

การป้องกันการคลอดก่อนกำหนดในหญิงตั้งครรภ์

ด้วยคณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล ในฐานะคณะกรรมการอำนวยการ โครงการเครือข่ายสุขภาพมารดา และทารกเพื่อครอบครัวไทย ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร ร่วมกับ กระทรวงมหาดไทย ได้ดำเนินโครงการสร้างเสริมสุขภาพเชิงรุก เพื่อลดภาวะคลอดก่อนกำหนด เพื่อขับเคลื่อน และบูรณาการการทำงานร่วมกันในระบบส่งเสริมสุขภาพและดูแลรักษาหญิงตั้งครรภ์ เพื่อลดอัตราการคลอด ก่อนกำหนดของประเทศ

เทศบาลตำบลนาม่อง จึงขอประชาสัมพันธ์ ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการคลอดก่อนกำหนด” การปฏิบัติ ตัวของแม่ การดูแลรักษาสุขภาพ ขณะตั้งครรภ์ เพื่อลดภาวะคลอดก่อนกำหนด และเพื่อลดอุบัติเหตุ การ คลอดก่อนกำหนด การป้องกันการคลอดก่อน

***** กำหนดในหญิงตั้งครรภ์สามารถทำได้ง่ายๆ ดังนี้ *****

1. มาฝากครรภ์ตามนัดทุกครั้ง เพื่อค้นหาความเสี่ยง
2. รับประทานอาหาร น้ำและยาตามคำแนะนำของแพทย์
3. ดูแลความสะอาดร่างกายทุกวัน
4. หลีกเลี่ยงการอาบน้ำ หรือแช่น้ำในบ่อที่มีน้ำไม่สะอาด
5. ไม่ควรขับรถจักรยานยนต์ หรือนั่งรถเดินทางเป็นระยะเวลานาน
6. หลีกเลี่ยงการยกของหนัก
7. ควรนอนหลับให้เพียงพอและหาเวลาพักผ่อนระหว่างวัน

***** พบสัญญาณเตือน ให้รีบมาโรงพยาบาลทันที *****

1. ท้องป็น ท้องแข็ง
2. มีน้ำใสออกทางช่องคลอด
3. มีเลือดสดออกทางช่องคลอด
4. มีตกขาว เจ็บว เหลืองออกทางช่องคลอด
5. ปัสสาวะแสบขัด
6. ทารกคืบน้อยลง

ด้วยความปรารถนาดี จากกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลตำบลนาม่อง

