የአፍሪካ ሴቶች ክሊኒክ

ስለ ብልት መክፈt (deinfibulation) መረጃ

ብልትዎን ለመክፈት የሚያስችል የቀዶ ጥገና ሂደት

the women's
the royal women's hospital

የቀዶ ጥገና ሂደቱ ምንድን ነው?

በባህላዊ ልማድ የተቆረጡ አንዳንድ ሲቶች ብልታቸው ተዘግቷል። ይህንን ለመክፈት ቀዶ ጥገና (deinfibulation ይባላል)፣ ከፈለጉ ልንረዳዎ እንችላለን።

አንዲት ነርስ/አዋላጅ ነርስ ይህንን አካባቢ በጥንቃቂ በመክፈት ሽንትና የወር ኣበባ ደም በቀላሉ እንዲፈስ ይደረጋል። በተጨማሪም የጾታ ግንኙነት መፈጸም እንዲቻል ያደርጋል።

በቀዶ ህክምናው ወቅት እንደነቁ ይቆያሉ፤ ቀዶ ጥገና የሚደረግበት አካባቢው ግን ይደነዝዛል።

ከቀጠሮዎ በፊት፣ ቀዶ ጥገና የሚደረግበት አካባቢውን ትንሽ ለማደንዘዝ የተሰጠዎትን የማደንዘዣ ክሬም ያድሩግበት። የቀዶ ጥገና የሚደረግበት አካባቢ ማደንዘዣ መርፌ ለመዉጋት ይበልጥ ምቹ ያደርግልዎታል። ክሬሙ አካባቢውን ያደነዝዛል፤ ከዚያም መርፌው ደግሞ አካባቢውን ይበልጥ ያደነዝዛል።

ይቀዶ ጥገናው ሂደት ከ30 እስከ 40 ደቂቃ ይፈጃል።

ከዚያ በኋላ፣ ለመሽናት ቀላል እንዲሆንልዎት መድሃኒት እንሰጥዎታለን። ከበሽታው ለማገገም በክሊኒኩ ውስጥ ለተጨማሪ 30 ደቂቃ ከቆዩ በኋላ ወደ ቤትዎ መመለስ ይችላሉ።

አንድ ሰው አብሮዎት ቆይቶ ከቀዶ ህክምናው በኋላ ወደ ቤትዎ ቢወስድዎት ጥሩ ነው።

ከቀዶ ህክምናው በኋላ

ከቀዶ ህክምናው በኋላ ሰውነትዎ የተለየ ስሜት ይኖረዋል። ለምሳሌ:

- ሽንትዎ ፈጥኖ፤ በርትቶ፣ በከፍተኛ ድምጽ ይወጣል
- የወር አበባዎ ከባድና የበለጠ ሀይለኛ ሊሆን ቢችልም ህመምዎ ግን ይቀንሳል እንዲሁም ኣነስ ያለ የደም መርጋት ይኖርብዎታል
- ጾታዊ ግንኙነት ኣነስተኛ ህመም ያለበት ይሆናል፤ ብልትዎ የላላ ስሜት ይኖረዋል ምክንያቱም መግቢያው ሰፋ ያለ በመሆኑ።

ወደ ሴቶች ድንገተኛ ህክምና እንክብካቤ (Emergency Care) መምጣት፣ የአካባቢዎን ሀኪም (GP) ወይም የእርስዎን አካባቢ ድንገተኛ አደጋ መታከሚያ ክፍል መጎብኘት አስፈላጊ የሚሆነው፡

- የሚፈሰው የደም መጠን ካሳሰብዎት
- መሽናት ካልቻሉ
- ከስፌትዎ ላይ ህመም ከተሰማዎትና እየተባባሰ የሚሄድ ከሆነ
- ትኩሳት፣ ብርድ ብርድ ማለት ወይም በኣጠቃላይ ጥሩ ስሜት ከሌለዎት
- መጥፎ ሽታ ያለው ፈሳሽ ከብልትዎ የሚወጣ ከሆነ ነው።

ራስዎን መንከባከብ

ከቀዶ ህክምናው በኋላ ህመም ሊሰማዎት ይችላል። ትንሽ እብጠት ሊኖርዎት ይችላል፣ ወደ መጸዳጃ ቤት ሲሄዱ ምቹ ስሜት ላይኖርዎት ይችላል። በተጨማሪም ለጥቂት ቀናት ትንሽ የማቃጠል ስሜት ሊኖርዎት ይችላል። ይህ የተለመደ ነው።

ያልተመቸዎት ስሜት ለማስታገስና የተሰፉትን መንከባከብ የሚረዱዎት አንዳንድ ሀሳቦች እዚህ ኣሉ፡

- እንደ ፓራሴታሞል ያለ ለስለስ ያለ የህመም ማስታገሻ መድሃኒት ይውሰዱ
- እብጠቱን ለመቀነስ በመጀመሪያው ቀን የበረዶ እሽጎችን አዘውትረው መጠቀም
- ቀዶ ጥገና የተደረገበት አካባቢውን ለማረጋጋት ሞቅ ባለ የጨው መታጠቢያ ውስጥ መታጠብ ወይም መነከር
- ፓድዎን ብዙ ጊዜ ይቀይሩ
- ገላዎትን በገንዳ ወይም ሻወር ከታጠቡ በኋላ ኢንፌክሽንን (መቁሰል) ለመከላከል አካባቢውን በንጹሕ ፎጣ ያድርቁት።
- ከመጸዳጃ ቤት አጠገብ አንድ ማሰሮ ንጹሕ ውሃ ያስቀምጡ። መጸዳጃ ቤቱን ከተጠቀሙበት በኋላ ቀዶ ጥገና የተደረገበት አካባቢውን ይጠቡትና ቀስ ኣድርገው ያድርቁት
- የተሰፉት ከ10 እስከ 14 ቀናት ውስጥ በራሳቸው ይሟሟሉ
- ከ 2 እስከ 3 ቀናት እረፍት ይውሰዱ
- ከባድ እንቅስቃሴዎችንና የቤት ውስጥ ሥራዎችን ማስወገድ።
- ከ3 ሳምንታት በኋላ ወይም ዝግጁ እንደሆኑ ሲሰማዎት እንደገና የጾታ ግንኙነት መፈጸም ይችላሉ።

ሁኔታን-መከታተል

በደንብ እያገገሙ መሆኑን ለማረጋገጥ ከ4 እስከ 6 ሳምንታት ውስጥ እንደገና እናይወታለን። ወደ ቤትዎ ከመሄድዎ በፊት ቀጠሮዎን እንይዘዋለን።

ዝርዝር አድራሻ

የቤተሰብና የወሊድ መራቢያ መብት ትምህርት ፕሮግራም (Family and Reproductive Rights Education Program - FARREP) ሰራተኞች ከሰኞ እስከ ዓርብ፣ 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 ማህበረሰብ ጤና ማእከል ውስጥ የFARREP 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 στη γλώσσα σας επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας

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

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 ባለሞያዎ 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 አይነት ሀላፊነት አይወስድም። አጣዳፊ የህክምና እርዳታ የሚያስፈልግዎት ከሆነ እባክዎ በአቅራቢያዎ ወደሚገኘው የድንገተኛ አደጋ ክፍል ሂደዉ ያነጋግሩ።

© The Royal Women’s Hospital 2025