

การปฏิบัติตนหลังคลอด

1. กรณีคลอดเองทางช่องคลอด

- หลังคลอดใหม่จะมีเลือด หรือน้ำคาวปลาไหลเวียนเหมือนประจำเดือนจะค่อยๆจางลง และหมดภายใน 3 สัปดาห์ ไม่ควรกินยาขับน้ำคาวปลาหรือยาคุมหล้า เพราะจะทำให้ตกเลือดหลังคลอด
 - ทำความสะอาดแผลฝีเย็บ เหมือนอาบน้ำฟอกสบู่ตามปกติ เปลี่ยนผ้าอนามัยบ่อยๆ ทุกครั้งที่ชุ่ม หรือเปลี่ยนทุก 4 ชม.
 - ขมิบช่องคลอดหรือฝีเย็บทุกวันๆละ 100 ครั้ง ช่วยให้แผลหายเร็ว และช่องคลอดกระชับ
 - ให้ลูกดูดนมแม่อย่างเดียว อย่างน้อย 6 เดือน โดยไม่ต้องให้น้ำ หรือนมผสม ช่วยให้เด็กแข็งแรงฉลาด มีภูมิคุ้มกันทานโรค
 - ควรไปตรวจหลังคลอดเมื่อครบกำหนดนัด เพื่อตรวจดูแผลฝีเย็บ และตรวจมะเร็งปากมดลูกก่อนมีเพศสัมพันธ์ และวางแผนคุมกำเนิด

2. กรณีผ่าตัดคลอดบุตร

- ห้ามแผลถูกน้ำ 7 วันหลังผ่าตัด เพราะจะทำให้แผลแยก ติดเชื้อ
 - พยายามลุกเดินบ่อยๆ ค่อยๆลุกนั่ง ยืนเดิน อาการปวดแผลจะค่อยๆทุเลา
 - งดอยู่ไฟ จนกว่าจะครบ 1 เดือน เพราะอาจทำให้แผลแยกได้
 - งดกินยาขับน้ำคาวปลา ยาคุมหล้า เพราะอาจทำให้ตกเลือดหลังคลอดได้



อาการผิดปกติมารดาที่ควรมาพบแพทย์

1. มีเลือดสดๆออกทางช่องคลอด
2. น้ำคาวปลามีกลิ่นเหม็นผิดปกติ
3. แผลฝีเย็บหรือแผลผ่าตัดเจ็บมากขึ้นเป็นหนอง อักเสบบวมแดงหรือแยก
4. มีไข้สูงหรือหนาวสั่น
5. ปวดศีรษะรุนแรงตาพร่ามัว
6. ปวดเต้านมมาก ลูกดูดนมแล้วไม่ดีขึ้น เต้านม อักเสบ บวม แดง
7. ปัสสาวะแสบขัดขุ่น
8. ปวดท้องอย่างรุนแรงโดยไม่สัมพันธ์กับอาหาร



อาการผิดปกติทารกที่ควรมาพบแพทย์

1. ตัวเหลือง
2. สะดือมีกลิ่นเหม็นมีเลือดออก มีหนอง
3. ทารกซึม ไม่ดูดนม
4. อาเจียนพุ่งทุกครั้งที่ยกนม
5. อุจจาระเหลวปนน้ำ หรือมีมูกเลือดปน
6. ท้องอืดร่วมกับซึมและอาเจียน
7. ปากเป็นฝ้าขาว เช็ดไม่ออกหรือหลังเช็ดมีเลือดออกและเป็นมาก
8. หูมีน้ำไหลออกมา บวมแดง
9. มีไข้
10. ชัก
11. เขียวขณะกินนม มีอาการเหนื่อยหอบและรอบปากเขียวคล้ำ
12. ตาอักเสบ มีขี้ตาสีเหลืองหรือเขียว



การปฏิบัติตัวหลังฉีดวัคซีนในเด็ก

การฉีดวัคซีนในเด็กเป็นการกระตุ้นให้ร่างกายสร้างภูมิคุ้มกันของตัวเองอาจมีอาการข้างเคียงบางอย่างเกิดขึ้นได้ตัวอย่างเช่น

ตุ่มหนองมักเกิดจากการฉีดวัคซีน BCG ที่ฉีดบริเวณไหล่ซ้ายตอนแรกคลอด พบหลังฉีดประมาณ 3 - 4 สัปดาห์ ให้ใช้ผ้าสะอาดชุบน้ำต้มสุกเช็ด ห้ามบ่งหนอง

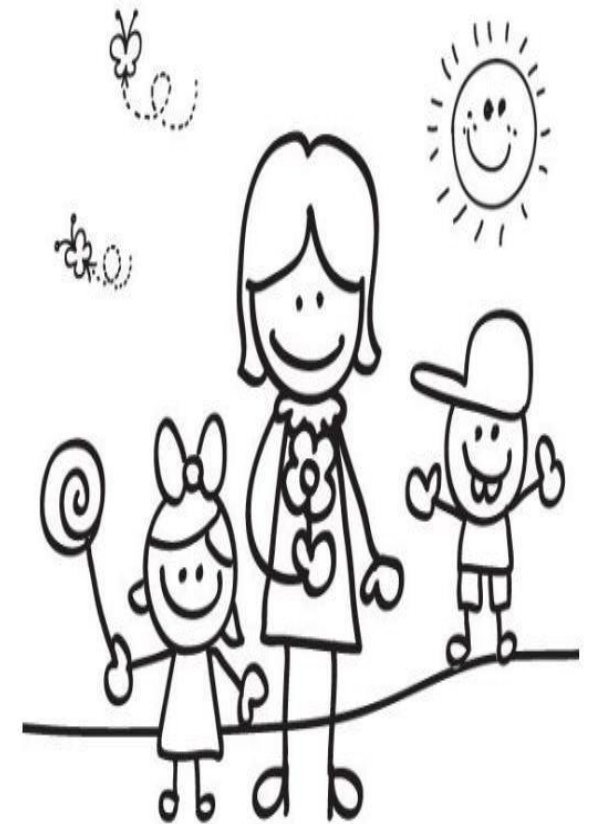
ปวด บวม แดง ร้อนบริเวณที่ฉีดอาจให้ยาแก้ปวด และใช้ผ้าชุบน้ำเย็นประคบ

ไข้ตัวร้อนมักเกิดหลังได้รับวัคซีนคอตีบบาดทะยัก ไอกรน ที่ฉีดตอนอายุ 2 , 4, 6 เดือน, 1 ขวบครึ่ง และ 4 ขวบ อาการจะเป็น 1 - 2 วัน และจะหายไปเอง

ไข้ ไอ มีน้ำมูก มีผื่นอาจพบหลังฉีดวัคซีนหัดหัดเยอรมัน คางทูม ประมาณ 1 สัปดาห์ โดยมากอาการมักไม่รุนแรง



การปฏิบัติตนหลังคลอด



ด้วยความปรารถนาดีจาก

ทีมผู้ป่วยในเด็กและสูตินรีเวช

โรงพยาบาลพนมสารคาม

จังหวัดฉะเชิงเทรา