

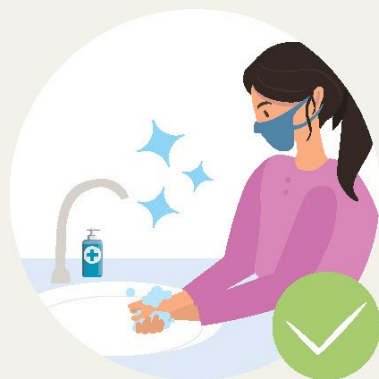


ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ គួរបន្តការពិនិត្យសុខភាពមុនពេលសម្រាលជាប្រចាំ និងនៅតែអាចសម្រាលកូនជាធម្មតានៅតាមមណ្ឌលសុខភាពក្នុងអំឡុងពេលរាលដាលនៃជំងឺកូវីដ-១៩

ប្រសិនបើអ្នកមានផ្ទៃពោះ៖



អនុវត្តតាមការណែនាំទាំងអស់របស់អ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសម្ភពរបស់អ្នក និងសម្រេចចិត្តជាមួយពួកគេប្រសិនបើការពិនិត្យថែទាំមុនពេលសម្រាលអាចធ្វើទៅបានពីចម្ងាយតាមរយៈវីដេអូ ឬការហៅទូរស័ព្ទ



ត្រូវប្រាកដថាអ្នកប្រើម៉ាស់ការពារ រក្សាគម្លាតសុវត្ថិភាពពីអ្នកដទៃ និងលាងដៃឱ្យបានញឹកញាប់ក្នុងកំឡុងពេលនិងក្រោយពេលអ្នកបានទទួលការពិនិត្យថែទាំនៅមណ្ឌលសុខភាព



ប្រសិនបើអ្នកមានអាការៈក្តៅខ្លួន ក្អក ឬពិបាកក្នុងការដកដង្ហើម សូមពិភាក្សាជាមួយអ្នកផ្តល់សេវា សុខាភិបាលជាបន្ទាន់ និងអនុវត្តតាមការណែនាំ



<http://moh.gov.kh/>



១១៥ ដោយឥតគិតថ្លៃ



គាំទ្រដោយរដ្ឋាភិបាលអូស្ត្រាលី



ប្រសិនបើអ្នកមានផ្ទៃពោះ និង ទទួលសេវានៅ មណ្ឌលសុខភាពមានកំណត់៖

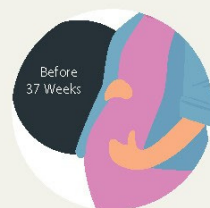
ស្នើសុំឱ្យអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកពន្យល់ពីសញ្ញាគ្រោះថ្នាក់ ដើម្បីឱ្យអ្នកដឹងថាពេលណាត្រូវស្វែងរក
ការថែទាំសុខភាពដោយផ្ទាល់ ឬការស្វែងរកជំនួយភ្លាមៗ ប្រសិនបើអ្នកជួបប្រទះសញ្ញាណគ្រោះថ្នាក់ខាងក្រោម៖



ការផ្លាស់ប្តូរ ឬកង្វះចលនា
របស់កូនក្នុងផ្ទៃ



ឈឺក្បាលធ្ងន់ធ្ងរ ឬឈឺក្បាលរយៈ
ពេលពីរបីថ្ងៃ និងស្រវាំងភ្នែក



ឈឺពោះធ្ងន់ធ្ងរ ឬកន្ត្រាក់ទៀងទាត់
មុនពេល ៣៧ សប្តាហ៍



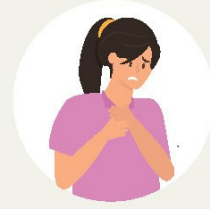
ហើមច្រើននៅលើមុខ ដៃ
កងើង ឬប្រអប់ដើង



ការធ្លាក់ឈាមតាមទ្វារមាស ឬការធ្លាក់ទឹក
រំអិលចេញពីទ្វារមាសមុន ៣៧ សប្តាហ៍



ងោរញាក់/ប្រកាច់



ដកដង្ហើមញាប់ ឬពិបាកដកដង្ហើម



ឡើងសំពាធឈាមខ្ពស់



ក្តៅខ្លួន ឬអស់កម្លាំងមិនអាច
ងើបចេញពីគ្រែបាន



ចង្អោរ និងក្អួតច្រើន

ប្រសិនបើអ្នកធ្លាប់មានរោគសញ្ញាទាំងនេះ
សូមទៅកាន់មណ្ឌលសុខភាពដែលនៅជិតអ្នក
បំផុតឱ្យបានឆាប់តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន



ប្រសិនបើអ្នកមានអាការៈក្តៅខ្លួន ក្អួត ឬពិបាកក្នុងការដកដង្ហើម សូមពិភាក្សា
ជាមួយអ្នកផ្តល់សេវា សុខាភិបាលជាបន្ទាន់ និងអនុវត្តតាមការណែនាំ



<http://moh.gov.kh/>



១១៥ ដោយឥតគិតថ្លៃ

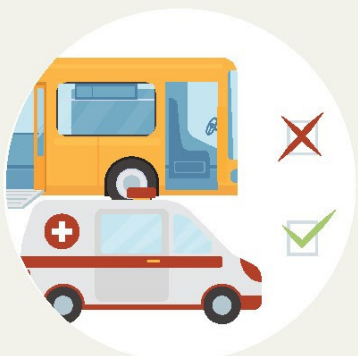


គាំទ្រដោយរដ្ឋាភិបាលអូស្ត្រាលី

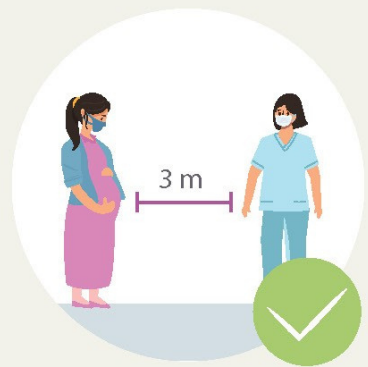


ប្រសិនបើអ្នកមានរោគសញ្ញាវិវត្តន៍ទៅជាជំងឺផ្លូវដង្ហើម ឬជំងឺកូវីដ-១៩ ដូចជា ក្អក
និងក្តៅខ្លួនអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ សូមជូនដំណឹងដល់អ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាព
របស់អ្នកជាបន្ទាន់ និងអនុវត្តតាមដំបូន្មានចាក់ថង់នឹងការថែទាំបន្ថែម៖

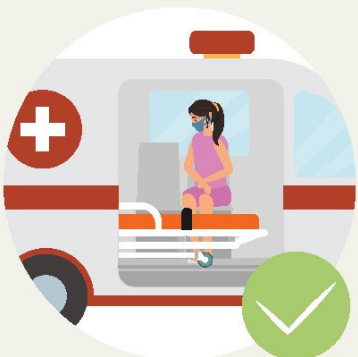
ប្រសិនបើពួកគេណែនាំឱ្យអ្នកមកកាន់មណ្ឌលសុខភាព ឬកន្លែងថែទាំ៖



ជៀសវាងការប្រើប្រាស់មធ្យោបាយធ្វើដំណើរសាធារណៈ ទូរសព្ទទាក់ទង
ជាមួយភ្នាក់ងារដឹកជញ្ជូនឯកជន ឬថយន្តសង្គ្រោះបន្ទាន់ក្នុងស្ថានភាព
អាសន្ន និងជូនដំណឹងដល់អ្នកបើកបរអំពីរោគសញ្ញារបស់អ្នក



ជៀសវាងការទំនាក់ទំនងជាមួយអ្នកជំងឺផ្សេងទៀត
និងជំនួយការរបស់ពួកគេ ហើយរង់ចាំការណែនាំពី
បុគ្គលិកសុខាភិបាល



អនុវត្តអនាម័យផ្លូវដង្ហើមប្រើម៉ាស់ការពារ ឬគ្របច្រមុះនិងមាត់របស់អ្នក
ពេលធ្វើការទាក់ទងជាមួយអ្នកបើកបរយានយន្ត ឬអ្នកបើកបរថយន្ត
សង្គ្រោះ និងបុគ្គលិកនៅមន្ទីរពេទ្យ



ប្រសិនបើអ្នកមានបញ្ហាបន្ទាន់ផ្នែកសម្ភព (ការឈឺចាប់/បញ្ហាក្រោយ
សម្រាល ដូចជាការហូរឈាម ឬប្រកាច់ជាដើម) សូមរាយការណ៍
បន្ទាន់ដល់បុគ្គលិកសុខាភិបាល



ប្រសិនបើអ្នកមានអាការៈក្តៅខ្លួន ក្អក ឬពិបាកក្នុងការដកដង្ហើម សូមពិភាក្សា
ជាមួយអ្នកផ្តល់សេវា សុខាភិបាលជាបន្ទាន់ និងអនុវត្តតាមការណែនាំ

<http://moh.gov.kh/> ១១៥ ដោយឥតគិតថ្លៃ

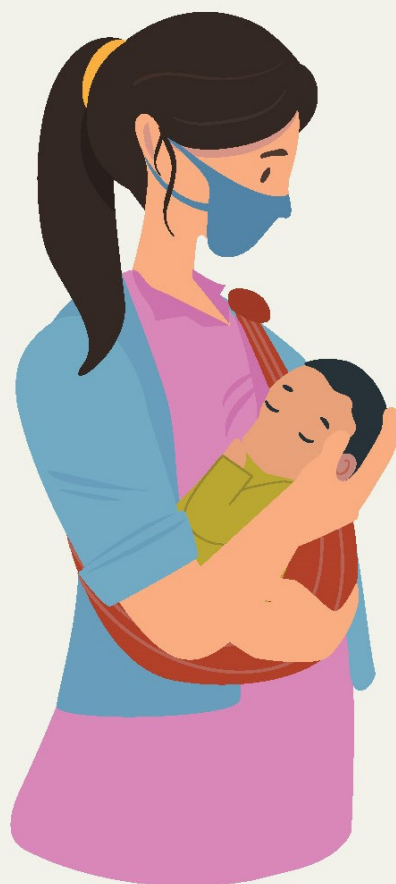
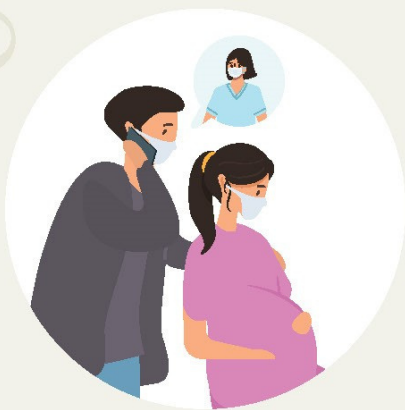


Australian Aid

គាំទ្រដោយរដ្ឋាភិបាលអូស្ត្រាលី



ស្ត្រីគួរតែត្រូវបានលើកទឹកចិត្តក្នុងការសម្រាលកូនរបស់
ពួកគេនៅក្នុងមន្ទីរពេទ្យ ឬមណ្ឌលសុខភាពសាធារណៈ ដើម្បី
ធានាបាននូវសុវត្ថិភាពសម្រាប់មាតា និងទារក



ប្រសិនបើអ្នកសម្រាលកូនមុនពេលកំណត់ ឬបែក
ទឹកភ្លោះ សូមទូរស័ព្ទទៅអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសម្ភព
របស់អ្នក ដើម្បីទទួលបានដំបូន្មាន និងជូនដំណឹង
ដល់ពួកគេអំពីរោគសញ្ញាផ្លូវដង្ហើម ឬរោគសញ្ញា
ដែលទាក់ទងនឹងជំងឺកូវីដ-១៩ ដូច្នោះពួកគេអាច
ជួយអ្នកក្នុងការរៀបចំផែនការថែទាំ ឬការបញ្ជូនបន្ត

ប្រសិនបើអ្នកមានអាការៈ ក្តៅខ្លួន ក្អក ឬ
ពិបាកដកដង្ហើម សូមប្រឹក្សាបន្ទាន់ជាមួយ
អ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក និងធ្វើ
តាមដំបូន្មានវេជ្ជសាស្ត្រ



ប្រសិនបើអ្នកមានអាការៈក្តៅខ្លួន ក្អក ឬពិបាកក្នុងការដកដង្ហើម សូមពិភាក្សា
ជាមួយអ្នកផ្តល់សេវា សុខាភិបាលជាបន្ទាន់ និងអនុវត្តតាមការណែនាំ



<http://moh.gov.kh/>



១១៥ ដោយឥតគិតថ្លៃ



គាំទ្រដោយរដ្ឋាភិបាលអូស្ត្រាលី



ស្ត្រីគ្រប់រូបមានសិទ្ធិទទួលបានការព្យាបាលប្រកបដោយការយកចិត្តទុកដាក់ សេចក្តីថ្លៃថ្នូរ និងការគោរពគ្រប់ពេលទាំងអំឡុងពេលនៃការសម្រាល និងការផ្តល់កំណើត ស្ត្រីគ្រប់រូបមានសិទ្ធិ៖



ទទួលបានព័ត៌មានត្រឹមត្រូវ និងបដិសេធ ឬផ្តល់ការយល់ព្រមចំពោះការអនុវត្តសេវាជាក់លាក់



ផ្តល់នូវជម្រើស និងការសម្រេចចិត្ត ដោយគោរពនិងគាំទ្រចំពោះស្ត្រី



ផ្តល់ឱកាសក្នុងការផ្លាស់ប្តូរទីតាំងក្នុងកំឡុងពេលសម្រាល និងការជ្រើសរើសទីកន្លែងសម្រាលដែលពេញចិត្ត



ប្រសិនបើអ្នកមានអាការៈក្តៅខ្លួន ក្អក ឬពិបាកក្នុងការដកដង្ហើម សូមពិភាក្សាជាមួយអ្នកផ្តល់សេវា សុខាភិបាលជាបន្ទាន់ និងអនុវត្តតាមការណែនាំ



<http://moh.gov.kh/>



១១៥ ដោយឥតគិតថ្លៃ



គាំទ្រដោយរដ្ឋាភិបាលអូស្ត្រាលី



ស្ត្រីមានសិទ្ធិជ្រើសរើសដៃគូដើម្បីកំដរនៅក្នុង
ដំណើរការនៃការសម្រាល និងការផ្តល់កំណើត



រៀបចំផែនការជាមុនដើម្បីកំណត់
អត្តសញ្ញាណដៃគូកំដរដែលអ្នកពេញចិត្ត
ឬដៃគូជំនួសមុនពេលសម្រាល



ប្រសិនបើអ្នកមានអការៈក្តៅខ្លួន ក្អក ឬពិបាកក្នុងការដកដង្ហើម សូមពិភាក្សា
ជាមួយអ្នកផ្តល់សេវា សុខាភិបាលជាបន្ទាន់ និងអនុវត្តតាមការណែនាំ

 <http://moh.gov.kh/>  ១១៥ ដោយឥតគិតថ្លៃ 



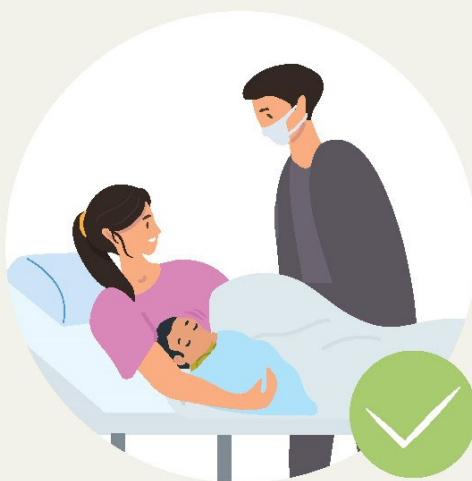
គាំទ្រដោយរដ្ឋាភិបាលអូស្ត្រាលី



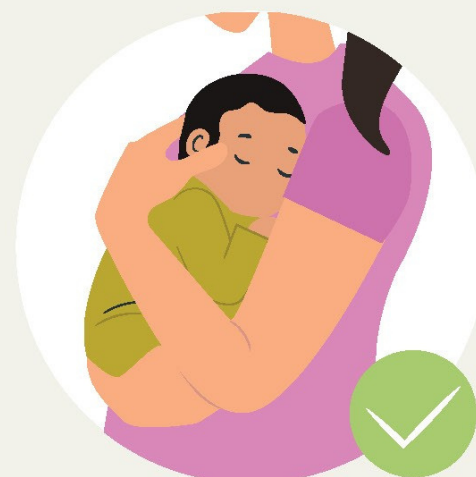
បន្ទាប់ពីការសម្រាលកូន ស្ត្រីមិនគួរដាក់ឱ្យដាច់ដោយឡែកពីកូន
របស់ពួកគេ ដោយមិនគិតពីស្ថានភាពនៃជំងឺកូវីដ-១៩ មាតានិង
ទារកទាំងអស់ត្រូវការការគាំទ្រ៖



នៅជាមួយគ្នា



បង្កើតការបំបៅកូនដោយ
ទឹកដោះភ្លាម បន្ទាប់ពីសម្រាល



អនុវត្តការប៉ះពាល់រវាងស្បែក និង
ស្បែក ឬភាពកក់ក្តៅរបស់ម្តាយ
ដោយដាក់កូនលើដើមទ្រូង



ប្រសិនបើអ្នកមានអាការៈក្តៅខ្លួន ក្អក ឬពិបាកក្នុងការដកដង្ហើម សូមពិភាក្សា
ជាមួយអ្នកផ្តល់សេវា សុខាភិបាលជាបន្ទាន់ និងអនុវត្តតាមការណែនាំ



<http://moh.gov.kh/>



១១៥ ដោយឥតគិតថ្លៃ



គាំទ្រដោយរដ្ឋាភិបាលអូស្ត្រាលី



បន្ទាប់ពីការចាកចេញពីមន្ទីរពេទ្យ ការពិនិត្យថែទាំក្រោយ
សម្រាលមួយចំនួនអាចធ្វើឡើងតាមរយៈវិធីសាស្ត្រជំនួស
ផ្សេងៗ ដូចជាតាមរយៈវីដេអូ ឬចូរស្តីសាកសួរព័ត៌មាន



ពិភាក្សាជាមួយអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំផ្នែក
សម្ភពរបស់អ្នក ប្រសិនបើអ្នកមានតម្រូវ
ការពិនិត្យសុខភាពក្រោយសម្រាលកូន
ដែលអាចធ្វើបានពីចម្ងាយ និងធ្វើតាម
ដំបូន្មានវេជ្ជសាស្ត្រ



ប្រសិនបើអ្នកមានអាការៈក្តៅខ្លួន ក្អក ឬពិបាកក្នុងការដកដង្ហើម សូមពិភាក្សា
ជាមួយអ្នកផ្តល់សេវា សុខាភិបាលជាបន្ទាន់ និងអនុវត្តតាមការណែនាំ



<http://moh.gov.kh/>



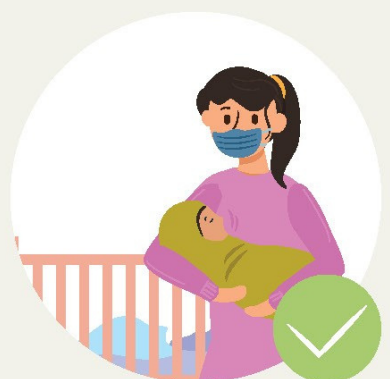
១១៥ ដោយឥតគិតថ្លៃ



គាំទ្រដោយរដ្ឋាភិបាលអូស្ត្រាលី



ប្រសិនបើអ្នកកំពុងបំបៅដោះកូនដោយទឹកដោះ ហើយអ្នកមានរោគសញ្ញាវិវត្តទៅជាជំងឺកូវីដ-១៩ សូមធ្វើតាមវិធានការដោយប្រុងប្រយ័ត្ន ដូចខាងក្រោម៖



ពាក់ម៉ាស់ការពារនៅពេលអ្នកបំបៅដោះកូនគ្រប់ពេល



លាងសំអាតគ្រប់កន្លែងឱ្យបានស្អាត



លាងដៃមុនពេលបំបៅកូនរបស់អ្នក



ជូនដំណឹងដល់អ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសម្បទារបស់អ្នក និងធ្វើតាមការណែនាំ



ប្រសិនបើអ្នកមានអាការៈក្តៅខ្លួន ក្អក ឬពិបាកក្នុងការដកដង្ហើម សូមពិភាក្សាជាមួយអ្នកផ្តល់សេវា សុខាភិបាលជាបន្ទាន់ និងអនុវត្តតាមការណែនាំ

<http://moh.gov.kh/> ១១៥ ដោយឥតគិតថ្លៃ



Australian Aid

 គាំទ្រដោយរដ្ឋាភិបាលអូស្ត្រាលី