அறுவை மூலமான மகப்பேற்றை அடுத்து ஏற்படக்கூடிய நிலைமை

அறுவை இடம்பெற்றதை அடுத்து

- பாவித்த மருந்துகள் உங்களைத் தள்ளாடச் செய்யலாம்
- உங்களுக்கு நடுக்கமும் விறைப்பும் ஏற்படலாம் (வெதுவெதுப்பான கம்பளி கொண்டு உங்களைப் போர்த்துவார்கள்)
- குழந்தை பிறந்தவுடன் நீங்கள் அதனைப் பார்க்கலாம், எடுக்கலாம்
- கூடிய சீக்கிரம் குழந்தைக்குப் பாலூட்டுவதற்கு உதவி நாடவும்

அடுத்த நாள்

- உங்கள் நோவைத் தணித்து சுகத்தைக் கொடுக்கும் மருந்தைத் தர முன்வருவார்கள்
- கூடிய சீக்கிரம் எழுந்து நடக்கும்படி உங்களைத் தூண்டுவார்கள்
- எத்தனை தடவைகள் இயலுமோ அத்தனை தடவைகள் குழந்தைக்குப் பாலூட்டிப் பராமரிக்கும்படி தூண்டுவார்கள்.
- நீங்கள் வாய்வு விடக்கூடிய நிலை வரும்வரை உங்களுக்குத் திரவ உணவு அல்லது மென் உணவு தர முன்வருவார்கள்
- வெட்டு வாய்க்குப் பற்றுப் போடுவார்கள். அதில் ஈரமோ அழுக்கோ படிதலாகாது

வழக்கம்

- வெட்டுவாயை மூடிப் போடும் இழைகள் அல்லது தைப்புமுட்கள் அறுவை முடிந்து 3-5 நாட்களுள் அகற்றப்படும்
- அறுவை முடிந்து 2-4 நாட்களுள் தாய் வீடு திரும்புவது வழக்கம்
- வீட்டில் நீங்கள் குளிக்கலாம். குளித்த பிற்பாடு வெட்டுவாயில் பட்ட ஈரத்தை ஒற்றி எடுக்கவும்
- அறுவை முடிந்து 3-5 நாட்கள் நீங்கள் மலம் கழியாதிருக்க நேரலாம் (அதிக திரவம் உட்கொள்ளவும். குறிப்பாக உலர் முந்திரியும் (prune), பேரிச் சாறும் (pear juice) பெரிதும் உதவும்
- வெட்டுவாய் படிப்படியாக ஆறும். மெல்லிய சிவப்பு வடு ஒன்றே எஞ்சும்
- வெட்டுவாய் நோ அன்றாடம் குறையும். நடப்பதும் நகர்வதும் எளிதாகும்

அவதானம்

- வெட்டுவாய் சீர்கெடல் அல்லது திறத்தல்
- அடிவயிறு மிருதுவாக இருத்தல் அல்லது அதில் தொடும்பொழுது நோதல்
- காய்ச்சல் அடித்தல்
- யோனிக் குழாயிலிருந்து வடியும் இரத்தம் நாற்றம் வீசுதல்

உங்கள் உடல் தேறிவருவது குறித்து நீங்கள் ஏதாவது கேட்டறிய அல்லது தெரிவிக்க விரும்பினால் உங்கள் தாதியையோ மருத்துவமாதையோ தாதித்தொழில் புரிபவரையோ சிகிச்சை நிலையத்தையோ குடும்ப மருத்துவரையோ மகப்பேற்று மருத்துவரையோ அழைக்கவும்.

2007..May be photocopied with acknowledgement to the Multicultural Perinatal Network
c/o 416-338-7600 Toronto Public Health
Tamil translation of “What To Expect After A Caesarean Section”