



the women's
the royal women's hospital

የአፍሪካ ሴቶች ክሊኒክ

ከህክምናዎ በፊት ማሰናዳት የማደንዘዣ ክሬም ማድረግ

ከቀዶ ጥገና ህክምናው በፊት የማደንዘዣ (የሚያደነዝዝ) ክሬም በላዩ ላይ እንሰጣለን። የአካባቢ (ቀዶ ጥገና በሚደረግበት ቦታ ብቻ) ማደንዘዣ መርፌ መወጋትዎ የበለጠ ምችነት ይሰጥዎታል። ይህ መርፌ የምንቆርጠው አካባቢ ላይ ይሰጣል። ክሬሙ አካባቢውን ያደነዝዛል፤ ከዚያም መርፌው አካባቢውን ይበልጥ ያደነዝዛል።

ከፈለጉ ይህን ክሬም እቤትዎ ማድረግ ይችላሉ።

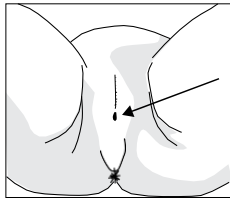
የሚፈልጉ ከሆነ፣ ነርስ/አዋላጅ ቀጠሮዎ መጀመሪያ ላይ፣ ከቀዶ ጥገና ህክምናው ሂደት በፊት፣ ክሪሙን ሊያደርግልዎት ይችላሉ። እባክዎ ክሬሙን ይዘው ወደ ቀጠሮዎ ይምጡ።

ክሬሙን ከማድረግዎ በፊት፣ አካባቢው ንጹሕና ደረቅ መሆኑን ያረጋግጡ። ከፈለጉ አካባቢውን በምላጭ ወይም በሰም መላጩት ይችላሉ።

ከቀጠሮዎ በፊት ምን ማድረግ አለብዎት?

ለቀዶ ጥገና ህክምናዎ ሂደት ቀጠሮ ከአንድ ሰዓት በፊት፡

- በሚከፈተው ጠባባ ያለበት ቦታ ላይ ወፍራም ክሬም ያድርጉበት
- በመጀመሪያ ቀጠሮዎ ላይ የሰጠነዎትን የፕላስቲክ መሸፈኛ በክሬሙ ላይ ያስቀምጡት።



መሸፈኛው እና ክሬሙን ከቀዶ ጥገና ህክምና ሂደትዎ በፊት እናስወግዳለን።

የመውጋት ወይ የማቃጠል ስሜት ከተሰማዎት ክሬሙን በሞቀ የሰሙና ውሃ ይጠቡት። ለቀጠሮዎ ሲደርሱ ስለዚህ ነገር ለነርሷ/አዋላጅ ነርስ ይነገርዎቸው።

የሚያሳስብዎት ነገር ካለ፣ ወይም ክሬሙን የት ላይ እንደሚያደርጉት እርግጠኛ ካልሆኑ፣ ነርስ/አዋላጅ ነርስ ለጥያቄዎቻችን መልስ ይሰጣሉ።

ዝርዝር አድራሻ

የየቤተሰብና የወሊድ መብት ትምህርት ፕሮግራም (Family and Reproductive Rights Education Program) (FARREP) ሰራተኞች ከሰኞ እስከ አርብ ከጠዋቱ 9am ሰዓት እስከ ምሽቱ 5pm ሰዓት ድረስ ይገኛሉ

ተለፎን፡ (03) 8345 3058

ኢሜል፡ farrep.program@thewomens.org.au

ፋክስ፡ (03) 8345 3053

ወይም በአካባቢዎ የማህበረሰብ ጤና ማእከል ውስጥ PFARREP ሰራተኛን ያነጋግሩ።

ለበለጠ መረጃ በድረገጻችን ገብቶ መፈለግ።

<http://www.thewomens.org.au/health-information>

የቋንቋ አገናኝ መርበብ

በርስዎ ቋንቋ መረጃ ለማግኘት በድረገጻችን ላይ ይጎብኙ

للحصول على المعلومات بلغتكم زوروا موقعنا الإلكتروني

用您說的語言瞭解詳情，請瀏覽我們的網站

Για πληροφορίες στην γλώσσα σας επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας

अपनी भाषा में जानकारी प्राप्त करने के लिए हमारी वेबसाइट पर जाएँ

Per informazioni nella vostra lingua visitate il nostro sito web

Macluumaad intaas ka badan oo af Somali ah booqo websaytkayaga

Kendi dilinizde bilgi almak için web sitemizi ziyaret edin

Để biết thông tin bằng ngôn ngữ của quý vị, hãy truy cập trang mạng của chúng tôi

አስተርጓሚ ይፈልጋሉን?



Interpreter

የሚያስፈልግዎ ከሆነ አስተርጓሚ መጠየቅ ይችላሉ።

የቤተሰብ ጥቃት ድጋፍ

1800 Respect National Helpline (የእርዳታ መስመር)

ወሲባዊ ጥቃት፣ በቤት ውስጥ ወይም በቤተሰብ ውስጥ ጥቃት ከደረሰብዎት እርዳታ ማግኘት ይችላሉ።

ቀንም ሆነ ሌሊት በማንኛውም ሰዓት መደወል ይችላሉ።

1800 737 732

1800respect.org.au

የክህደት ቃል፡ ይህ የመረጃ ወረቀት አጠቃላይ መረጃን ብቻ ያቀርባል። ስለ ጤና አጠባበቅ የሚያስፈልግዎን ነገሮች በተመለከተ ግልጽ የሆነ ምክር ለማግኘት ከጤና ባለሙያዎ ምክር መጠየቅ ይኖርብዎታል። የሮያል የሴቶች ሆስፒታል (The Royal Women's Hospital) የጤና ባለሙያን ከማየት ይልቅ በዚህ የመረጃ ወረቀት ላይ በመተማመን ለሚደርስ ጉዳት ወይም ኪሳራ ምንም ዓይነት ሀላፊነት አይወስድም። አጣዳፊ የህክምና እርዳታ የሚያስፈልግዎት ከሆነ እባክዎ በአቅራቢያዎ ወደሚገኘው የድንገተኛ አደጋ መምሪያ ክፍል ሂዱ ማነጋገር።

© The Royal Women's Hospital 2025