



ประชาสัมพันธ์

โครงการสร้างเสริมสุขภาพเชิงรุก
เพื่อลดภาวะคลอดก่อนกำหนด

การขึ้นทะเบียนเพื่อขอรับบริการ



เพื่อให้ความช่วยเหลือและดูแลสุขภาพของมารดาและทารก ขอให้หญิงตั้งครรภ์ยื่นเอกสารลงทะเบียน ณ อบต.บางบุตร เพื่อเข้าสู่ระบบบริการด้านส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค เช่น การให้คำปรึกษา การตรวจสุขภาพ หรือพาไปพบแพทย์ เป็นต้น



ช่องทางการติดต่อ

หากมีข้อสอบถามเพิ่มเติม สามารถสอบถามได้ที่ รพ.สต.หนองพะวา ,รพ.สต.เนินสว่าง, รพ.สต.ชาคมะนาด หรือ โรงพยาบาลบ้านค่าย หรือสถานบริการสาธารณสุขใกล้เคียงบ้าน ได้ทันที



ร่วมกัน...ป้องกันการคลอดก่อนกำหนด

ระยะการตั้งครรภ์ที่สั้นสุดก่อน 37 สัปดาห์ หรือที่เรียกว่า "คลอดก่อนกำหนด" ส่งผลให้เกิดอันตรายต่ออวัยวะสำคัญของร่างกายดังแสดงในภาพ บางรายอาจมีผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการที่มีผิดปกติเมื่อโตขึ้น



ปอดแลกเปลี่ยนออกซิเจนไม่ได้
ต้องช่วยหายใจ



เส้นเลือดไม่ป้อนหลังคลอด



เลือดออกในโพรงสมอง



ลำไส้เน่า



ช็อก บิดเนื้อรุนแรง

การป้องกันการคลอดก่อนกำหนดในหญิงตั้งครรภ์สามารถทำได้ง่ายๆ ดังนี้

มาฝากครรภ์ตามนัดทุกครั้ง
เพื่อค้นหาความเสี่ยง



รับประทานอาหาร น้ำ
และยาตามคำแนะนำของแพทย์



ควรเดินออกกำลังกาย
วันละ 30 นาที



ดูแลความสะอาด
ร่างกายทุกวัน



หลีกเลี่ยงการอาบน้ำ หรือแช่น้ำ
ในบ่อที่น้ำไม่สะอาด



ไม่ควรยกของหนัก



ไม่ควรขับรถจักรยานยนต์ หรือ
นั่งรถเดินทางเป็นระยะเวลานาน



หลีกเลี่ยงการยกของหนัก



ไม่ควรนั่งยองๆ หรือเปลี่ยน
จากท่ายืนเป็นท่านั่งบ่อยครั้ง



ควรนอนหลับให้เพียงพอ
และหาเวลาพักผ่อนระหว่างวัน



หลีกเลี่ยง หรือมีเพศสัมพันธ์
ที่ไม่กระชับบริเวณหน้าท้อง



พบสัญญาณเตือน ให้รีบมาโรงพยาบาลทันที

- 1 ท้องป็น ท้องแข็ง
- 2 มีน้ำใสออกทางช่องคลอด
- 3 มีเลือดสดออกทางช่องคลอด
- 4 มีตกขาว/เขียว/เหลืองออกทางช่องคลอด
- 5 ปัสสาวะแสบขัด
- 6 ทารกดิ้นน้อยลง



หากมีสัญญาณเตือนก่อนอายุครรภ์ 37 สัปดาห์ ให้เดินทางมาพบหมอทันที ไม่ควรรอให้ถึงวันนัดฝากครรภ์

เผยแพร่สื่อประชาสัมพันธ์เพื่อป้องกันภาวะคลอดก่อนกำหนด

องค์การบริหารส่วนตำบลบางบุตร ร่วมเผยแพร่สื่อประชาสัมพันธ์เพื่อรณรงค์ป้องกันภาวะคลอดก่อนกำหนดให้กับประชาชนใน ๕ ประเด็นหลัก คือ

- ๑) อันตรายจากการคลอดก่อนกำหนด
- ๒) ฝากครรภ์ก่อนคลอดดีกว่า
- ๓) ชีวิตลูกอยู่ในมือแม่
- ๔) สัญญาณเตือนคลอดก่อนกำหนด

เพื่อให้ประชาชนนำไปใช้ป้องกันดูแลตนเองให้ปลอดภัยจากภาวะคลอดก่อนกำหนด โดยสามารถศึกษารายละเอียดได้ทาง <http://www.tmchnetwork.com/หรือ> Facebook : โครงการเครือข่ายสุขภาพมารดาและทารกเพื่อครอบครัวไทย ในพระราชูปถัมภ์ฯ



เรียนรู้ ร่วมแรง รณรงค์
ป้องกันภาวะคลอดก่อนกำหนด

“เรียนรู้ ร่วมแรง รณรงค์ ป้องกันภาวะคลอดก่อนกำหนด”

สแกน QR Code เพื่อ
ข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับ





FACEBOOK



WEBSITE

- อันตรายจากการคลอดก่อนกำหนด
- ฝากครรภ์เร็ว ปลอดภัยกว่า
- ชีวิตลูกอยู่ในมือแม่
- สัญญาณเตือน คลอดก่อนกำหนด

อันตรายจากการคลอดก่อนกำหนด



นอกจากนี้คุณแม่ยังมีสิทธิ์เสี่ยงภาวะแทรกซ้อน เช่น ภาวะครรภ์เป็นพิษ ภาวะโลหิตจาง ภาวะความดันโลหิตสูง ภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ ภาวะคลอดยาก ภาวะเลือดออกในช่องคลอด ภาวะติดเชื้อในช่องคลอด ภาวะเยื่อตัวอ่อนหลุดลอก ภาวะรกเกาะต่ำ ภาวะรกตายก่อนคลอด ภาวะรกเกาะผิดปกติ ภาวะรกเกาะต่ำ ภาวะรกเกาะผิดปกติ ภาวะรกเกาะต่ำ ภาวะรกเกาะผิดปกติ

ฝากครรภ์เร็ว ปลอดภัยกว่า



กำหนดวันคลอดที่แน่นอน
ค้นหาและแก้ไขปัญหาตั้งแต่เนิ่นๆ

ชีวิตลูกอยู่ในมือแม่



รับประทานอาหารที่สะอาดและปลอดภัย
พักผ่อนให้เพียงพอ
หลีกเลี่ยงการติดเชื้อ

สัญญาณเตือนคลอดก่อนกำหนด



ต้องรีบไปพบแพทย์ทันที
เลือดออก
เจ็บท้อง
ท้องแข็ง
เจ็บหลัง
เจ็บท้อง



เราก็มีความเสี่ยงภาวะฝากครรภ์
ล่าช้าและมีผลต่อสุขภาพของแม่และลูก



1 วัน ก็มีความหมายต่อ
พัฒนาการของลูกแล้ว