មន្ទីរពេទ្យ
កាល់ម៉ែត
HOPITAL
Calmette

ករុណា ការប្តេជ្ញា ឧត្តមភាព ប្រសិទ្ធភាព ទំនើបកម្ម

ព្រឹត្តិបត្រសុខភាព មន្ទីរពេទ្យ កាល់ម៉ែត

Calmette's Newsletter Nº 07

ខែ កក្កដា ២០១៨ - កញ្ញា ២០១៨

ព្រឹត្តិបត្រលេខ ៧

រៀបចំដោយ
គណៈកម្មការទស្សនាវដ្តីនៃមន្ទីរពេទ្យកាល់ម៉ែត

ទំព័រផ្សេងៗ

ខែ កក្កដា ២០១៨ - កញ្ញា ២០១៨

ទស្សនាវដ្តីលេខ ៧

1 សិក្ខាសាលាពិភាក្សារួមគ្នារវាង ជប៉ុន និង កម្ពុជានៅមន្ទីរពេទ្យកាល់ម៉ែត នៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា!

2 វគ្គបណ្តុះបណ្តាលស្តីពី "ការត្រួតពិនិត្យ និងបង្ការការចម្លងរោគក្នុងមន្ទីរពេទ្យ (Infection Prevention control)"

3 ម្តាយក្តៅខ្លួនក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ អាចប៉ះពាល់ដល់ទារកឬទេ?

4 អត្ថប្រយោជន៍ នៃការថតវាស់កំហាប់ឆ្អឹង (Bone Densitometry)!

5 តើអ្នកធ្លាប់បានដឹងអំពីជំងឺដុំសរសៃប្រសាទបញ្ជាស្ថិតនៅនឹងឆ្អឹងកងខ្នងដែរ ឬទេ?

6 ជំងឺចប់បារម្ភគឺជាជំងឺដែលអាចព្យាបាលបាន!

7 តើស្ត្រីមានផ្ទៃពោះជាមធ្យមក្នុងរយៈពេលប៉ុន្មានក្រោយរៀបការ? និង តើគូរស្វាមីភរិយាជាទូទៅ ត្រូវរង់ចាំរយៈពេលប៉ុន្មានក្នុងការចង់មានផ្ទៃពោះ?

8 ស្ថានភាព ផល្លី ៣ខែ ក្រោយបាក់ឆ្អឹងក!

9 សំណួរចម្លើយ Quiz? ទាក់ទងនឹងសុខភាព

www.facebook.com/calmette.gov.kh

hospital@calmette.gov.kh

www.calmette.gov.kh

សិក្ខាសាលាពិភាក្សារួមគ្នារវាង ជប៉ុន និង កម្ពុជានៅមន្ទីរពេទ្យកាល់ម៉ែត នៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា!

ផ្តើមចេញអំពីទស្សនកិច្ចកម្រិតថ្នាក់ដឹកនាំមន្ទីរពេទ្យនាឆ្នាំ ២០១៦ នៅប្រទេសជប៉ុន អំពីវិស័យអភិវឌ្ឍមន្ទីរពេទ្យ និងជាពិសេសកិច្ចការរៀបចំ និងដំណើរការផ្នែកសង្គ្រោះបន្ទាន់បឋមមុនមកដល់មន្ទីរពេទ្យនិងក្នុងមន្ទីរពេទ្យ ក៏ដូចជាជំនាញថែទាំផ្សេងៗក្នុងមន្ទីរពេទ្យ សិក្ខាសាលា ពិភាក្សារួមគ្នាមួយថ្មីទៀតត្រូវបានរៀបចំឡើងនាថ្ងៃសុក្រ ៣រោច ខែជេស្ឋ ឆ្នាំចសំរឹទ្ធិស័ក ព.ស ២៥៦២ ត្រូវនឹងថ្ងៃទី ០១ ខែមិថុនា ឆ្នាំ២០១៨ នៅ មន្ទីរពេទ្យកាល់ម៉ែត នៃ ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា ដោយមាន ការចូលរួមធ្វើបទ បង្ហាញអំពីអ្នកជំនាញការផ្នែកមន្ទីរពេទ្យ មកពីប្រទេសជប៉ុន ក្នុងគោលបំណងចែករំលែកបទពិសោធន៍ចំណេះដឹងថ្មីៗ ក្នុងជំនាញបច្ចេកទេសសង្គ្រោះបន្ទាន់ និង បទពិសោធន៍ អំពីការគ្រប់គ្រងស្ថានភាពជំងឺមុនមកដល់ មន្ទីរពេទ្យនិងក្នុងមន្ទីរពេទ្យ ព្រមទាំងចំណេះដឹងបទពិសោធន៍អំពីការរៀបចំបញ្ជូនអ្នកជំងឺ ពីកន្លែងមួយទៅកន្លែងមួយ ក្នុងស្ថានភាពសមស្រប និងដោយសុវត្ថិភាពខ្ពស់បំផុត។

បន្ថែមពីជំនាញខាងលើ បទពិសោធន៍ និងចំណេះដឹងផ្សេងៗលើជំនាញ និងបច្ចេកទេសផ្នែកផ្សាំសរីរាង្គ ជំនាញថែទាំអ្នកជំងឺវ័យជរា ក៏ជាប្រធានបទសំខាន់ដែលបានលើកមកបង្ហាញ និងពិភាក្សាផងដែរ។

កិច្ចសហប្រតិបត្តិការបច្ចេកទេសវេជ្ជសាស្ត្រនៃប្រទេសទាំងពីរ ក៏ផ្តោតជាអាទិភាពសំខាន់លើវិស័យ បណ្តុះបណ្តាលធនធានមនុស្សកម្រិតអ្នកជំនាញកម្រិតខ្ពស់ដែលតម្រូវឱ្យមានការផ្លាស់ប្តូរគ្នាទៅវិញទៅមក តាមទស្សនៈកិច្ចសិក្សានៅប្រទេសជប៉ុន និងកម្ពុជា។

វគ្គបណ្តុះបណ្តាលស្តីពី
“ការត្រួតពិនិត្យ និងបង្ការការចម្លងរោគក្នុងមន្ទីរពេទ្យ (Infection Prevention control)”

នាថ្ងៃព្រហស្បតិ៍ ១រោច ខែ បឋមាសាឍ ឆ្នាំច សំរឹទ្ធិស័ក ព.ស. ២៥៦២ ត្រូវនឹងថ្ងៃទី ២៨ ខែ មិថុនា ឆ្នាំ២០១៨ មន្ទីរពេទ្យកាល់ម៉ែត បានរៀបចំវគ្គបណ្តុះបណ្តាលស្តីពី "ការត្រួតពិនិត្យ និងបង្ការការចម្លងរោគក្នុងមន្ទីរពេទ្យ" ដែលប្រព្រឹត្តទៅមានរយៈពេល ២ថ្ងៃ។ គោលបំណងនៃវគ្គបណ្តុះបណ្តាលនេះ គឺបង្កើនចំណេះលើការបង្ការការចម្លង រោគនៅក្នុងមន្ទីរពទ្យ ដល់បុគ្គលិក ជាគិលានុបដ្ឋាក-យិកា ឆ្មប ដែលទើបចូលបម្រើការងារ ថែទាំ លើចំណុចសំខាន់ៗមាន៖

១- អនាម័យដៃ

២- ការបង្ករោគ ប្រភពនៃមេរោគ និងការត្រួតពិនិត្យ ការបង្ការការចម្លងរោគ

៣- ការសម្លាប់មេរោគ ស្តេរីលសម្ភារៈ

៤- ការបង្ការ និងថែទាំ ពេលមុត ឬខ្ទាតប្រឡាក់ឈាម

ម្ដាយក្ដៅខ្លួនក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ **អាចប៉ះពាល់ដល់ទារក ឬទេ?**

ក្ដៅខ្លួនក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ គឺជាការកើនឡើងកម្ដៅខ្លួន លើស ឬស្មើ ៣៧.៨ អង្សារសេ។

១) មូលហេតុៈ

កត្តាដែលនាំឱ្យមានការកើនឡើងកំដៅក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ មានបីប្រភេទគឺ:

ក. មូលហេតុមិនសូវធ្ងន់ធ្ងរៈ

- រលាកត្រចៀក
- រលាកបំពង់ក
- រលាកទងសួត
- ផ្ដាសាយធំ

ខ. មូលហេតុធ្ងន់ធ្ងរៈ

- ការរលាកតម្រងនោម
- ការរលាក ប្រដាប់បន្តពូជ
- ការរលាកស្រោមទឹកភ្លោះ
- ស្លួច, Toxoplasmose, cytomegalovirus, herpès, រលាកសួត ,ស្រឡទែន រលាកថ្លើមប្រភេទ B ,C, របេង, listeriose , ជំងឺអេដស៍។

គ. មូលហេតុធ្ងន់ធ្ងរដែលតម្រូវឱ្យមានការវះកាត់បន្ទាន់មានដូចជា:

- រលាកខ្នែងពោះវៀន
- រលាកថង់ទឹកប្រមាត់

២) រោគសញ្ញាៈ

អាការៈដែលអាចកើតមានឡើងគួបផ្សំជាមួយការកើនឡើងនៃកំដៅមានៈ

ក. សញ្ញានៃការពិបាកបត់ជើងតូចមានដូចជា:

- ពិបាកនោម
- នោមមិនអស់
- នោមក្រហាយ
- ឈឺចង្កេះ
- នោមមានឈាម

ខ. សញ្ញាផ្នែកប្រដាប់រំលាយអាហារៈ

- រាករូស
- ក្អួត ចង្អោរ
- ចុកពោះ

គ. សញ្ញាផ្លូវដង្ហើមៈ

- ក្អក
- ហត់
- ពិបាកដកដង្ហើម
- ចប់ដើមទ្រូង

ឃ. សញ្ញានៃប្រដាប់បន្តពូជៈ

- ធ្លាក់សខ្លាំង មានក្លិនស្អុយ
- ការធ្លាក់ឈាម
- ការហូរខ្ទុះ

*បញ្ជាក់: ចំពោះការបង្ករោគដោយប៉ារ៉ាស៊ីត វីរុស ឬបាក់តេរីមួយចំនួនធំ គឺមិនបណ្ដាលឱ្យមានសញ្ញាគំអួញអ្វីទាំងអស់ ដូច្នេះទាមទារឱ្យស្ត្រីមានផ្ទៃពោះទាំងអស់ត្រូវមកពិនិត្យផ្ទៃពោះ និងធ្វើតេស្តឈាមរកមេរោគមួយចំនួន ឲ្យបានទៀងទាត់ និងទាន់ពេលវេលា។

៣) កត្តាប្រឈម

ហានិភ័យដែលអាចកើតមានឡើង បណ្ដាលមកពីគ្រុនក្ដៅក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះមានដូចជា:

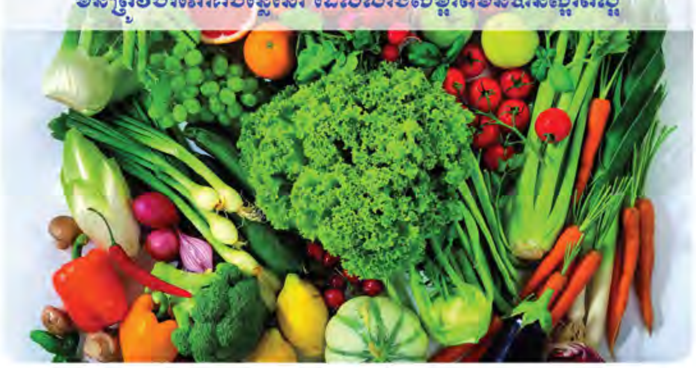
- អាចបណ្ដាលឱ្យរលូតកូន
- កូនកើតមិនគ្រប់ខែ
- ទារកស្លាប់ក្នុងពោះ
- ជំងឺដែលអាចកើតមានលើទារកដែលបណ្ដាលមកពីការឆ្លងរោគពីម្ដាយ ទៅ កូន។

៤) វិធីការពារ និងព្យាបាលៈ

- ត្រូវនៅឱ្យឆ្ងាយពីសត្វឆ្មា ឬសត្វអាចបង្ករោគមួយចំនួនទៀត
- មិនត្រូវបរិភោគ សាច់ឆៅ ឬបន្លែឆៅ ដែលលាងសម្អាតមិនបានស្អាតល្អ
- មិនត្រូវបរិភោគ អាហារផ្អាប់ ឬអាហាររក្សាក្នុងទូរទឹកកកករយៈពេលយូរ ព្រោះវាមានផ្ទុកនូវប៉ារ៉ាស៊ីតមួយចំនួន
- ត្រូវនៅឱ្យឆ្ងាយពីក្មេង ឬកុមារដែលកើតអុតស្វាយ ឬស្អូចព្រោះ បណ្ដាលឱ្យឆ្លងបាន
- ត្រូវមកពិនិត្យផ្ទៃពោះ និងពិនិត្យឈាមដើម្បីស្វែងរកមេរោគមួយចំនួន ដែលអាចបង្កហានិភ័យដល់ទារកក្នុងផ្ទៃ

មិនត្រូវបរិភោគសាច់ឆៅ ដែលលាងសម្អាតមិនបានស្អាតល្អ

មិនត្រូវបរិភោគបន្លែឆៅ ដែលលាងសម្អាតមិនបានស្អាតល្អ



ប្រសិនបើមានអាការៈក្ដៅខ្លួន កំដៅលើស ឬស្មើ ៣៧.៨ អង្សាសេ ត្រូវមកជួបពិគ្រោះជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតជំនាញនៃមន្ទីរពេទ្យកាល់ម៉ែតជាបន្ទាន់ ដើម្បីស្វែងរកមូលហេតុ និងទទួលបានការព្យាបាលឱ្យបានទាន់ពេលវេលា ជៀសវាងការបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់ម្ដាយ និងទារកក្នុងផ្ទៃ។

“សុភមង្គលក្នុងគ្រួសារបានដោយសារ គ្មានការចម្លងមេរោគចំពោះម្ដាយ និងកូន”

អត្ថប្រយោជន៍ នៃការថតវាស់កំហាប់ឆ្អឹង (Bone Densitometry)!

១) អាចវិភាគដឹងពី កំហាប់ឆ្អឹងជា ៣កម្រិត៖ ឆ្អឹងធម្មតា ឆ្អឹងខ្សោយ(Osteopenia) និងឆ្អឹងពុក (Osteoporosis) ។

២) ជំងឺឆ្អឹងខ្សោយ និងឆ្អឹងពុក ជាជំងឺដែលអាចការពារ និងព្យាបាលបាន ជាពិសេសបើរកឃើញនៅដំណាក់កាលដំបូងៗ ។

៣) អាចឱ្យយើង វាយតម្លៃហានិភ័យ នៃការបាក់ឆ្អឹង (Fracture risk) ដែលអនុញ្ញាតឱ្យគ្រូពេទ្យធ្វើការព្យាបាលនិងបង្ការជាមុន។

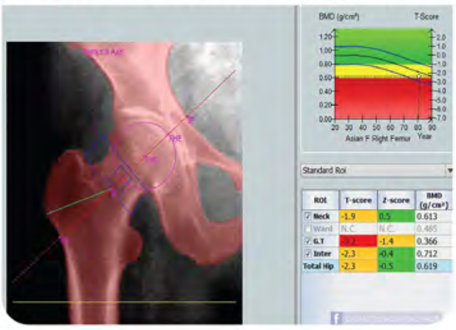
៤) ថតដើម្បីតាមដានវាយតំលៃប្រសិទ្ធភាពនៃការព្យាបាល ប្រកបដោយសុក្រឹតភាពខ្ពស់។

៥) ជាការថតសាមញ្ញ ប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់ រហ័ស និង មានសុវត្ថិភាពបំផុត។

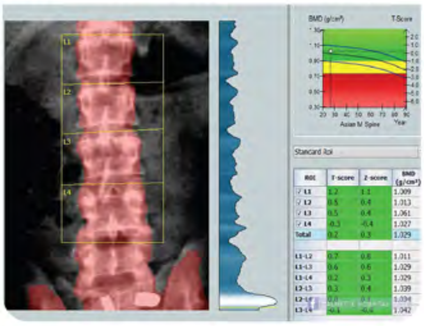
សូមអញ្ជើញមកថតពិនិត្យសុខភាពឆ្អឹងរបស់លោកអ្នកនៅមន្ទីរពេទ្យកាល់ម៉េត។

ការថតវិភាគកំហាប់លើឆ្អឹងកំភួនដៃ

ការថតវិភាគកំហាប់លើឆ្អឹងត្រគាក



ការថតវិភាគកំហាប់លើឆ្អឹងកងខ្នង



តើអ្នកធ្លាប់បានដឹងអំពីជំងឺដុំសរសៃប្រសាទបញ្ញាស្ថិតនៅនឹងឆ្អឹងកងខ្នងដែរ ឬទេ?

ជាដុំដែលកើតចេញពីស្រោមនៃសរសៃបញ្ញា (Neurinome Rachidien) ដែលជាទូទៅវាជាដុំសាច់ស្លូត និងរីកលូតលាស់យឺត។

ក) រោគសញ្ញា៖

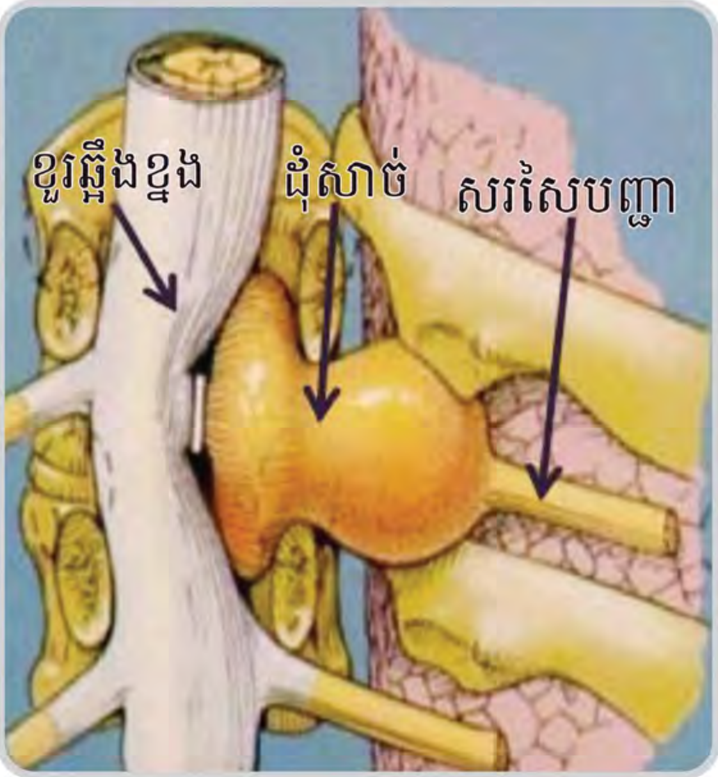
- ឈឺចាប់ដៃ ជើង
- ស្ពឹកដៃ ជើង
- ទន់ដៃ ជើង
- មិនអាចបញ្ជាលើការបន្ទោរបង់បាន
- លក្ខណៈពិសេសមួយទៀតនោះ គឺការឈឺចាប់កាន់តែខ្លាំងនៅពេលយប់

ខ) ការធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យ៖

ដើម្បីដឹងច្បាស់ពីរោគវិនិច្ឆ័យករណីនេះ
ត្រូវពិនិត្យដោយផ្ទាល់ទៅលើអ្នកជំងឺតាមរយៈគ្រូពេទ្យជំនាញ
អមដោយការថតស្កាន់ន័រ និងការថតដោយអឹម វ៉ាយ (IRM)។

គ) ការវិវត្តន៍៖

ការរីកធំឡើងបន្តិចម្តងៗរបស់ដុំសាច់ ដោយស្តែងឡើងដោយការឈឺចុកចាប់ ស្ពឹក និងអាចឈានទៅរកពិការភាពអស់មួយជីវិត។



ឃ) ការព្យាបាល៖

មានតែវិធីវះកាត់យកចេញទេ ដែលជាជំរើសដ៏ល្អបំផុតសម្រាប់ការព្យាបាលជំងឺដុំសរសៃប្រសាទបញ្ញា។

« ប្រសិនបើលោកអ្នកមានបញ្ហាដែលទាក់ទងទៅនឹងការកៀបខួរឆ្អឹងខ្នង និងសរសៃ ប្រសាទបញ្ញា សូមមេត្តាប្រញាប់មកពិគ្រោះជាមួយក្រុមសាស្ត្រាចារ្យវេជ្ជបណ្ឌិតឯកទេស នៃមន្ទីពេទ្យកាល់ម៉ែត ដើម្បីទទួលបាននូវរោគវិនិច្ឆ័យ និងវិធីសាស្រ្តព្យាបាល ទាន់ពេលវេលា និងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់។»

ផ្ទៀងផ្ទាត់ចម្លើយ — សំណួរចម្លើយ Quiz ទាក់ទងនឹងសុខភាព ទំព័រ ០៧

Q1: ១ Q3: ២

Q2: ១ Q4: ៣ & ៤

ជំងឺថប់បារម្ភគឺជាជំងឺដែលអាចព្យាបាលបាន!

១) អ្វីជាជំងឺថប់បារម្ភ ?

ពាក្យថា "ថប់បារម្ភ" មានន័យថាមានអារម្មណ៍ធុញថប់ ព្រួយបារម្ភ ឬភ័យខ្លាច។ អាការៈថប់បារម្ភអាចស្តែងចេញដូចជាឧស្សាហ៍ញ័រទ្រូង ញ័រដៃ អួលដើមក បែកញើស ទន់ដៃទន់ជើង អស់កម្លាំង តឹងក្បាល តឹងកញ្ចឹងក ចុករោយសាច់ដុំ ស្ងួតមាត់ ចេះតែចង់បត់ជើង មានអារម្មណ៍មិនស្រួលក្នុងខ្លួន ខ្លាចថាគាំងបេះដូង ខ្លាចទៅជាឆ្កួត ជាដើម។ ជំងឺថប់បារម្ភជាចង្កោមនៃជំងឺជាច្រើនដូចជា ជំងឺស្រីត ជំងឺអាកូរ៉ាហ្វូបៀ ជំងឺថប់បារម្ភសង្គម និងជំងឺថប់បារម្ភទូទៅជាដើម។

២) ការវិវត្ត និង ផលវិបាក៖

ជំងឺថប់បារម្ភច្រើនមានលក្ខណៈរ៉ាំរ៉ៃ បើមិនព្យាបាល គឺវាអាចនៅបន្តដល់រាប់ឆ្នាំ ឬ សឹងមួយជីវិតក៏មាន ដែលរំខានជាខ្លាំងដល់កិច្ចការប្រចាំថ្ងៃ ហើយក្នុងករណីខ្លះ អ្នកជំងឺអាចទៅជាឧស្សាហ៍ធ្វើទុក្ខក្នុងខ្លួន ទៅជាអស់សង្ឃឹមលែងចង់រស់ ឬទៅប្រើប្រាស់ថ្នាំងងុយគេង ស្រា និងគ្រឿងញៀន ដែលនាំឲ្យកាន់តែប៉ះពាល់ដល់សុខភាពថែមទៀត។

៣) ការព្យាបាល៖

យ៉ាងណាក៏ដោយ
ជំងឺថប់បារម្ភអាចព្យាបាលជាសះស្បើយដោយប្រើប្រាស់ឱសថ
និងការព្យាបាលចិត្តសាស្ត្រពីសំណាក់គ្រូពេទ្យឯកទេស។

សូមចងចាំថា ការមានជំងឺថប់បារម្ភ មិនមែនបានន័យថាអ្នកទន់ខ្សោយ មិនចេះគ្រប់គ្រងចិត្តខ្លួនឯង ឬចរិតមានបញ្ហានោះទេ ។ វាជាជំងឺដែលគេឧស្សាហ៍ជួបប្រទះ ដូចគ្នានឹងជំងឺលើសឈាម ទឹកនោមផ្អែម ឬរលាកសន្លាក់ដែរ។ អ្វីដែលល្អ គឺមានការព្យាបាលប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាពសម្រាប់ជំងឺថប់បារម្ភ ។

«ប្រសិនបើលោក លោកស្រី សង្ស័យថា លោក លោកស្រី ឬមនុស្សដែលលោក លោកស្រីស្គាល់ មានជំងឺថប់បារម្ភ សូមអញ្ជើញមកទទួលការពិគ្រោះ និងព្យាបាលដោយក្រុមវេជ្ជបណ្ឌិតឯកទេសនៅមន្ទីរពេទ្យកាល់ម៉ែត។»

«ប្រសិនបើលោក លោកស្រី សង្ស័យថា លោក លោកស្រី ឬមនុស្សដែលលោក លោកស្រីស្គាល់ មានជំងឺថប់បារម្ភ សូមអញ្ជើញមកទទួលការពិគ្រោះ និងព្យាបាលដោយក្រុមវេជ្ជបណ្ឌិតឯកទេសនៅមន្ទីរពេទ្យកាល់ម៉ែត។»

តើស្ត្រីមានផ្ទៃពោះជាមធ្យមក្នុងរយៈពេលប៉ុន្មានក្រោយរៀបការ? និង តើគូស្វាមីភរិយាជាទូទៅ ត្រូវរង់ចាំរយៈពេលប៉ុន្មានក្នុងការចង់មានផ្ទៃពោះ?

ស្ត្រីម្នាក់ៗតែងតែមានលក្ខណៈដូចៗគ្នា កត្តាជាច្រើនអាចបណ្តាលឱយមានបម្រែបម្រួលអរមូន និងសរីរាង្គរបស់ ស្ត្រី ដូចជាកត្តាផ្លូវកាយនិងផ្លូវចិត្តជាកត្តាបង្កើនរយៈពេលនៃការមានផ្ទៃពោះ។ ជាទូទៅគូស្វាមីភរិយាត្រូវរងចាំ នឹងចំណាយពេលជាមធ្យម៧ខែក្នុងមួយឆ្នាំ ដើម្បីទទួលបានលទ្ធផលវិជ្ជមាន" ពេលវេលាដែលត្រូវការដើម្បីមានគភ៌"។

ពេលវេលានេះប្រែប្រួលពីស្ត្រីម្នាក់ទៅស្ត្រីម្នាក់ទៀត យោងតាមសក្តានុពលនៃការមានកូនរបស់គាត់។ រយៈពេលជាមធ្យមដើម្បីមានផ្ទៃពោះគឺរវាង៣និង៦ ខែសម្រាប់គូស្នេហ៍វ័យក្មេង ហើយបង្កើនទៅតាមអាយុ។ និយាយរួមរយៈពេលជាមធ្យមដើម្បីមានផ្ទៃពោះ គឺអាស្រ័យលើកត្តារាងកាយ។

ក) ការពន្យារកំណើតនិងការមានផ្ទៃពោះ ៖

រឿងដំបូងដែលស្ត្រីម្នាក់គិតចង់បង្កើតកូន គឺជាការបញ្ឈប់រាល់វិធានការពន្យារកំណើត។ នៅពេលដែលប្រើថ្នាំផ្លាស់ប្តូរវដ្តរដូវធម្មជាតិ ស្ត្រីម្នាក់នោះនឹងត្រូវការពេលវេលា ដើម្បីទទួលបានវដ្តធម្មតាវិញ ហើយកុំបារម្ភប្រសិនបើអ្នកមិនមានផ្ទៃពោះជាលើកដំបូង។

ខ) អាយុមានឥទ្ធិពលលើពេលវេលាជាមធ្យមដែលវាត្រូវការ ពេលមានផ្ទៃពោះ នៅពេលអាយុកាលរបស់ស្ត្រីកើនឡើង ស្ត្រីមិនសូវមានកូនទេ ពោលគឺរយៈពេលមធ្យមក្នុងការមានផ្ទៃពោះ។

គ) រយៈពេលជាមធ្យមដើម្បីមានផ្ទៃពោះរហូតដល់ទៅ ៣០ឆ្នាំមុនពេលអាយុ ៣០ឆ្នាំលទ្ធភាពនៃការមានផ្ទៃពោះគឺ២៥%ក្នុងមួយវដ្តជាមធ្យម ហើយ ៨៥% នៃគូស្វាមីភរិយា មានផ្ទៃពោះក្នុងឆ្នាំដំបូង និង៩០% បន្ទាប់ពី ពីរឆ្នាំ។ រយៈពេលជាមធ្យមដើម្បីមានផ្ទៃពោះក្នុងរវាង ៣ និង ៦ ខែសម្រាប់ គូស្នេហ៍វ័យក្មេង។ ស្ត្រីអាយុ ៣០ឆ្នាំមានអត្រាជាមធ្យម ៧៥% ដែលមាន កូនក្នុងអំឡុងពេល ១២ ខែក្រោយការបញ្ឈប់ការពន្យារកំណើតរបស់នាង។

ឃ) ស្ត្រីបន្ទាប់ពី ៣០ឆ្នាំ៖ស្ត្រីចាប់ពីអាយុ៤០ឆ្នាំ ឱកាសនៃការមានផ្ទៃពោះក្នុងមួយវដ្តធ្លាក់ចុះដល់៦%។ ការធ្លាក់ចុះនៃលទ្ធភាពនៃការមានផ្ទៃពោះអាចកើនឡើងបន្ទាប់ពីអាយុ៣៦ឆ្នាំ ហើយស្ត្រីអាយុ៤០ឆ្នាំ មានឱកាសជាមធ្យម៤៤% ក្នុងការមានកូន ក្នុងកំឡុង ពេល ១២ខែនៃការបញ្ឈប់ការពន្យារកំណើតរបស់នាង។

គូស្វាមីភរិយាទាំងអស់តែងតែប្រាថ្នាចង់បានកូនជាកាដូរអាពាហ៍ពិពាហ៍ ដើម្បីបង្កើនប្រសិទ្ធភាពពេលវេលាជាមធ្យម ដើម្បីមានផ្ទៃពោះដំបូង ស្ត្រីត្រូវ មានសុខភាពល្អទាំងផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត។ ស្ត្រីត្រូវថែរក្សាសុខភាពខ្លួនឯង ឱ្យល្អ ហើយត្រូវចាំថាកូននោះជាកាដូរនៃសេចក្តីស្រឡាញ់របស់នាក់។

ជម្រា ប ថា ម ន្ទី រ ពេ ទ្យកាល់ម៉ែតមានសេវា ពិនិត្យ និងពិគ្រោះលើវិបត្តិអត់កូនជាមួយនិងក្រុមគ្រូពេទ្យជំនាញឯកទេសសម្ភព និងរោគស្ត្រី។

ស្ថានភាព ផល្លី ៣ខែ ក្រោយបាក់ឆ្អឹងក!

ប្អូនស្រីផល្លី អាយុ២៥ឆ្នាំ ជាស្ត្រីមេម៉ាយដែលមានកូនប្រុសអាយុ៤ឆ្នាំ កើតក្នុងគ្រួសារកសិករ នៅខេត្តស្វាយរៀង បានទទួលគ្រោះថ្នាក់ក្រឡាប់រថយន្តពេលកំពុងធ្វើដំណើរទៅធ្វើការរោងចក្រនៅក្រុងបាវិត ក្នុងអំឡុង ខែតុលា ឆ្នាំ២០១៦។

ក្រោយពីគ្រោះថ្នាក់ភ្លាមៗ ផល្លីមានអារម្មណ៍ ឈឺកញ្ចឹងកខ្លាំង ស្ពឹកដៃ ស្ពឹកជើង កម្រើកស្ទើរតែមិនរួច។ ប្អូនស្រីត្រូវបានរថយន្តសង្គ្រោះបន្ទាន់ដឹកមកមន្ទីរពេទ្យខេត្តស្វាយរៀង និងបានបញ្ជូនបន្តមកមន្ទីរពេទ្យកាល់ម៉ែតនៅថ្ងៃដដែល។ មកដល់មន្ទីរពេទ្យផ្នែកសង្គ្រោះបន្ទាន់ ដោយមានរណបកនៅជាប់នឹងក ផល្លីនៅមានស្មារតីធម្មតា។ ក្រោយពីការពិនិត្យយ៉ាងយកចិត្តទុកដាក់ពីសំណាក់ក្រុមគ្រូពេទ្យមន្ទីរពេទ្យកាល់ម៉ែត ឃើញថាការកម្រើកទាំងដៃ និងជើងរបស់ផល្លីមានកម្រិតខ្សោយ។ ការធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យដោយការថតស្កេនឆ្អឹងកងក ឃើញថាគាត់ភ្លាត់ឆ្អឹងកងកទី៤ និងទី៥។ ការវះកាត់តឆ្អឹងក ដើម្បីសង្គ្រោះជីវិតត្រូវបានធ្វើជាបន្ទាន់ក្រោយការធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យរួចរាល់។ ក្រោយការវះកាត់ សភាពរបស់ប្អូនស្រីវិវត្តទៅរកភាពប្រក្រតីយ៉ាងឆាប់រហ័ស ពោលគឺគាត់អាចដើរទៅផ្ទះវិញដោយខ្លួនឯង បន្ទាប់ពីវះកាត់បាន១៥ថ្ងៃ។ រយៈពេល៣ខែក្រោយការវះកាត់ ផល្លីអាចទៅធ្វើការរកប្រាក់ដើម្បីចិញ្ចឹមជីវិត និងកូនប្រុសជាទីស្រឡាញ់របស់គាត់វិញជាធម្មតា។

ប្អូនស្រី ផល្លី មានទឹកចិត្តរំភើបក្រៃលែង និងសូមអរគុណ វេជ្ជបណ្ឌិតជំនាញក៏ដូចជាមន្ទីរពេទ្យកាល់ម៉ែត ដែលមានបច្ចេកទេសជំនាញ និងសម្ភារៈទំនើបគ្រប់គ្រាន់ ប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់ ក្នុងការជួយសង្គ្រោះជីវិតផល្លី ឲ្យវិលមករកសភាពធម្មតា និងអាចប្រកបជីវភាពប្រក្រតីវិញបានយ៉ាងឆាប់រហ័ស។

សំណួរចម្លើយ Quiz?

ទាក់ទងនឹងសុខភាព

Q1. តើមួយណាដែលមិនមែនជារោគសញ្ញាជំងឺពុកឆ្អឹង

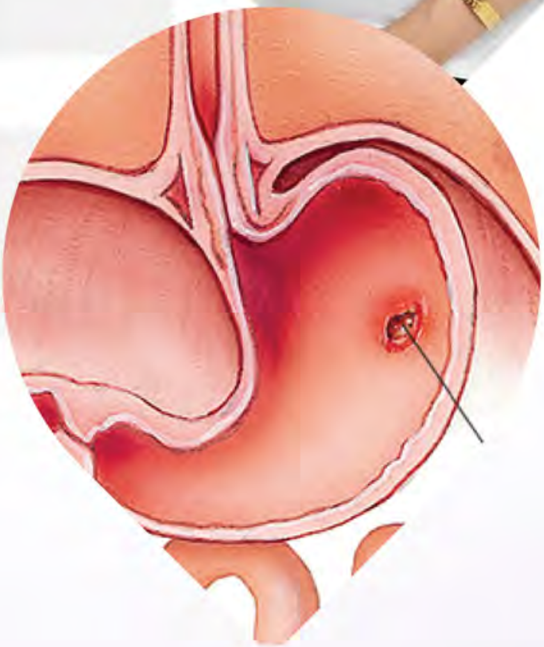
១. បាក់ឆ្អឹងក្រោយពីរងគ្រោះថ្នាក់ស្រាល
២. ឈឺឆ្អឹងកងចង្កេះ
៣. ឈឺក្បាល

Q2. តើការលើកឡើងខាងក្រោមនេះពិត ឬមិនពិត? អ្នកជំងឺទឹកនោមផ្អែមប្រភេទទីពីរប្រឈមមុខខ្ពស់នឹងជំងឺសរសៃឈាមបេះដូងជាងមនុស្សទូទៅ!

១. ពិត
២. មិនពិត

Q3. ជាទូទៅស្ត្រីដែលមានផ្ទៃពោះគ្រប់ខែ គឺត្រូវធ្វើការសម្រាលបុត្រនៅគភ៌ ដែលមានអាយុចន្លោះពី៖

១. ៣៥ ទៅ ៣៧សប្តាហ៍
២. ៣៧ ទៅ ៤0សប្តាហ៍
៣. ៤១សប្តាហ៍ឡើងទៅ



Q4. តើជំងឺដំបៅក្រពះ គ្រូពេទ្យអាចធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យបានយ៉ាងដូចម្តេច?

១. មើលឈាម
២. មើលអេកូ
៣. ផ្លុំខ្យល់រកមេរោគក្រពះ
៤. ឆ្លុះក្រពះ

សូមមេត្តាផ្ទៀងផ្ទាត់ចម្លើយនៅទំព័រ ៥

ឧបត្ថម្ភដោយ

Expertise for the Promotion of Health

លេខ ៣ មហាវិថីព្រះមុនីវង្ស សង្កាត់ស្រះចក ខណ្ឌដូនពេញ រាជធានីភ្នំពេញ
ទូរស័ព្ទលេខ: ០១១ ៤១ ៤០ ៦៥, ០៧៧ ៣៦ ១៧ ៥១, ០១៧ ៨៦ ៦៨ ៤៧
អ៊ីម៉ែល: hospital@calmette.gov.kh, វេបសាយ: www.calmette.gov.kh
ហ្វេសប៊ុក: www.facebook.com/calmette.gov.kh

ព្រឹត្តិបត្រសុខភាពមន្ទីរពេទ្យកាល់ម៉ែត
ព្រឹត្តិបត្រសុខភាពមន្ទីរពេទ្យកាល់ម៉ែត