj 221).

Si yo mande manman an pou l ret repoze lakay li, ankouraje l pou l suiv rekòmandasyon ki nan paj 124 yo ki pale pou fi ki gen tansyon wo k ap ret lakay yo.

## CHÈCHE SIY ENFEKSYON NAN VESI OUBYEN ENFEKSYON NAN REN



Ren, tib ren yo, vesi pipi a, ak irèt la (kote pipi a soti nan kò a), yo tout konekte ansanm epi yo travay ansanm pou yo elimine dechè ki nan kò a. Premyèman, ren yo netwaye san an epi yo fè dechè yo tounen pipi. Apre sa, pipi a kite ren yo, li desann nan vesi a. Pipi a rete nan vesi a jiskaske w fè pipi.

Lè mikwòb antre nan irèt la, li ka vin enfekte. Enfeksyon sa a ka pwopaje nan vesi a ak ren yo fasilman.

**BON SIY** Pa gen doulè, ni gratèl, ni kanal brile (lè l ap pipi)

### MOVE SIY Enfeksyon nan vesi

- Anvi pipi toutan, menm lè l fèk sot pipi
- Doulè oswa kanal brile pandan l ap pipi oswa tousuit apre
- Doulè anba vant lan, pa anndan basen an
- Tras pwoteyin nan pipi a

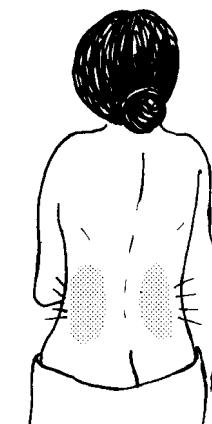
### Enfeksyon nan ren

- Nenpòt siy enfeksyon nan vesi
- Pipi a gen koulè san oswa li pa klè
- Doulè nan senti, pafwa sou kote
- Lafyèv
- Li santi l malad owsa fèb

Pafwa yon fi ka gen enfeksyon nan vesi san l pa gen okenn move siy.

(Gen anpil fanm ansent ki gen doulè nan kolòn vètebral yo a. Men, jan de doulè “senp” sa yo konn amelyore grasa masaj, egzèsis, oswa konprès cho).

Li pi fasil pou yon fi gen enfeksyon nan irèt, nan vesi, oswa nan ren pandan l ansent pase lè l pa ansent. Enfeksyon nan vesi ak nan ren kapab yon gwo danje pou manman an, e si yo pa trete l tousuit, yo ka lakòz manman an gen tranche anvan lè.



Doulè sou kote do a kapab jis yon efè gwosè s la, oubyen li ka yon siy ki endike enfeksyon nan ren, sitou si se yon sèl bò.

**Note sa:** Si kanal pipi a grate l oubyen boule l pandan fi a ap fè pipi, sa kapab yon siy ki endike li gen enfeksyon nan vajen oswa yon maladi moun pran nan fè sèks. Gade Chapit 18 pou w aprann plis sou kòman pou w trete enfeksyon sa yo.

### **Ki sa pou w fè si w remake siy enfeksyon nan vesi a**

Ankouraje manman an pou l bwè yon vè dlo chak inèdtan depi l pap dòmi. Anpil likid ede kò a lave epi rense/retire enfeksyon. Se sitou dlo ak ji fwi ki bon pou sa.

Ankouraje manman an pou l manje fwi ki gen anpil vitamin C, tankou zoranj, kiwi, ak mango.

Itilize remèd fèy te ki bon pou enfeksyon oubyen pou geri maladi. Men 2 kalite te nou ka bwè:

- **Te bab mayi:** Pran bab ki sou yon mayi, bouyi l, epi bwè l.
- **Te gimov (“Althaea officinalis”):** Rache rasin nan, kite l pase nuit tranpe nan dlo fre, epi bwè dlo a nan maten.



Bouyi yon ponyen bab mayi nan dlo epi bwè 1 oswa 2 tas.

Si enfeksyon an pa kòmanse amelyore tousuit, oswa si w remake fi a gen enfeksyon nan ren, ba l antibiyotik. Plis ou pran tan anvan w kòmanse trete enfeksyon an, se plis tan l ap pran pou l refè. Si fi a pa fè mye 2 jou apre li kòmanse pran antibiyotik la, fè l wè yon doktè.

Gade paj koulè vèt ki nan fen liv la anvan w preskri nenpòt medikaman, tankou sa ki nan kare a pi ba a.



#### **Pou enfeksyon ki pa vle geri oswa pou enfeksyon nan ren**

- Bay 500 miligram (mg) “amoxicillin”, nan bouch, 3 fwa pa jou pandan 7 jou

Si fi a fè alèji ak “amoxicillin”,

- Ba li 960 mg “cotrimoxazole”, nan bouch, 2 fwa pa jou pandan 7 jou (160 mg “trimethoprim” ak 800 mg “sulfamethoxazole”)

Men, pinga w ba li “cotrimoxazole” pandan 3 dènye mwa gwo sès yo.



### **Anpeche enfeksyon nan vesi**

Pou evite enfeksyon nan vesi, aprann fi a kòman pou l evite mikwòb ki nan poupou yo antre nan irèt li a. Apre li fin pipi oubyen poupou, se pou l siye anba li soti devan ale dèyè. Anplis, fè mari fi a konnen pou l lave men 1 ak ògàn seksyèl li anvan yo fè sèks. Epi, medam yo dwe fè pipi apre yo fin fè sèks.

## Egzamine bebe a

### MEZIRE MATRIS MANMAN AN

#### BON SIY

- Gwosè matris la korèk parapò ak kantite tan manman an ansent lan.
- Matris la grandi nan yon mezi ki egal ak lajè 2 dwèt chak mwa.

#### MOVE SIY

- Sou premye egzamen an, gwosè matris la pa korèk parapò ak kantite tan manman an ansent lan.
- Matris la grandi plis oswa mwens pase yon mezi ki egal ak lajè 2 dwèt chak mwa.

Lè w mezire matris la, se pou w chèche ki kote tèt matris la ye a. Sa ap fè w wè 3 bagay:

1. **Depi konbyen mwa fi a ansent.**
2. **Dat li sipoze akouche a.** Si w te anmezi pou w kalkile dat akouchman an apati dat dènye règ manman an (gade paj 88), lè w mezire matris la, sa ka ede w wè si dat akouchman an kòrèk. Si w pa t kapab kalkile dat akouchman an apati dat dènye règ li a, lè w mezire matris la, sa ka ede w kalkile dat akouchman an apeprè. Ou dwe fè sa depi sou premye visit la.
3. **Kòman bebe a ap grandi.** Nan chak visit, mezire matris la pou w wè si bebe a ap grandi jan l dwe grandi a. Si l grandi twò vit oswa twò lan, ka gen yon problem.

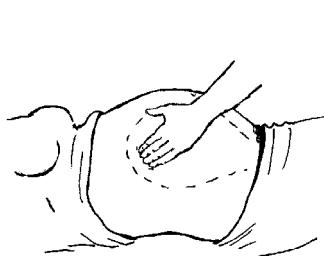
### Mezire matris la

Pandan bebe a ap grandi anndan matris la, w ap santi matris la ap gwosi anndan manman an. Pati anlè matris la monte prèske lajè 2 dwèt pi wo chak mwa. Sou 3 mwa, pati anlè matris la rive sou tèt zo basen manman an (kote cheve ki sou basen l kòmanse a). Sou 5 mwa, pati anlè matris la konn rive kote lonbrik manman an ye a. Sou 8.5 a 9 mwa pati anlè matris la prêt pou l rive nan zo kot manman an. Bebe a ka desann pi ba kèk semèn anvan akouchman an.

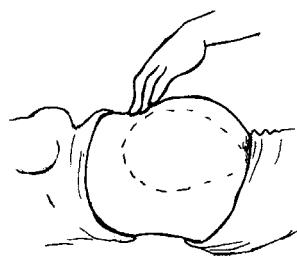


Pou w ka mezire matris la, fè manman an kouche sou do avèk yon sipò ni anba tèt li ni anba jenou l. Ou dwe manyen l avèk yon men ki fèm, men byen janti.

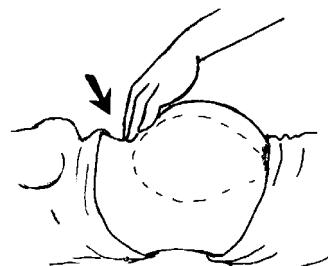
Chèche pati anlè matris la.



Mache dwèt ou yo monte soti sou kote vant lan



Chèche pati anlè matris la (se tankou yon boul anba po a)



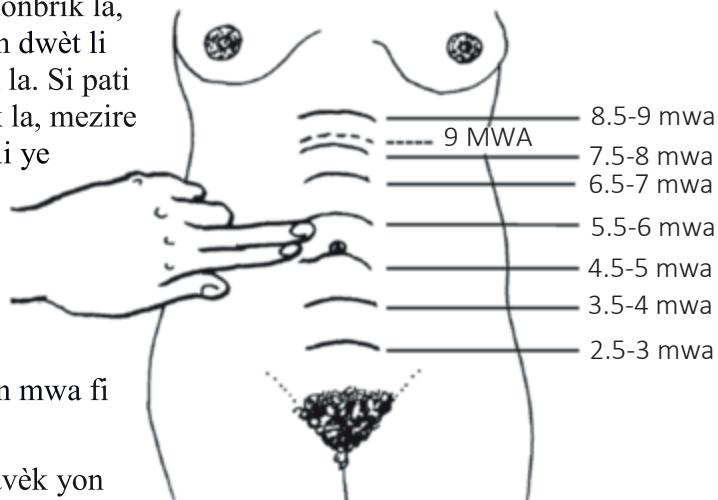
Ou ka wè pati anlè matris la kote ki fè fon, ki antre pa anndan manman an.

### **Ki jan pou w mezire matris la avèk dwèt ou yo**

- Si pati anlè matris la anba lonbrik la, mezire distans lan: konbyen dwèt li ye (lajè dwèt) pi ba lonbrik la. Si pati anlè matris la anwo lonbrik la, mezire distans lan: konbyen dwèt li ye (lajè dwèt) pi wo lonbrik la.

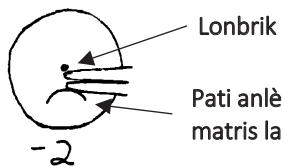
Ansuit, avèk kantite dwèt ki sou desen sa a (chak liy gen lajè 2 dwèt) fè yon konparezon pou wè konbyen mwa fi a genyen depi 1 ansent.

- Ekri sa w jwenn nan, swa avèk yon desen, swa avèk chif.



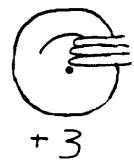
**Pou fè yon desen:** Fè yon sèk pou reprezante vant manman an, fè yon pwen pou lonbrik li, epi fè yon koub pou pati anlè matris la. Apre sa, ekri kantite dwèt anlè oubyen anba lonbrik la matris la ye. Pa egzanp:

Desen sa a montre pati anlè matris la distans 2 dwèt **pi ba** lonbrik la.



Fi sa a ansent depi anviwon 4.5 mwa.

Desen sa a montre pati anlè matris la distans 3 dwèt **pi wo** lonbrik la.



Fi sa a ansent depi anviwon 6.5 mwa.

**Pou itilize chif:** Ekri kantite dwèt ou itilize pou mezire matris la. Mete yon siy plis (+) devan chif la si pati anlè matris la anwo lonbrik la. Mete yon siy mwens (-) devan chif la si pati anlè matris la anba lonbrik la. Pou egzanp ki pi wo a, premye a t ap **-2**. Dezyèm nan t ap **+3**.

- Kalkile (oubyen verifye) dat li dwe akouche a.

Pa egzant, si lè w mezire matris la ou remake fi a ansent depi 7 mwa, ou mèt espere pitit la pral fèt nan 2 mwa. Si w te deja jwenn ki dat 1 ap akouche a dapre dat dènye règ li a, gade pou wè si 2 dat yo tonbe daplon. Si 2 dat yo pa tonbe daplon, gade paj 133 a.

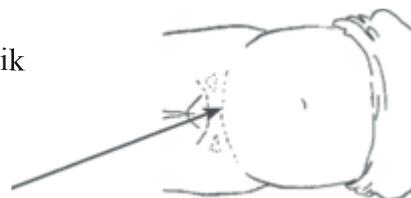


*Pati anlè matris la nan yon distans 4 dwèt anwo lonbrik la. Se la l dwe ye apre 7 mwa!*

### ***Ki jan pou mezire matris la avèk yon santimèt***

Ou ka itilize metòd sa a lè matris la monte nan wotè lonbrik manman an.

- Mete yon twal oubyen santimèt sou vant manman an. Kenbe pwent santimèt la (nimewo 0 a) sou tèt zo basen an. Fè santimèt la pase sou boul vant lan pou rive sou pati anlè matris la.
- Ekri sou papye konbyen santimèt soti sou zo basen an pou rive nan pati anlè matris la.
- Gen anpil doktè, enfimyè ak fanmsaj ki pito konte gwosès la pa semèn olye pa mwa. Lè konsa yo kòmanse apati premye jou fi a te gen dènye règ li a, menmsi fi a te ansent 2 semèn apre sa. Lè w konte konsa, pifò nan medam yo akouche apre 40 semèn antou.



Pandan 20 dènye semèn gwosès yo, mezi matris la an santimèt tonbe daplon ak kantite semèn li genyen depi l ansent lan. Sa vle di, si l gen 24 semèn depi l te gen règ li, matris la ap mezire 22 a 26 santimèt. Matris la ta dwe gwosi 1 santimèt anplis chak semèn, oswa 4 santimèt chak mwa.

### ***Si matris la pa gwosè li dwe ye a***

Si w pran mezi a kòrèteman, men pati anlè matris la pa kote w te panse li dwe ye a, gen 3 bagay ki ka fè sa:

- Dat akouchman ou te kalkile apati dat dènye règ li a pa t korèk.
- Matris la ap grandi twò vit.
- Matris la ap grandi twò dousman.

### **Dat akouchman ou te kalkile apati dat dènye règ la pa t kòrèk**

Gen plizyè bagay ki ka fè dat ou jwenn pou akouchman an apati dat dènye règ la pa korèk. Gendelè medam yo pa byen sonje ki dènye fwa règ yo te vini. Gendelè yon fi jis pa t remake règ li, epi li vin ansent apre sa. Piske fi a pa t ansent depi tout tan w te kwè a, se nòmal vant li pi piti. Oubyen tou, pafwa yon fi senyen yon ti kras apre li fin ansent. Li ka panse se règ li a, konsa li ka ansent 1 ou 2 mwa anvan sa w te panse a. Se nòmal pou matris la pi gwo pase sa w te atann nan.

Si dat ou te prevwa akouchman an pa mache ak gwosè matris la, note mezi yo sou pappye. Tann 2 a 4 semèn epi mezire matris la ankò. Lè sa a, si matris la te gwosi anviwon 1 a 2 dwèt pa mwa, oswa 1 santimèt pa semèn, dat ou te kalkile grasa mezire w te mezire matris la, sanble l kòrèk. Sanble se dat ou te jwenn dapre règ li a ki pa t kòrèk.

— **Sonje sa:** Dat yo prevwa pou akouchman pa toujou tonbe egzak. Anpil fwa, medam yo konn fè pitit yo 2 oswa 3 semèn anvan oubyen apre dat yo te prevwa a. Pa gen danje nan sa.

### **Matris la ap grandi twò vit**

Si matris la ap grandi plis pase 2 dwèt pa mwa, oswa plis pase 1 santimèt pa semèn, gen plizyè bagay ki ka fè sa:

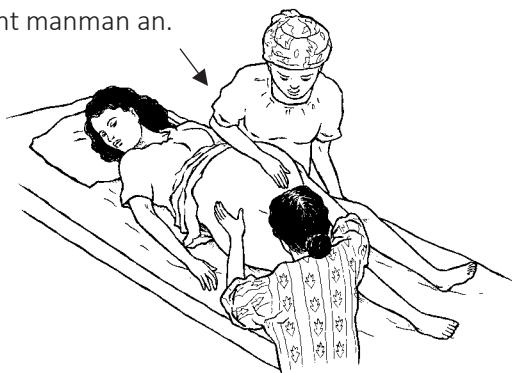
- Manman an ka gen marasa. Gade paj 143 pou wè kòman w ka fè konnen si l gen marasa.
- Manman an ka fè dyabèt (gade paj 115).
- Manman an ka gen twòp dlo nan matris la.
- Manman an ka gen timè, san se pa ansent li ansent.

### **Twòp dlo nan matris la**

Twòp dlo pa toujou yon pwoblèm, men sa ka fè matris la vin detire twòp. Lè sa a matris la ka mal pou l pouse pitit la mèt deyò lè akouchman an, oubyen li ka senyen twòp apre akouchman an. Gen kèk ka kote pitit la fèt tou domaje. Pou w ka wè si matris la gen twòp dlo, fè tès sa a:

Mande yon lòt moun ede w. Fè l mete  
pla men l sou mitan vant manman an.

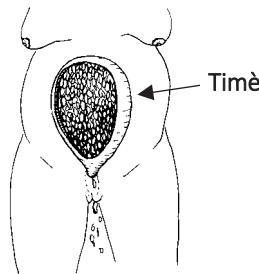
Mete yon men w sou yon bò<sup>1</sup>  
vant lan. Teke lòt bò vant lan  
avèk lòt men w.



Si gen twòp dlo nan matris la, w ap santi mouvman tankou yon vag dlo, soti nan yon bò pou ale nan lòt bò matris la (men lòt moun nan anpeche vag yo travèse po manman an). Si gen twòp dlo, chèche konsèy medikal. Li ta pi bon pou l akouche lopital.

## Timè

Gendelè yon fi vin ansent, men se yon timè li genyen, se pa yon bebe.



Men ki lòt siy ki montre se yon timè: ou pa ka tandé kè bebe a ap bat, ou pa ka santi okenn mouvan bebe anndan l, manman an gen noze toutan, epi manman an ap jete san ak chè nan vajen l (pafwa yo ka tankou gress rezen).

Si w wè siy ki endike manman an gen timè, fè l wè yon doktè san pèdi tan. Timè a ka tounen kansè e li ka touye manman an, pafwa byen rapid. Yon doktè ka retire timè a epi sove lavi manman an.

## Vant lan ap gwosi twò dousman

Men ki pwoblèm ki ka fè matris la gwosi twò dousman:

- Manman an ka gen tansyon wo (gade paj 122 a 124). Tansyon wo ka anpeche pitit la jwenn manje li bezwen pou l grandi byen. Si w pa ekipe pou w kontwole tansyon l, fè l al kay doktè.
- Manman an gendwa pa manje byen. Chèche konnen ki kalite manje li jwenn pou l manje. Si l twò pòv pou l manje byen, gade pou wè kòman w ka ede li menm ak bebe a jwenn sa yo bezwen. Lè manman ak timoun an sante, tout kominote a pi janm.
- Manman an gendwa manke dlo nan matris la. Pafwa se pa yon pwoblèm lè gen mwens dlo. Men, pafwa sa ka fè pitit la pa nòmal oubyen ka gen pwoblèm pandan akouchman an. Si w panse matris la manke dlo, fè l wè yon doktè.
- Manman an gendwa ap bwè tafya, fimen, oswa l ap pran dwòg. Tout bagay sa yo ka fè bebe ki nan vant lan twò piti.
- Timoun nan gendwa mouri. Piske timoun mouri pa grandi, vant lan pap gwosi. Si manman an gen omwen 5 mwa ansent, mande l si nan jou ki sot pase yo li te santi pitit la ap fè mouvman. Si pitit la gen 2 jou depi li pa souke kò l, ka gen yon pwoblèm.



Si manman an gen omwen 7 mwa ansent, oswa si w te tandé batman kè pitit la nan vizit anvan yo, chèche tandé batman kè a ankò. Si w pa tandé l, fè manman an wè yon doktè. Gen lopital ak sant sante ki gen aparèy pou wè si pitit la toujou vivan.

Si ptit la mouri, li enpòtan pou manman an akouche anvan lontan. Li ka akouche lakay, men gen chans pou l senyen plis, epi li gen plis chans pou l fè enfeksyon. Si l pa kòmanse gen tranche nan 2 semèn, fè l al lopital kote yo ka ba l medikaman ki pou fè l gen tranche.

- **Note sa:** Lè yon manman pèdi yon ptit, li bezwen lanmou, swen, ak konpasyon. Pa kite l akouche poukонт li. Si l akouche lopital, yon moun dwe rete la a avè l pandan l ap akouche.



## CHÈCHE WÈ POZISYON BEBE A

### BON SIY

- Gen yon sèl ptit nan matris la.
- Tèt ptit la chavire anba nan lè akouchman an.

### MOVE SIY

- Ptit la nan pozisyon chita nan lè akouchman an.
- Ptit la kouche sou kote nan lè akouchman an.
- Manman an ap pote marasa.

Gen 2 metòd ki ka ede w wè pozisyon ptit la: manyen vant manman an, epi koute ki kote kè ptit la ap bat pi fò. Ou ka bezwen toude metòd sa yo pou ede w jwenn pozisyon ptit la.

### Manyen vant manman an

Li ka difisil pou w jwenn pozisyon ptit la anvan 6<sup>yèm</sup> oubyen 7<sup>yèm</sup> mwa gwo sès la. Antouka, eseye kanmenm. Sa w santi kounye a ka pa di w anyen pou lemoman, men li ka vle di anpil bagay pwochèn fwa w manyen vant lan. L ap pi fasil pou w jwenn pozisyon ptit la pandan 2 dènye mwa gwo sès yo. Tank ou fè pratik se tank w ap vin pi maton nan chèche pozisyon bebe nan vant.



Pou kòmanse, mete manman an kouche sou do epi mete sipò anba jenou l ak tèt li. Asire w li alèz.

Apre sa, manyen vant manman an pandan w ap chèche 3 bagay:

- Èske bebe a nan pozisyon vètikal (monte desann)?
- Èske bebe a bay fas devan oswa dèyè?
- Èske se tèt li ki anba oswa se dèyè l ki anba?

### **Èske bebe a nan pozisyon vètikal (monte desann)?**

Pifò pitit rete nan pozisyon vètikal distans pou yo rive sou 7<sup>yém</sup> mwa a.

Pou w ka konnen si bebe a nan pozisyon vètikal, mete pla men w sou chak bò vant manman an. Peze byen janti, men fèm, avèk yon men, apre sa avèk lòt men an.

Avèk anpil prekosyon, verifye fòm vant lan. Èske pwent bebe a sanble yo sou kote vant manman an? Si wi, sa vle di sanble bebe a kouche sou kote. Anpil bebe kouche sou kote pandan premye mwa yo, men apre sa yo chavire tèt anba sou 8<sup>yém</sup> mwa a. Natirèlman, pitit ki rete kouche sou kote pa ka pase nan vajen manman an konsa lè y ap fèt. Lè yon bebe kouche sou kote epi li pa ka vire tèt anba lè manman l gen tranche, manman sa a ap oblige fè yon sezaryèn nan yon lopital (gade paj 96). Si apre 8 mwa bebe a toujou kouche sou kote, fè manman an wè yon doktè.

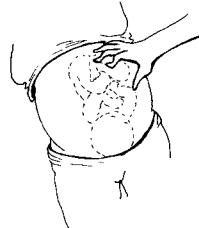
Li ka difisil pou w jwenn pozisyon pitit la si mis vant manman an di anpil, oswa si vant li gen anpil grès. Si w mal pou w jwenn pozisyon an, mande manman an pou l pran yon souf byen fon, kite lè a soti tou dousman, epi pou l byen rilaks kò l pandan w ap manyen l.

### **Èske bebe a bay fas devan oswa dèyè?**

Apre sa, chèche nan vant manman an yon kote ki laj epi ki di (do bebe a). Si w pa ka jwenn do a, chèche plizyè ti “boul”.

Si w santi yon fòm ki laj e  
ki di, li pwobab bebe a  
bay fas li pa dèyè.

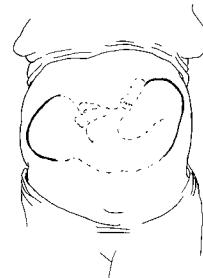
Si w santi plizyè ti pati olye de yon sèl  
pati ki di, li pwobab se pye l ak ponyèt li  
yo. Sanble li bay fas li sou devan.



Si bebe a bay fas  
li sou devan,  
gade paj 190.



Vètikal: tèt li  
oubyen dèyè  
l anba a



Kouche: tèt li  
ak dèyè l yo  
sou kote

### **Èske se tèt bebe a ki anba oswa se dèyè l ki anba?**

Nan dènye mwa anvan akouchman an, anpil bebe kouche avèk tèt yo toupre kòl matris la. Yo rele pozisyon sa a “tèt anba”. Pozisyon tèt anba a fè akouchman an pi fasil.

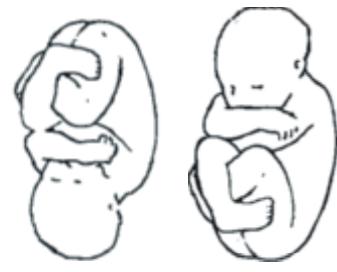
Si tèt yon bebe anlè, epi dèyè l toupre kòl matris la, sa vle di bebe a nan pozisyon chita.

Sou 7<sup>yèm</sup> oswa 8<sup>yèm</sup> mwa a, tèt bebe a sipoze chavire anba nan basen manman an. Men ki jan pou w chèche santi tèt bebe a:

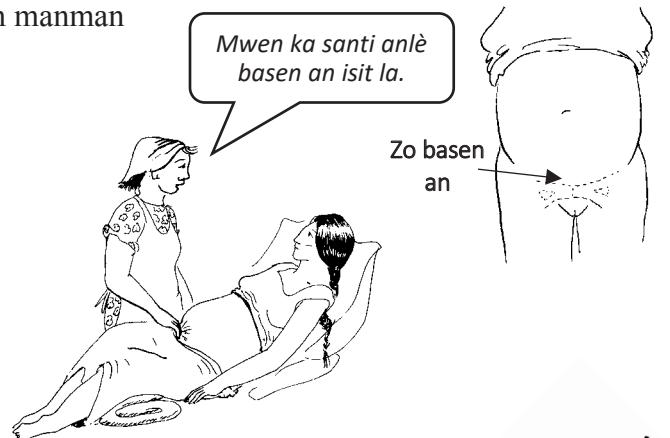
1. Chèche zo basen manman an avèk dwèt w. Ou ka santi l toupre anba po a, anba plim ki sou basen manman an.

Mande manman an pou l pran yon souf byen fon epi pou l kite lè a soti dousman.

Pandan lè a ap soti, peze yon men w byen fon anlè zo basen an. Fè sa byen janti, e kite sa si manman an santi doulè.

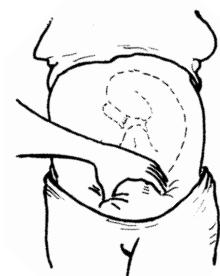


Tèt anba  
Pozisyon chita



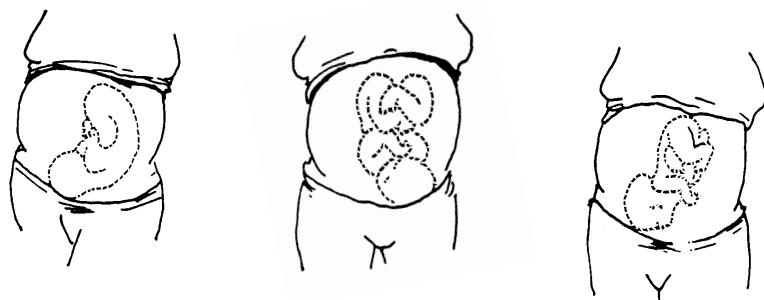
Si w pa santi anyen anba vant manman an, bebe a ka kouche sou kote.

Si w santi yon ti bagay won byen di, epi si w ka deplase l yon tikras agoch adwat, sanble se tèt bebe a.



Si sa w manyen an pa twò won, se petèt figi bebe a oubyen dèyè l.

Pafwa dèyè l sou anwo, men tèt li pa dwat anba.



Tèt la ka koube sou kote, oswa manton l ka anlè. (Tout sa yo gendwa se siy ki endike bebe a pap ka pase nan basen manman an pandan akouchman an.)

- Si pati anba bebe a pa twò fon nan basen manman an, eseye deplase l enpe agoch adwat.

Si lè w deplase pati anba bebe a, e sa fè tout do l deplase tou, sa ka endike li ka nan pozisyon chita.

Si do l pa deplase, sa ka endike li tèt anba.



- Kounye a, mete yon men anlè sou matris manman an. Èske w santi l tou won epi li di, tankou yon tèt? Oubyen, èske li gen yon lòt fòm, tankou dèyè bebe a, do l, oswa janm li yo? Si pati anlè matris la plis sanble ak yon tèt pase sa w te santi anba a, bebe a kapab nan pozisyon chita.

- Mete yon men sou do bebe a. Epi, avèk lòt men an, pouse anlè bebe a sou kote lejèman.

Si tout do l deplase lè w deplase pati anlè a, sanble li tèt anba.



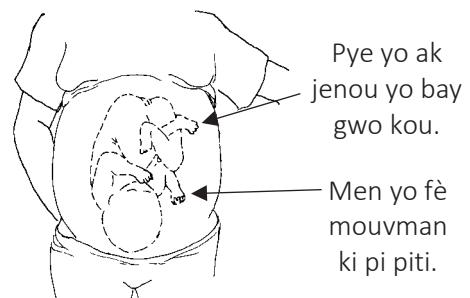
Si do bebe a rete kote li ye a lè w deplase pati anlè li a, li posib w ap deplase tèt la (piske kou a ka koube, do a rete an plas). Si se tèt la w ap deplase, sa vle di li nan pozisyon chita.



Paj 142 bay plis enfòmasyon sou bebe ki nan pozisyon chita pandan gwo sès la. Si bebe a pa chavire tèt anba nan moman akouchman an, gade paj 215.

Pandan w ap manyen vant manman an, eseye imajine tout kantite pozisyon bebe a ta ka pran. Imajine ki kote men l ak pye l yo ka ye. Imajine ki jan manman an ka santi kout pye bebe a nan chak pozisyon sa yo.

Ansuit, mande manman an ki kote li santi pi gwo kout pye yo ye, epi ki kote li santi ti mouvman piti. Èske se la a ou te panse pye yo ak men yo ye? Si repons lan se non, petèt ou pokojwenn pozisyon bebe a.



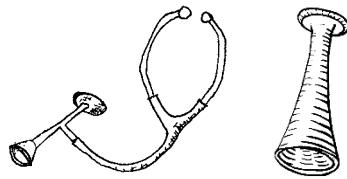
Lè w verifye pozisyon bebe a, ou ka santi w ap manyen 2 tèt oubyen 2 dèyè. Ebyen, manman an gendwa ap pote marasa. Gade paj 143.

## Koute batman kè bebe a

Batman kè bebe a bay ransèyman sou pozisyon l anndan matris la epi sou sante bebe a tou. Koute batman kè bebe a apati 5 mwa gwosè.

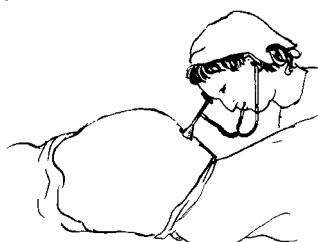


Pandan 2 dènye mwa yo, ou sipoze ka tande batman kè bebe a lè w mete zòrèy ou bò kote vant manman an nan yon chanm ki pa gen bri. Li ka pi fasil pou w tande batman kè a lè w itilize yon fètoskòp oswa yon estetoskòp. Ou ka fè pwòp fètoskòp pa w avèk bwa, ajil, oswa banbou (gade paj 445). Oswa ou ka achte youn.



Fètoskòp  
2 zorèy

Fètoskòp  
1 zorèy



Fètoskòp 2 zorèy



Estetoskòp



Fètoskòp 1 zorèy

Batman kè bebe a toupiti epi li rapid. Bri kè a ka sanble bri yon mont k ap fè tik-tak anba yon zòrye, men li pi vit pase mont la. Kè bebe a bat prèske 2 fwa pi vit pase batman kè yon adilt ki an sante. Nòmalman kè bebe a bat 120 a 160 fwa pa minit.

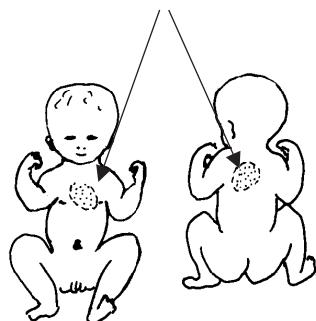
**Note sa:** Si w tande yon son k ap soufle (chiyou chiyou chiyou), kapab se son batman kè bebe a nan kòd lonbrik la. Son kòd la fè w konnen ak ki vitès kè bebe a ap bat, men li pa ede w jwenn pozisyon bebe a.

Si kè a bat dousman, gendwa se batman kè manman an w ap tande, men se pa bebe a. Eseye koute yon lòt kote sou vant lan.

## Chèche batman kè bebe a

Imajine nan ki pozisyon bebe a ta sanble l kouche. Apre sa, eseye koute batman kè a kote w panse li dwe ye a. Ou ka bezwen koute plizyè lòt pozisyon jiskaske w jwenn plas kote l ap bat pi fò a, pi klè a.

Se isit kè a  
sonnen pi fò.

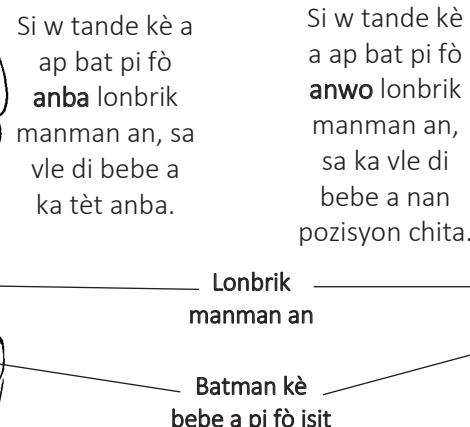


### Jwenn pozisyon bebe a pa mwayen batman kè I

Èske kè a bat pi fò anwo oswa anba lonbrik manman an?



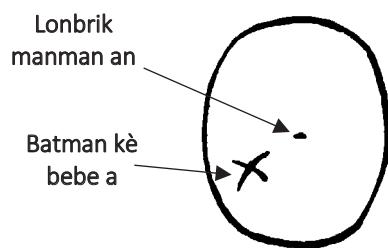
Tèt anba



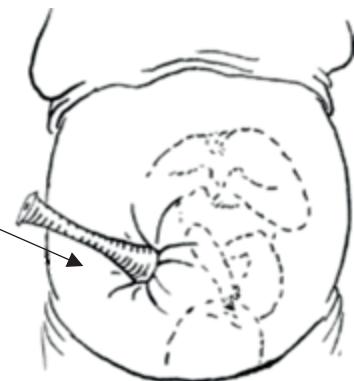
Pozisyon chita

Pafwa, lè bebe a bay fas li sou devan, li pi difisil pou w santi batman kè a paske ponyèt bebe a ak janm li bare l. Mete aparèy la sou kote vant manman an oswa direkteman nan mitan vant li a pou w ka tande batman kè a.

Si l posib, note nan dosye kote w te tande batman kè bebe a avèk yon ti desen.



Nan foto sa a, pwent ki nan mitan an se lonbrik manman an, epi **X** la se kote fanmsaj la te jwenn batman kè a.



Dosye pozisyon bebe a

<b>5 mwa</b>	<b>13 sept</b>	<input type="radio"/>
<b>6 mwa</b>	<b>12 okt</b>	<input checked="" type="radio"/>
<b>7 mwa</b>	<b>15 nov</b>	<input checked="" type="radio"/> <b>tèt anba</b>
<b>8 mwa</b>	<b>10 des</b>	<input checked="" type="radio"/> <b>tèt anba</b>
<b>8.5 mwa</b>	<b>12 jan</b>	<input checked="" type="radio"/> <b>tèt anba</b>
<b>9 mwa</b>	<b>28 jan</b>	<input checked="" type="radio"/> <b>tèt anba</b>

Pa egzanp, nan dosye sa a, bebe a pa t chavire tèt anba jiskaske 7<sup>yém</sup> mwa a. Menm lè sa a, li te deplase agoch adwat, ki fè **X** la soti sou bò goch, l al sou bò dwat, epi l tounen sou bò goch la. Jan de mouvman sa yo nòmal.

**Verifye ak ki vitès kè bebe a ap bat**

**BON SIY** Kè bebe a bat 120 a 160 fwa pa minit.

**MOVE SIY** Si kè bebe a bat pi piti pase 120 fwa pa minit oswa pi vit pase 160 fwa pa minit, li ka gen yon pwoblèm. Si kè a bat pi piti pase 100 fwa pa minit oswa pi vit pase 180 fwa pa minit, bebe sa a bezwen èd doktè.

Suiv enstriksyon sa yo pou kontwole batman kè bebe a:

1. Itilize yon mont oswa yon revèy ki ka kontwole segonn yo, menm jan w fè pou kontwole batman kè manman an (gade paj 120). Si w pa gen yon mont oswa yon revèy, konpare batman kè bebe a avèk batman kè pa w la lè w ap repoze. (Oubyen, fè yon kwonomèt avèk bagay lakay, gade paj 443). Kè bebe a dwe bat prèske 2 fwa pi vit pase kè pa w la.
2. Konte konbyen fwa kè a bat nan 1 minit. Si li difisil pou w gade nan mont la pandan w ap konte batman kè a, fè yon moun di w ki lè pou w kòmanse konte ak ki lè pou w fin konte.



Si kè bebe a ta sanble bat twò lan, kontwole batman kè manman an nan ponyèt li pandan w ap koute. Si batman kè manman an ak lòt batman kè w tande a tonbe daplon, se batman kè manman an w ap tande pa erè.

3. Ekri nan dosye w ki kote w te jwenn batman kè a, epi konbyen 1 te ye.

Si batman kè bebe a pi wo pase 160, tann kèk minit, epi kontwole l ankò. Gendelè kè l bat pi vit paske l ap fè mouvman. Si batman kè a toujou pi wo pase 160 (sitou si li ta 180 oubyen plis) manman an ka gen yon enfeksyon. Verifye si kè manman an bat vit oswa si l gen fyèv. Si wi, gade paj 179.

Si kè bebe a bat twò dousman, li ka gen yon pwoblèm. Si kè l bat ant 100 e 120 fwa pa minit, eseye deplase bebe a yon ti kras ak men w. Petèt l ap dòmi. Gade si kè a bat pi vit lè l pap dòmi.

**Si kè a bat pi ba pase 100 fwa pa minit, fè manman an al kay doktè.** Bebe a an danje! Nan yon lopital fi a ka bezwen fè yon sezaryèn pou l ka fè pitit la pi bonè.

— **Note sa:** Lè son batman kè l la fèb, sa pa vle di bebe a fèb. Sa senpleman vle di lestomak li oswa do l lwen zòrèy ou, oswa li yon jan difisil pou son an soti deyò vant manman an. Pa egzanp, si kè manman gra anpil, po vant li a ka pi pwès.

## Ki sa pou w fè si w jwenn move siy

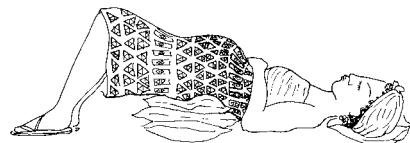


### **Bebe a nan pozisyon chita**

Anpil fwa, bebe ki nan pozisyon chita fèt san pwoblèm, sitou si manman an gen lòt pitit li te akouche byen fasil. Men, bebe ki nan pozisyon chita konn pi fasil kole lè pou yo soti, oswa yo ka gen lòt problem grav (gade paj 215).

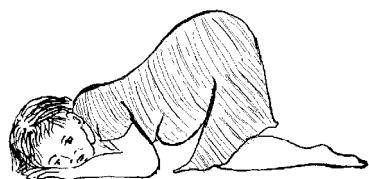
Li ka posib pou w fè bebe a vire. Eseye metòd sa yo:

- Leve ranch manman an. Mouvman sa a pèmèt bebe a soti nan basen manman an, pou l ka vire epi mete tèt li anba. Pou fè sa a, manman an dwe kouche sou do avèk yon bagay mou (tankou yon zòrye) anba ranch li pandan 15 minit, 3 fwa pa jou. Li pi bon pou sa fèt lè bebe a ap fè anpil mouvman.



Apre manman an fin kouche konsa pandan 15 minit, li dwe mache pandan 5 minit. Si li ta santi bebe a vire, li pa sipoze leve ranch li konsa ankò jiskaske w gade si bebe a toujou nan pozisyon chita a.

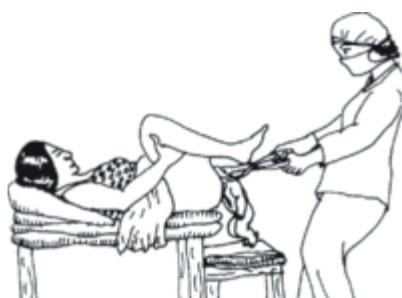
- Mande manman an pou l apiye sou jenou l epi depoze tèt li atè a, avèk tay li anlè. Sa se yon lòt fason pou deplase bebe a nan basen manman l pou l ka vire.
- Eseye pale ak bebe a, klere yon flash bò vant manman an, oswa mete mizik byen swa sou vant li a, bò kote zo basen an. Bebe a gendwa vire pou l ka pi pre limyè a oubyen son yo.
- Gendwa gen yon remèd fèy nan zòn nan ki ka ede ak sa.



**ATANSYON!** Sèlman fè masaj ki ka ede vire bebe a si yo te aprann ou ki jan pou w fè l san danje, epi si w nan pozisyon pou w jwenn asistans medikal si sa nesesè. Gen anpil danje lè w ap pouse sou matris la pou w eseye vire bebe a (gade paj 369).

Pa janm vire yon bebe si youn nan bagay so yo te fèt: manman an gentan pase likid, li te fè emoraji nan vajen yon lè, tansyon l wo, li te fè yon operasyon nan matris yon lè, oswa li te fè sezaryèn yon lè.

Yon doktè ka rale bebe a soti avèk yon pens espesyal.



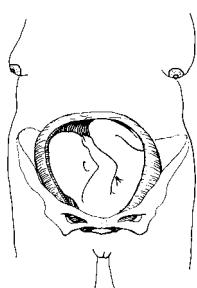
Si tèt bebe a pa chavire anba lè manman an kòmanse gen tranche, l ap pi bon pou manman an akouche nan yon sant sante oswa nan yon lopital. Doktè yo ka itilize yon pens espesyal ki fèt pou rale bebe a mèt deyò si l kole. Oubyen, yo ka fè yon sezaryèn.

Si yon bebe ki nan pozisyon chita pral akouche lakay, li trèzenpòtan pou gen yon fanmsaj prezan ki abil anpil (gade paj 215 pou wè ki jan pou akouche yon bebe ki nan pozisyon chita).

Se pou w sonje gendelè akouchman sa a gen plis danje. Pa eseye akouche yon bebe ki nan pozisyon chita a lakay si:

- Se premye pitit manman an.
- Manman an te gen akouchman anvan sa ki te difisil oubyen ki te dire lontan.
- Bebe a gwo anpil.
- Manman an fèb oswa malad, epi li pap ka pouse byen.
- Fanmsaj la pa gen anpil konesans oswa eksperyans avèk bebe ki nan pozisyon chita.

### **Bebe a kouche sou kote**



Bebe sa dwe  
fèt pa mwayen  
sezaryèn.

Si bebe a kouche sou kote, sa vle di tèt li pa ni anba ni anlè, sou 8<sup>yèm</sup> mwa a, ou ka eseye leve ranch manman an. Si bebe a pa vire, manman an dwe pran dispozisyon pou l fè sezaryèn nan yon lopital.

Basen manman an twò piti pou bebe ki kouche sou kote pase ladan 1. Si w eseye fè yon akouchman konsa olye de sezaryèn, matris manman an ap chire pandan li gen tranche, epi ni li menm ni bebe a ap mouri si yo pa jwenn bon swen medikal.

Si bebe a chavire tèt anba nenpòt lè, menmsi se jou pou l fèt la, manman an ka toujou akouche lakay. Men, sonje lè w ap eseye vire yon bebe ki kouche sou kote, sa gen anpil danje menm jan ak lè w ap eseye vire yon bebe ki nan pozisyon chita. (Gade paj 369.)

### **Marasa**

Li ka trè difisil pou w konnen si se marasa ki nan vant manman an. Men siy ki ka fè w konnen se marasa:

- Matris la gwosi pi vit oubyen li pi gwo pase jan li ta sipoze ye.
- Ou ka santi gen 2 tèt ak 2 dèyè lè w manyen vant manman an.
- Ou ka tandé 2 batman kè. Sa pa twò fasil, men li ka posib nan dènye mwa yo.

Men 2 fason pou w eseye tandé batman kè marasa:

1. Chèche batman kè pou youn nan bebe yo. Fè yon lòt moun chèche yon lòt kote pou wè si li ka tandé yon lòt batman kè ase fasil. Si l tandé yon batman kè tou, fè l koute nan yon plas pandan w ap tandé nan lòt plas la.

Nou chak ka tape ak men nou kadans kè a ap bat la. Si kadans yo menm, gendwa se batman kè menm bebe a. Si kadans yo pa menm, gendwa se 2 bebe diferan n ap tandé.



2. Si w pa gen yon lòt moun, men w gen yon mont ki ka kontwole segonn yo, oswa w gen yon lòt kalite kwonomèt, eseye kontwole chak batman kè separeman. Si batman kè yo pa menm, ou ka ap tande 2 bebe diferan.

Si w panse se marasa, menmsi w tande yon sèl batman kè, fè manman an al kay doktè. Nan yon sant sante oubyen yon lopital, y ap ka sèvi ak aparèy sonografi a (gade paj 434) pou wè si se marasa.



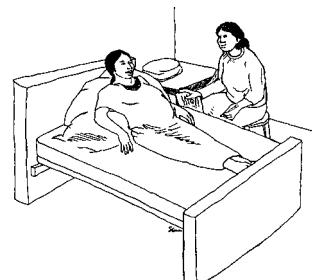
Kòm akouche marasa kom pi difisil e pi danjere, gen plis sekirite si akouchman an fèt lopital. Epitou, akouchman marasa anpil fwa konn vini pi bonè. Se sa k fè, apre 6 mwa, manman an dwe toujou gen yon mwayen transpò disponib ki ka menmen l lopital nenpòt ki lè l ta bezwen sa. Si lopital la oubyen sant sante a lwen, manman an ka bezwen rete pi pre lopital la pandan dènye mwa gwosès yo. Asire w gen yon plan ki defini ki jan l ap fè jwenn èd si ta gen ka dijans (gade paj 106).

Si akouchman an oblige fèt lakay, 2 fanmsaj ki abil dwe la a pou fè akouchman an. Siveye si manman an pa gen tranche twò bonè. Gade paj 219 pou plis enfòmasyon sou akouchman marasa.

## Apre w fin fè egzamen an

### **PRAN RANDEVOU POU L TOUNEN POU YON LÒT VIZIT**

Apre w fin egzamine bebe a ansanm ak manman l, verifye si fi a pa gen lòt kesyon oswa si l bezwen pale avè w sou yon lòt bagay. Si te gen move siy, ba l bonjan esplikasyon sou siy nan epi sou tout sa l dwe fè pou l pran swen tèt li. Si l bezwen lòt swen medikal, asire w li konnen ki kote pou l ale epi ki lè. Anvan w kite l ale, fè l konnen ki lè epi ki kote pou l tounen pou pwochen vizit li.



### **KENBE YON DOSYE SWEN SANTE POU FANM ANSENT**

Yon dosye ka montre w rapidman ki pwoblèm sante chak fi genyen, ki jan bagay yo ap evolye pou li, epi li ka fè w sonje move siy li te genyen. Sou paj ki vin apre a, gen yon tablo ou ka itilize pou kenbe tout ranseyman enpòtan ou jwenn pandan w ap egzamine yon fanm ansent anvan l akouche. Ou ka adapte tablo a selon bezwen patikilye zòn ou ye a.

Gen anpil fanmsaj ki fè yon "Dosye Pèmanan Swen Sante" sou yon kat fi a ka sere nan papye l yo, epi li ka vini avè l chak fwa li gen randevou. Se yon dosye toukout ki gen enfòmasyon de baz sa yo: sante jeneral fi a, detay konsènan gwosès li yo ak akouchman l yo, vaksen l te pran yo, egzamen basen l te fè yo, planin li itilize yo, fòmasyon li gentan pran nan domèn swen sante a, avèk lòt detay w ka bezwen.

