

การรับวัคซีนต่างๆตามอายุ ที่โรงพยาบาลหรือสถานบริการ

สาธารณสุขใกล้บ้าน

- # อายุแรกเกิด - ฉีดวัคซีนป้องกันวัณโรค
- ฉีดวัคซีนป้องกันตับอักเสบบ
ไวรัส บี ครั้งที่ 1
- # อายุ 1 เดือน - ฉีดวัคซีนป้องกันตับอักเสบบ
ไวรัส บี (รายที่แม่เป็นพาหะ)
- # อายุ 2 เดือน - ฉีดวัคซีนป้องกันคอตีบ ไอกรน
บาดทะยัก ครั้งที่ 1
- กินวัคซีนป้องกันโปลิโอ ครั้งที่ 1
- ฉีดวัคซีนป้องกันตับอักเสบบ
ไวรัส บี ครั้งที่ 2
- # อายุ 4 เดือน - ฉีดวัคซีนป้องกันคอตีบ ไอกรน
บาดทะยัก ครั้งที่ 2
- กินวัคซีนป้องกันโปลิโอ ครั้งที่ 2
- # อายุ 6-7 เดือน - ฉีดวัคซีนป้องกันคอตีบ ไอกรน
บาดทะยัก ครั้งที่ 3
- กินวัคซีนป้องกันโปลิโอ ครั้งที่ 3
- ฉีดวัคซีนป้องกันตับอักเสบบ
ไวรัส บี ครั้งที่ 3
- # อายุ 9-12 เดือน - ฉีดวัคซีนป้องกันโรคหัด
- # อายุ 1 ปีครึ่ง - วัคซีนโรคไข้มองอักเสบ

การรับใบสูติบัตร

เด็กแรกเกิด หลังคลอดให้นำบัตรประชาชนของบิดาและมารดาเด็ก พร้อมด้วยสำเนาทะเบียนบ้านที่จะนำเด็กเข้ามารับใบรับรองการเกิดที่ห้องคลอด และนำไปแจ้งเกิดที่อำเภอพนมสารคาม ในวัน เวลา ราชการ

การทำบัตรทองให้เด็กที่เกิดใหม่ นำหลักฐานใบสูติบัตร ทะเบียนบ้านที่มีชื่อเด็ก บัตรประชาชนบิดา หรือมารดาถ่ายเอกสาร และยื่นที่งานประกันสุขภาพโรงพยาบาลพนมสารคาม

ให้แจ้งเกิดและขึ้นทะเบียนบัตรทองของบุตรให้แล้วเสร็จก่อนจำหน่ายออกจากโรงพยาบาล

การเลี้ยงเด็กอย่างถูกวิธี เด็กจะมีสุขภาพอนามัยที่สมบูรณ์แข็งแรง

การปฏิบัติตามคำแนะนำและไปรับบริการตามนัดทุกครั้ง ทั้งแม่และลูก

นมแม่ดีที่สุดสำหรับลูก

หลักในการให้นมแม่ คือ

ดูดเร็ว ดูดบ่อย ดูดถูกวิธี

การปฏิบัติตน

ในระยะหลังคลอด



อบอุ่นเหมือนบ้าน บริการเหมือนญาติ

งานห้องคลอด

โรงพยาบาลพนมสารคาม

รับปรึกษาปัญหานมแม่ สุขภาพมารดา

และบุตร

โทร 038-551444 ต่อ 220, 221

การปฏิบัติตนของหญิงหลังคลอด

1.กินอาหารที่มีประโยชน์ เพื่อให้มีน้ำนมมากเพียงพอ งดอาหารรสจัด ของหมักดอง กาแฟ และเครื่องดื่ม ประเภท แอลกอฮอล์ เช่น ชาดองเหล้าจะเป็นอันตรายต่อสมองลูก และทำให้แม่ตกเลือดหลังคลอด

2.รักษาความสะอาดร่างกาย อาบน้ำ สระผมได้

ล้างแผลฝีเย็บด้วยน้ำสะอาด และซับให้แห้ง จะมีน้ำคาวปลา สีแดงปนเลือดในระยะแรกและลดปริมาณลงเรื่อยๆ จะเปลี่ยนเป็นสีชมพูและจางลงภายใน 2-3 สัปดาห์ ควรเปลี่ยนผ้าอนามัยบ่อยๆ ในระยะแรก ต่อไปเปลี่ยนตามปกติ ไม่ควรอยู่ไฟ เพราะไหมที่เย็บจะละลายก่อนกำหนด ถ้าแผลบวมแดงมาก ปวดแผลมาก แผลแยก ควรรีบพบแพทย์

3.บริหารร่างกายโดยขมิบอุ้งเชิงกราน ไม่ควรยกของหนัก หลังคลอด 1-1 เดือน

4.มาตรวจหลังคลอดตามนัด พร้อมคุมกำเนิด งดร่วมเพศ เพื่อป้องกันการติดเชื้อ

อาการผิดปกติที่แม่ต้องไปโรงพยาบาลทันที

- 1.มีไข้สูงติดต่อกัน 2 วัน
- 2.บวม และปวดบริเวณฝีเย็บ
- 3.มีเลือดสดๆ ออกทางช่องคลอด ไม่จางลง
- 4.เต้านมเป็นฝี หรือแตกเป็นแผล
- 5.น้ำคาวปลามีกลิ่นเหม็น
- 6.ปวดศีรษะมาก หรือ ปวดบริเวณท้องน้อยมาก

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

- 1.นมแม่มีประโยชน์มาก สะอาด ปลอดภัย ประหยัด เป็นวัคซีนสำเร็จรูป ลดการป่วยจากท้องเสีย ปวดบวม เบาทาน ลดโอกาสเกิดโรคมุมิแพ้ทำให้ลูกไม่ป่วยบ่อย ดีกว่าเด็กที่กินนมผสม 2-7 เท่า
- 2.ลูกที่ได้กินนมแม่จะติดเชื้อน้อยกว่าลูกที่ไม่ได้กินนมแม่ 2-11 จุด
- 3.ให้ลูกดูดนมแม่ตั้งแต่หลังคลอด ภายในครึ่งชั่วโมง แม้ว่า จะยังไม่มีน้ำนม การดูดจะกระตุ้นให้น้ำนมของแม่ไหลได้เร็วขึ้น น้ำนมสีเหลืองที่มีใน 2-3 วันแรก มีประโยชน์ต่อลูกมาก ควรให้เด็กดูดอย่างบีบทิ้ง
- 4.หลังให้นมลูกทุกครั้งควรจับลูกให้นั่ง หรืออุ้มพาดบ่า ให้เรอก่อน

5.แม่ต้องกินอาหารที่มีประโยชน์ พวกเนื้อสัตว์ ไข่ ถั่วและผลไม้ เพื่อจะได้มีน้ำนมให้ลูก

6.แม่ต้องพักผ่อนนอนหลับให้เพียงพอ ไม่เครียด

7.สำหรับแม่ ช่วยขบ่น้ำคาวปลา และมดลูกเข้าอู่เร็ว ลดอัตราการเสี่ยงเป็นมะเร็งรังไข่ และมะเร็งเต้านม

การดูแลเด็กแรกเกิด

- 1.รักษาความสะอาดของสะดือ หลังอาบน้ำทุกครั้ง เช็ดสะดือด้วยแอลกอฮอล์เช็ดแผล ห้ามใช้แป้งหรือผงยา ใดๆ โดยเด็ดขาด
- 2.ก่อนกลับบ้าน ลูกจะได้รับการตรวจเลือดโรคเอช เมื่อมีโทรศัพท์จากโรงพยาบาลติดต่อมา ให้กลับมาตรวจซ้ำโดยเร็ว
- 3.ให้ลูกกินนมแม่อย่างเดียวจนอายุ 6 เดือนแล้วจึงให้อาหารเสริมตามวัย
- 4.เมื่อพบว่าลูกตัวเหลือง ตาเหลือง ซึม ไม่ดูดนม ท้องอืด อาเจียนทุกครั้งหลังกินนม ซีดผิดปกติ ควรพาลูกมาพบแพทย์
- 5.มารับวัคซีนตามนัดทุกครั้ง