Mercy Health
Care first

KAREN - Advice after your epidural or spinal

တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးဖဲတၢ်ဟ့ၣ်နၤကသံၣ်အဲဖံကျူ(**epidural**)မ့တမ့ၢ်ထးဖိလၢအဆဲးနယီၢ်ဒ့အဆၢဃံဝံၤ

နဆဲးကသံၣ်သးသပ့ၤအဲဖံကျူ(**epidural**)ဒီးမ့တမ့ၢ်ထးဖိလၢအဆဲးနယီၢ်ဒ့အဆၢဃံအံၤမ့ၢ်ဒ်သိးနကသ့တူၢ်ဘၣ်နတၢ်ဆါမ့တမ့ၢ်မၤစၢၤနၤလၢနတၢ်ကွဲးတၢ်ကါအဂီၢ်လီၤ.ဖဲတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖၣ်ကကဲထိၣ်ဘၣ်ဖုးအဒိၣ်အမ့ၢ်သ့ဝဲဘၣ်ဆၣ်တကဲထိၣ်ညီနၢ်အသးဘၣ်ဒီးတၢ်မ့ၢ်ထံၣ်နၢ်ဆိအီၤန္ဒၣ်တၢ်ယါဘျါအီၤသ့ညီကဒၣ်ဝဲလီၤ.

ဖဲနမ့ၢ်တူၢ်ဘၣ်တၢ်ဒ်အဖိလၢ်တဖၣ်အံၤအခါဝံသးစူၤဆဲးကျိးပှၤမ့တမ့ၢ်ဟဲဆူဂ့ၢ်ဂိၢ်အူတၢ်ဆါဟံၣ်အပူၤတက့ၢ်–

- ဆူးဆါဝဲ.ကိၢ်လူးကိၢ်လီ.ညိးကဖိထိၣ်မ့တမ့ၢ်အပူၤလိၢ်အထံထိၣ်ဖဲနဒီးနၢ်အဲဖံကျူ(epidural)မ့တမ့ၢ်ထးဖိလၢတၢ်ဆဲးနယီၢ်ဒ့အဆၢဃံအလိၢ်အခါ.တၢ်ဆါကအိၣ်ဒ်အလိၢ်လိၢ်သ့ဝဲမ့တမ့ၢ်ကနးဒိၣ်ထိၣ်ဒီးကဆါလီၤတူၤနခံကိၢ်ပၣ်အလိၤကသ့ဝဲသ့ၣ်သ့ၣ်ဒီးမ့တမ့ၢ်တဆါဝဲဒၣ်လဲၣ်ဘၣ်နၣ်လီၤ.
- နဂံၢ်ဘါကစ၊်.ကတိၣ်တူၤဝဲ.မ့တမ့ၢ်ကဆါအ့ၣ်စူးဝဲဖဲနခိၣ်မ့တမ့ၢ်ခံကိၢ်ပၣ်တဖၣ်သ့ဝဲ
- လၢနတသ့ၣ်ညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်အပူၤနလိၤကကိၢ်သ့ဝဲ
- နကိၤအ့ၣ်ကိၤဆံၣ်တနၢ်ဝဲ

ဒီး / မ့တမ့ၢ်နမ့ၢ်တူၢ်ဘၣ်နခိၣ်သၣ်ယံဆါလၢ–

- **အကဲထိၣ်အသးခံသီဖဲအဲဖံကျူ**(epidural)**မ့တမ့ၢ်ထးဖိလၢအဆဲးနယီၢ်ဒ့အဆၢဃံဒီးဆါဝဲထိဘိဒ်နၣ်**
- **တလီၤမၢ်ဝဲဘၣ်ဖဲနအိကသံၣ်မၤစၢ်လီၤတၢ်ဆါလၢအဂံၢ်တဆူၣ်တဖၣ်,ထံနိဒီးတၢ်အိၣ်ဘှံးအိၣ်သါအခါ**
- **နးဒိၣ်ထိၣ်ဖဲနဆ့ၣ်နီၤမ့တမ့ၢ်ဆၢထၢၣ်ဒီးကိညၢ်ဖဲနမံနီၤအခါ**
- **ကကဲထိၣ်အသးလၢနကိ်ဘိဆိ့ၣ်ထိၣ်မ့တမ့ၢ်နကနၣ်ဟူတၢ်လီၤဆီဒ်တၢ်အသီၣ်လၢနန၊်အပူၤမ့တမ့ၢ်တၢ်ကအိၣ်ကတၣ်လၢနန၊်ပူၤတမံၤမံၤအသိး**

နမ့ၢ်ဒီးနၢ်ဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်ဒ်အဖီခိၣ်တမံၤမံၤအသိးဝံသးစူၤကိးပှၤဖဲ–

မၢစံၤတၢ်ဆါဟံၣ်လၢဟိ်မုၣ်အဂီၢ်,ဟ့ဒဲဘား (Mercy Hospital for Women, Heidelberg) လိတဲစိ– 8458 4444. ယ့လၢတၢ်ကဆဲးကျိးနၢ်နၤကသံၣ်သးသပ့ၤအကသံၣ်သရၣ် (Emergency Anaesthetic Doctor) ဖဲ လိကျိၤအဒ့(Extension) 4118. နဆဲးကျိးအဝဲသ့ၣ်သ့လၢ 24 နၣ်ရံၢ်အတိၢ်ပူၤလီၤ.	**ဝ့ၤရဘံၤမၢစံၤတၢ်ဆါဟံၣ် (Werribee Mercy Hospital)** ဝံသးစူၤဆဲးကျိးဘၣ် လိတဲစိနိၣ်ရံၢ် – 03 8754 6325 ၂၄ နၣ်ရံၢ် တိၢ်ပူၤလၢ နၣ် သိတိၢ်ပူၤ

Acknowledgements
Produced by: Acute Pain Service and Anaesthetic Department
Date produced: November 2014
Date of last review: July 2021
Date for review: December 2022

Community Reviewed Making information easier to read.

လံာ်တဘၣ်အံၤဟ့ၣ်ထဲတၢ်စ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအညီနၢ်မၤအသးဒီးတအိၣ်ဒီးတၢ်ပညိၣ်လၢနကဘၣ်ဆိတလဲနတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချူလၢနကသံၣ်သရၣ်အတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဘၣ်.နမ့ၢ်ဘၣ်ယိၣ်လၢနတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချူနၣ်နကဘၣ်ထံၣ်ဒီးယ့တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်လၢနကသံၣ်သရၣ်အိၣ်နၣ်လီၤ.