



ប័ណ្ណ & បច្ចេកទេសនៃការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ



ការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ និង ការរក្សា

ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការការរក្សា ឬ ត្រូវការទៅមន្ទីរពេទ្យ ខណៈពេលកំពុងបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ សូមបន្តអារម្មណ៍! អ្នកនឹងត្រូវរក្សាការផ្គត់ផ្គង់ទឹកដោះរបស់អ្នក និង បន្តបំបៅកូនរបស់អ្នកដោយទឹកដោះម្តាយ។

ពិគ្រោះជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក

ពិគ្រោះជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក មុនពេលរក្សា/ចូលស្នាក់នៅមន្ទីរពេទ្យ ហើយឲ្យគាត់ដឹងថាអ្នកកំពុងបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ។ សួរថាតើប្រភេទនៃថ្នាំដែលគាត់នឹងប្រើ ដូច្នោះអ្នកអាចប្រើថ្នាំដែលមានសុវត្ថិភាពក្នុងការប្រើ ខណៈពេលកំពុងបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ។ ដូចគ្នានេះដែរ ថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ភាគច្រើនដែលត្រូវបានប្រើក្នុងមន្ទីរពេទ្យបន្ទាប់ពីការរក្សា មានសុវត្ថិភាព។

ការប្រើថ្នាំ និង ការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ

ប្រសិនបើអ្នកព្រួយបារម្ភថាកូនរបស់អ្នកកំពុងទទួលបានថ្នាំតាមទឹកដោះរបស់អ្នក នោះសូមបូមស្តីដំនើរបស់អ្នកប្រហែល ៤ ទៅ ៦ ម៉ោង បន្ទាប់ពីការរក្សា និង បោះចោលទឹកដោះនេះ។

មានប្រភេទនៃថ្នាំខ្លះដែលអាចត្រូវការឲ្យអ្នកបូម និង ចោលទឹកដោះរបស់អ្នកក្នុងពេល ២៤ ម៉ោង។ វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកនឹងឲ្យអ្នកដឹងថាពេលណាដែលអ្នកអាចចាប់ផ្តើមបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយម្តងទៀត។

ការបំបៅទារក

ស្វែងយល់ថាតើគោលការណ៍របស់មន្ទីរពេទ្យអនុញ្ញាតឲ្យសមាជិកគ្រួសារនាំទារកទៅបន្ទប់របស់អ្នកដែរឬទេ ដូច្នោះអ្នកអាចបំបៅកូនរបស់អ្នក នៅពេលអ្នកមានអារម្មណ៍ចង់។ ក្នុងពេលភាគច្រើន សមាជិកគ្រួសារនឹងត្រូវស្នាក់នៅក្នុងបន្ទប់ជាមួយអ្នកដើម្បីជួយអ្នកបំបៅទារក។ នៅពេលអ្នកនៅឆ្ងាយ សូមរក្សាកាលវិភាគបំបៅឲ្យដូចគ្នា។ ត្រូវប្រាកដថាមាននរណាម្នាក់បំបៅទារកដោយប្រើទឹកដោះដែលបានរក្សាទុក ឬ ដោយប្រើទឹកដោះសម្រាប់ទារក ខណៈពេលអ្នកស្ថិតក្នុងមន្ទីរពេទ្យ។

ការបូមជាមុន

ប្រសិនបើអ្នកមិនអាចឲ្យទារកស្ថិតនៅក្នុងបន្ទប់មន្ទីរពេទ្យជាមួយអ្នកទេ នោះអ្នកនឹងត្រូវបូមស្តីដំនើរបស់អ្នករៀងរាល់ ៣ ទៅ ៤ ម៉ោងដើម្បីរក្សាការផ្គត់ផ្គង់ទឹកដោះរបស់អ្នក។ អ្នកអាចយកប្រដាប់បូមផ្ទះ ឬ សុំការអនុញ្ញាតប្រើប្រដាប់បូមរបស់មន្ទីរពេទ្យ។ មន្ទីរពេទ្យមិនទាំងអស់ទេដែលមានគ្រឿងមាតុភាព ដូច្នោះសូមស្វែងរកជាមុនថាតើនៅទីនោះមានប្រដាប់បូមស្តីដំនើរឬអត់។



ត្រូវការ ជំនួយ ឬ ជំនួយអំពី ការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ?

វាគ្មានបញ្ហាទេក្នុងការ សុំ ជំនួយ៖ ហៅទូរស័ព្ទទៅ វេជ្ជបណ្ឌិត ឬ ពេទ្យកុមាររបស់អ្នក >> ទាក់ទង អ្នកប្រឹក្សាខាងការបំបៅកូន >> ស្វែងយល់អំពី ប្រភពព័ត៌មានជាច្រើនដែលបានចុះផ្សាយលើគេហទំព័រ www.abbottnutrition.com/breastfeeding

គុណភាពត្រូវបានធានាដោយការចងមេត្រីជាមួយ៖



 **បណ្តែត & បច្ចេកទេសនៃការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ ៖ ការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ និង ការវះកាត់**

វាក៏ជាការផ្តល់យោបល់ឲ្យចាប់ផ្តើមបូម និង រក្សាទុកទឹកដោះភ្លាមៗបន្ទាប់ពីអ្នកដឹងថាអ្នកនឹងត្រូវមានការវះកាត់ផងដែរ។ ការណ៍នេះជួយបង្កើតការផ្គត់ផ្គង់ក្នុងមួយខណៈពេលដែលអ្នកស្ថិតក្នុងមន្ទីរពេទ្យ។ ប្រសិនបើអ្នកមានសេចក្តីជូនដំណឹងប៉ុន្មានថ្ងៃមុន សូមចាប់ផ្តើមបូម និង រក្សាទុកទឹកដោះរបស់អ្នកក្នុងទូទឹកកក ឬ ធុងបង្កក។

សម្រាកឲ្យបានគ្រប់គ្រាន់

រៀបចំឲ្យមិត្ត និង សមាជិកគ្រួសារជួយអ្នក នៅពេលអ្នកចេញពីមន្ទីរពេទ្យ។ ប្រសិនបើអ្នកអស់កម្លាំង ពួកគេអាចយកកូនរបស់អ្នកឲ្យអ្នក និង ជួយអ្នករៀបចំការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ។ ការសម្រាកបានគ្រប់គ្រាន់គឺសំខាន់ណាស់ ដូច្នេះរាងកាយរបស់អ្នកមានឱកាសដើម្បីជាសះស្បើយ។

ត្រូវការ ជំនួយ ឬ ជំនួយអំពី
ការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ?



វាគ្មានបញ្ហាទេក្នុងការ **សុំ** ជំនួយ៖

ហៅទូរស័ព្ទទៅ រដ្ឋបណ្ឌិត ឬ ពេទ្យកុមាររបស់អ្នក > ទាក់ទង អ្នកប្រឹក្សាខាងការបំបៅកូន > ស្វែងយល់អំពី ប្រភពព័ត៌មានជាច្រើនដែលបានចុះផ្សាយលើគេហទំព័រ www.abbottnutrition.com/breastfeeding

