

ГУРАВ БОЛОН ДӨРӨВДҮГЭЭР ЗЭРГИЙН ХЯРЗАНГИЙН УРАГДЛЫГ БАГАСГАХ ТУХАЙ

REDUCING THIRD AND FOURTH DEGREE PERINEAL TEARS

Mongolian



Хяргангийн урагдал гэж юу вэ?

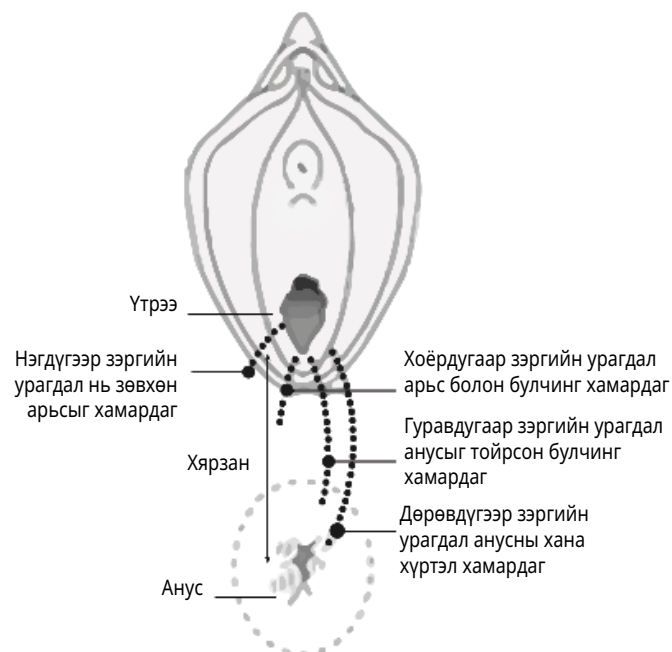
What are perineal tears?

- Хяргангийн урагдал нь үтрээ болон анус хоорондын зай дэх хяранд үүссэн арьс болон булчингийн гэмтэл юм.
- Нэг болон хоёрдугаар зэргийн урагдал нь илүү элбэг тохиолддог ба ихэнхдээ ямар нэгэн хүндрэлгүйгээр эдгэрдэг.
- Урагдалд оёдол тавих шаардлага гарч магадгүй бөгөөд ингэсэн тохиолдолд эмчийн хяналтанд байх хэрэгтэй.

Гурав болон дөрөвдүгээр зэргийн урагдал гэж юу вэ?

What are third and fourth degree tears?

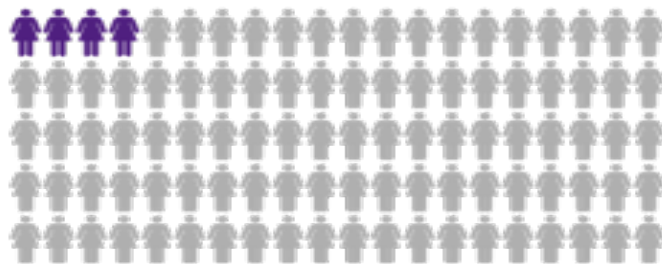
- Гуравдугаар зэргийн урагдал нь анусны ажиллагааг зохицуулагч булчинг гэмтээдэг (шулуун гэдэс).
- Дөрөвдүгээр зэргийн урагдлын үед анус эсвэл шулуун гэдэсний хана гэмтдэг. Гурав болон дөрөвдүгээр зэргийн урагдлыг ихэнхдээ мэс заслын аргаар эмчилдэг.



Энэ нь надад тохиолдох боломжтой юу?

Could this happen to me?

Гурав болон дөрөвдүгээр зэргийн урагдал нь үтрээгээр төрж буй 100 эмэгтэй тутамд дунджаар 4 эмэгтэйд тохиолддог.



Танд гурав болон дөрөвдүгээр зэргийн урагдал тохиолдох эрсдэл дараах нөхцөлд нэмэгддэг. Үүнд:

- таны анхны төрөлт бол
- та Зүүн Өмнөд Азиас гаралтай бол
- та өмнө нь гурав болон дөрөвдүгээр зэргийн хяргангийн урагдалтай төрж байсан бол
- таны хүүхэд 4кг (9lb)-с дээш жинтэй эсвэл хүүхдийн нуруу таны нуруутай зэрэгцсэн байрлалтай (арын) бол
- төрөлтийн үед таны хүүхдийн мөр гацах тохиолдолд
- төрөлтийн явцад хавчуур эсвэл бусад туслах багаж ашиглах шаардлага гарах тохиолдолд

Зарим эмэгтэйчүүдэд гурав болон дөрөвдүгээр зэргийн урагдлын улмаас өтгөнөө барих чадвар сулрах хүндрэл гардаг. Эдгээр хүндрэлүүдийг нарийн оношлогоо хийн, зохих арга хэмжээг авч мөн тогтмол хяналтанд байснаар багасгах боломжтой.

Хэрвээ танд энэхүү мэдээллийн талаар асуултууд гарвал өөрийн эх баригч эсвэл эмчтэйгээ ярилцаарай.

Хэрвээ танд Англиар ярих эсвэл ойлгоход тусламж хэрэгтэй бол холбогдох ажилтанд хандаж орчуулагч хүсээрэй.

Хэрвээ танд бидэнтэй холбогдоход орчуулагч хэрэгтэй бол Орчуулга болон Хэлмэрчийн Үйлчилгээ (TIS National) авах дугаар 131 450 руу залгаарай.

Produced by Women's Healthcare Australasia with consumer input, in partnership with the NSW Clinical Excellence Commission

PO Box 194 Mitchell, ACT 2911, Australia

Ph: 02 6185 0325

Last updated: July 2019



WOMEN'S
HEALTHCARE
AUSTRALASIA



Дараах арчилгааны аргууд нь гурав болон дөрөвдүгээр зэргийн хярзангийн урагдлыг багасгадаг болох нь батлагдсан.

Арчилгаа гэдэг нь юу вэ?

What does this mean for my care?

Дараах арчилгааны аргууд нь гурав болон дөрөвдүгээр зэргийн урагдлыг багасгадаг болох нь батлагдсан ба үтрээгээр төрж буй бүх эмэгтэйчүүдэд санал болговол зохино. Үүнд:

- Хүүхдийн толгой цухуйх үед бүлээн даавууг (компресс) хярзан дээр тавина. Энэ нь хярзангийн булчинг сунамтгай болоход нь тусалдаг.
- Төрөлтийн үед хөдөлгөөнтэй байж төрөх үеийн зөв байрлалаа олоход нь туслах. Энэ нь төрөлтийн хоёрдугаар үед (хүүхдийн толгой цухуйх үед) хүүхдийг хүчээр биш аажмаар гарч төрөхийг дэмжинэ (жишээ нь: дөрвөн хөллөх байрлал гэх мэт).
- Төрөх явцад эхийг зөв арга техникээр амьсгалуулснаар хүүхдийг аажмаар, хяналттайгаар төрүүлэх, ингэснээр эхийг аль болох хүчлэн дүлэхгүйгээр төрөхөд нь туслах.
- Хүүхдийн толгой, мөр төрөх үед хярзан дээр эмч гараа тавьж зөөлнөөр дэмжлэг үзүүлэх.

Хэрэв хүсвэл та арчилгааны дээрх аргуудыг хэрэглэхээс татгалзаж болно.

Багаж хэрэглэх шаардлагатай төрөлтүүдийн хувьд

For births that require instrumental assistance

- Заримдаа таны хүүхдийг төрүүлэхэд хавчуур эсвэл вакуум татагч (сорох аяга) зэрэг багаж ашиглах тохиолдол гардаг. Эх баригч эмч таны базлалттай зэрэгцүүлэн хавчуур эсвэл вакуум татагч аяга ашиглан татсанаар таны хүүхэд төрөхөд дэмжлэг болдог.
- Аль багажийг ашиглах нь таны хүүхдийн байрлал болон төрөлтийн явцаас шалтгаална. Эдгээр багажнууд нь аюулгүй төрөлт явагдахад эх болон хүүхдэд тусалдаг.
- Хэрвээ та анхны хүүхдээ төрүүлж байгаа бөгөөд хавчуур эсвэл вакуум татагч аяга ашиглах шаардлагатай бол бид эпизиотом хийхийг зөвлөнө. Эпизиотом гэдэг нь хярзангийн үтрээтэй нийлэх хэсгийг хайчлах ажилбарыг хэлнэ.

- Эпизиотом нь гурав болон дөрөвдүгээр зэргийн хярзангийн урагдал үүсэхийг багасгана.
- Эпизиотом хийх шаардлагатай тохиолдолд бид таниас урьдчилж зөвшөөрөл авах ба тус ажилбарын өмнө таны өвчинг намдаах арга хэмжээг авна.

Өөрийгөө гурав болон дөрөвдүгээр зэргийн хярзангийн урагдалтай эсэхийг хэрхэн мэдэх вэ?

How will I know if I have a third or fourth degree perineal tear?

Хүүхэд төрсний дараа бид таны хярзан болон анусны хэсэгт урагдал байгаа эсэхийг шалгах болно. Урагдлыг баталгаатай илрүүлэхийн тулд бид бүх эмэгтэйчүүдэд шулуун гэдэсний үзлэг хийхийг зөвлөдөг.

Энэхүү үзлэг нь дотоод урагдлыг илрүүлж, зохих эмчилгээг хийн мөн хянах боломжийг олгодог.

Үзлэгийг хийхээс өмнө таниас зөвшөөрөл авах ба та хэзээ ч хамаагүй үзлэг хийлгэх зөвшөөрлөө цуцалж болно.

Хэрвээ би гурав болон дөрөвдүгээр зэргийн хярзангийн урагдалтай бол яах вэ?

What happens if I get a third or fourth degree tear?

Урагдлыг нөхөж оёх хэрэгтэй ба ихэнх тохиолдолд мэс заслын өрөөнд хийдэг. Таны хүүхдийг таны нөхөр, гэр бүлийн гишүүн эсвэл эх баригч харж хандах ба тэдэнд зохих заавар, тусламж өгөх болно. Танд өвчин намдаалт хийх ба мөн урагдлаа эдгээхийн тулд та юу хийж болох тухай мэдээлэл олгоно.

Эмнэлгээс гарсны дараа танд эрүүл мэндийн мэргэжилтэнд үзүүлэх цаг товлосон байх болно. Мөн эмэгтэйчүүдийн физик эмчилгээгээр мэргэшсэн эмчид үзүүлэхийг зөвлөдөг.

* WHA National Collaborative-ийн талаарх мэдээллийг <https://women.wcha.asn.au/collaborative> цахим хуудаснаас авч болно.



WOMEN'S
HEALTHCARE
AUSTRALASIA

