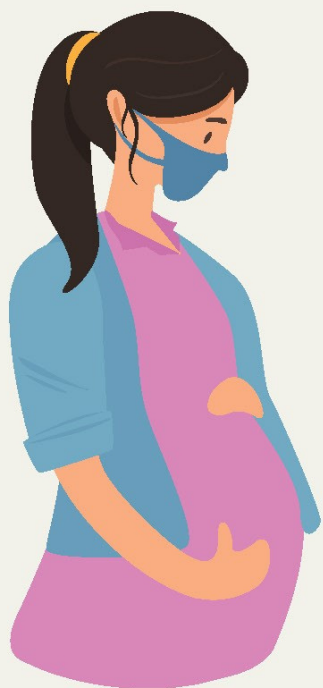


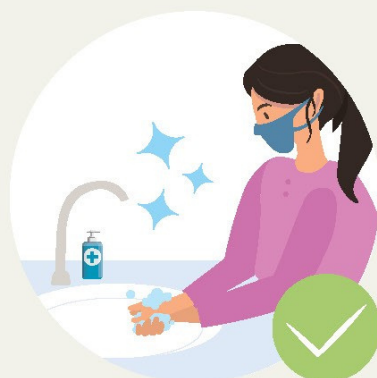


# ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ គួរបន្តការពិនិត្យសុខភាពមុនពេលសម្រាលជាប្រចាំ នឹងនៅតែអាចសម្រាលកូនជាធម្មតានៅតាមមណ្ឌលសុខភាពក្នុងអំឡុងពេលរាលដាលនៃជំងឺកូវីដ-១៩

## 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



ចង្កោរ និងក្អួតច្រើន

ប្រសិនបើអ្នកធ្លាប់មានរោគសញ្ញាទាំងនេះ  
សូមទៅកាន់មណ្ឌលសុខភាពដែលនៅជិតអ្នក  
បំផុតឱ្យបានឆាប់តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន



ប្រសិនបើអ្នកមានអាការៈក្តៅខ្លួន ក្អួត ឬពិបាកក្នុងការដកដង្ហើម សូមពិភាក្សា  
ជាមួយអ្នកផ្តល់សេវា សុខាភិបាលជាបន្ទាន់ និងអនុវត្តតាមការណែនាំ

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

១១៥ ដោយឥតគិតថ្លៃ



គាំទ្រដោយរដ្ឋាភិបាលអូស្ត្រាលី

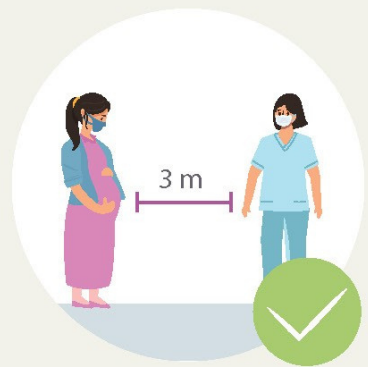


ប្រសិនបើអ្នកមានរោគសញ្ញាវិវត្តន៍ទៅជាជំងឺផ្លូវដង្ហើម ឬជំងឺកូវីដ-១៩ ដូចជា ក្អក  
និងក្តៅខ្លួនអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ សូមជូនដំណឹងដល់អ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាព  
របស់អ្នកជាបន្ទាន់ និងអនុវត្តតាមដំបូន្មានចាក់ថង់នឹងការថែទាំបន្ថែម៖

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



ប្រសិនបើអ្នកមានអការៈក្តៅខ្លួន ក្អក ឬពិបាកក្នុងការដកដង្ហើម សូមពិភាក្សា  
ជាមួយអ្នកផ្តល់សេវា សុខាភិបាលជាបន្ទាន់ និងអនុវត្តតាមការណែនាំ

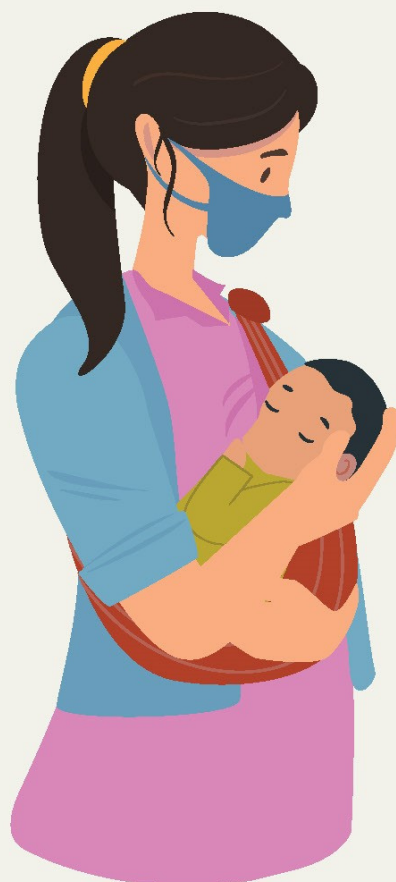
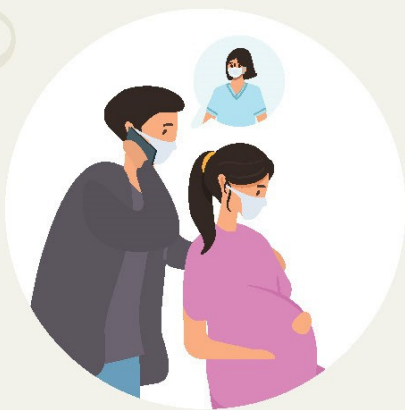
<http://moh.gov.kh/> ១១៥ ដោយឥតគិតថ្លៃ



**Australian Aid**   
គាំទ្រដោយរដ្ឋាភិបាលអូស្ត្រាលី



# ស្ត្រីគួរតែត្រូវបានលើកទឹកចិត្តក្នុងការសម្រាលកូនរបស់ ពួកគេនៅក្នុងមន្ទីរពេទ្យ ឬមជ្ឈមណ្ឌលសុខភាពសាធារណៈ 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



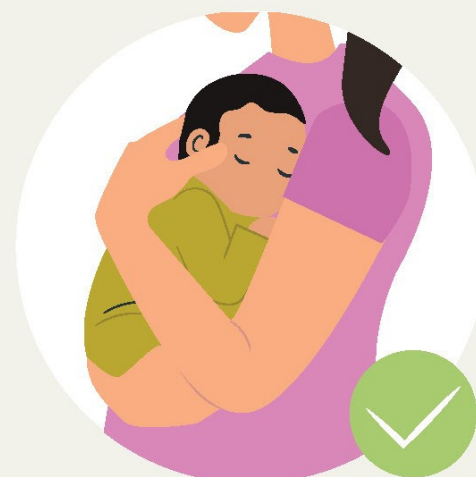
បន្ទាប់ពីការសម្រាលកូន ស្ត្រីមិនគួរដាក់ឱ្យដាច់ដោយឡែកពីកូន  
របស់ពួកគេ ដោយមិនគិតពីស្ថានភាពនៃជំងឺកូវីដ-១៩ មាតានឹង  
ទារកទាំងអស់ត្រូវការការគាំទ្រ៖



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