



## KAREN - Advice after your epidural or spinal

### တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးဖဲတၢ်ဟ့ၣ်နၢကသံၣ်အံၤကွၢ်(epidural)မ့တမ့ၢ်ထးဖိလၢ အဆးနယီၤဒုအဆၢယံၣ်ဝံၤ

နဆးကသံၣ်သးသပူၤအံၤကွၢ်(epidural)ဒီးမ့တမ့ၢ်ထးဖိလၢအဆးနယီၤဒုအဆၢယံၣ်ဝံၤဒီးနကသ့တူၢ်ဘၣ်နတၢ်ဆါမ့တမ့ၢ်မၤစၢၤနၢလၢနတၢ်ကွဲးတၢ်ကါအဂီၢ်လီၤ.ဖဲတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖၣ်ကကဲထီၣ်ဘၣ်ဖးအဒိၣ်အမ့ၢ်သ့ဝဲဘၣ်ဆၣ်တကဲထီၣ်ညီၣ်နၢအသးဘၣ်ဒီးတၢ်မ့ၢ်ထံၣ်န့ၢ်ဆိအိၤန့ၢ်တၢ်ယါဘျီအိၤသ့ညီကဒၣ်ဝဲလီၤ.

ဖဲနမ့ၢ်တူၢ်ဘၣ်တၢ်ဒ်အဖိလၢတဖၣ်အံၤအခါဝံၤသးစူၤဆးကျိးပုၤမ့တမ့ၢ်ဟဲဆူၣ်ဂီၢ်အူတၢ်ဆါဟံၣ်အပူၤတက့ၢ်-

- ဆူးဆါဝဲ,ကိလူးကိလီ,ညးကဖိထီၣ်မ့တမ့ၢ်အပူၤလီၤအထံထီၣ်ဖဲနဒီးန့ၢ်အံၤကွၢ်(epidural)မ့တမ့ၢ်ထးဖိလၢတၢ်ဆးနယီၤဒုအဆၢယံၣ်ဝံၤအလီၤအခါ.တၢ်ဆါကအိၣ်ဒ်အလီၤလီၤသ့ဝဲမ့တမ့ၢ်ကနးဒိၣ်ထီၣ်ဒီးကဆါလီၤတၢ်န့ၢ်ကိၢ်ပၣ်အလီၤကသ့ဝဲသ့ဝဲဒီးမ့တမ့ၢ်တဆါဝဲဒၣ်လဲၤဘၣ်န့ၢ်လီၤ.
- နဂံၢ်ဘါကစၢ်,ကတီၢ်တုၤဝဲ,မ့တမ့ၢ်ကဆါအုၣ်စူးဝဲဖဲနဒိၣ်မ့တမ့ၢ်ခံၣ်ပၣ်တဖၣ်သ့ဝဲ
- လၢနတသ့ၣ်ညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်အပူၤနလီၤကကိၢ်သ့ဝဲ
- နကီၤအုၣ်ကီၤဆံၣ်တန့ၢ်ဝဲ

ဒီး / မ့တမ့ၢ်နမ့ၢ်တူၢ်ဘၣ်နဒိၣ်သၣ်ယံၣ်ဆါလၢ-

- အကဲထီၣ်အသးခံၣ်ဖဲအံၤကွၢ်(epidural)မ့တမ့ၢ်ထးဖိလၢအဆးနယီၤဒုအဆၢယံၣ်ဝံၤဆါဝဲထီၣ်န့ၢ်
- တလီၤမၤဝဲဘၣ်ဖဲနအိၣ်သံၣ်မၤစၢ်လီၤတၢ်ဆါလၢအဂံၢ်တဆူၣ်တဖၣ်,ထံနီၤဒီးတၢ်အိၣ်ဘျးအိၣ်သါအခါ
- နးဒိၣ်ထီၣ်ဖဲနဆူၣ်နီၤမ့တမ့ၢ်ဆါထၢၣ်ဒီးကိညါဖဲနမံၤနီၤအခါ
- ကကဲထီၣ်အသးလၢနကိၢ်ဘိဆိၣ်ထီၣ်မ့တမ့ၢ်နကနၣ်ဟူတၢ်လီၤဆိဒ်တၢ်အသိၣ်လၢနနၢအပူၤမ့တမ့ၢ်တၢ်ကအိၣ်ကတၢ်လၢနနၢပူၤတမံၤမံၤအသိး

နမ့ၢ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်ဒ်အဖိခိၣ်တမံၤမံၤအသိးဝံၤသးစူၤကိးပုၤဖဲ-

**မၤစၢၤတၢ်ဆါဟံၣ်လၢဝီၣ်မ့ၢ်အဂီၢ်,ဟ့ၣ်ဘး (Mercy Hospital for Women, Heidelberg)**

လီၤတဲမိ- 8458 4444.

ယုလၢတၢ်ကဆးကျိးန့ၢ်နၢကသံၣ်သးသပူၤအကသံၣ်သရၣ် (Emergency Anaesthetic Doctor) ဖဲ  
လီၤကျိၤအဒု(Extension) 4118.

နဆးကျိးအဝဲသ့ဝဲသ့လၢ 24 နၣ်ရံၢ်အတီၢ်ပူၤလီၤ.

**ဝုၤရဘံၤမၤစၢၤတၢ်ဆါဟံၣ် (Werribee Mercy Hospital)**

ဝံၤသးစူၤဆးကျိးဘၣ်

လီၤတဲမိနီၣ်ရံၢ် - 03 8754 6325

၂၄ နၣ်ရံၢ် တီၢ်ပူၤလၢ နွံ သီတီၢ်ပူၤ

#### Acknowledgements

Produced by: Acute Pain Service and Anaesthetic Department

Date produced: November 2014

Date of last review: January 2023

Date for review: January 2025