



KAREN - Advice after your epidural or spinal

တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးဖဲတၢ်ဟ့ၣ်နၢကသံၣ်အဲဖံၣ်ကူၣ်(epidural)မ့တမ့ၢ်ထးဖိလၢအဆးနယီၢ်ဒုအဆၢယံၣ်ဝံၤ

နဆးကသံၣ်သးသပူၤအဲဖံၣ်ကူၣ်(epidural)ဒီးမ့တမ့ၢ်ထးဖိလၢအဆးနယီၢ်ဒုအဆၢယံၣ်ဝံၤမ့ၢ်ဒ်သးနကသ့တူၢ်ဘၣ်နတၢ်ဆါမ့တမ့ၢ်မၤစၢၤနၢလၢနတၢ်ကွဲးတၢ်ကါအဂီၢ်လီၤ.ဖဲတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖၣ်ကကဲထီၣ်ဘၣ်ဖးအဒိၣ်အမ့ၢ်သ့ဝဲဘၣ်ဆၣ်တကဲထီၣ်ညီၣ်နၢအသးဘၣ်ဒီးတၢ်မ့ၢ်ထံၣ်န့ၢ်ဆိအိၤန့ၢ်တၢ်ယါဘျီအိၤသ့ညီကဒၣ်ဝဲလီၤ.

ဖဲနမ့ၢ်တူၢ်ဘၣ်တၢ်ဒ်အဖိလၢတဖၣ်အံၤအခါဝံသးစူၤဆးကျိးပုၤမ့တမ့ၢ်ဟဲဆူၣ်ဂီၢ်အူတၢ်ဆါဟံၣ်အပူၤတက့ၢ်-

- ဆူးဆါဝဲ,ကိၢ်လူးကိၢ်လီၤ,ညးကဖိထီၣ်မ့တမ့ၢ်အပူၤလီၢ်အထံထီၣ်ဖဲနဒီးန့ၢ်အဲဖံၣ်ကူၣ်(epidural)မ့တမ့ၢ်ထးဖိလၢတၢ်ဆးနယီၢ်ဒုအဆၢယံၣ်အလီၢ်အခါ.တၢ်ဆါကအိၣ်ဒ်အလီၢ်လီၤသ့ဝဲမ့တမ့ၢ်ကနးဒိၣ်ထီၣ်ဒီးကဆါလီၤတၢ်န့ၢ်ကိၢ်ပၣ်အလီၤကသ့ဝဲသ့ၣ်ဒီးမ့တမ့ၢ်တဆါဝဲဒၣ်လဲၣ်ဘၣ်န့ၢ်လီၤ.
- နဂံၢ်ဘါကစၢ်,ကတီၢ်တုၤဝဲ,မ့တမ့ၢ်ကဆါအုၣ်စူးဝဲဖဲနဒိၣ်မ့တမ့ၢ်ခံကိၢ်ပၣ်တဖၣ်သ့ဝဲ
- လၢနတသ့ၣ်ညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်အပူၤနလီၤကကိၢ်သ့ဝဲ
- နကီၤအုၣ်ကိၤဆံၣ်တန့ၢ်ဝဲ

ဒီး / မ့တမ့ၢ်နမ့ၢ်တူၢ်ဘၣ်နဒိၣ်သၣ်ပံဆါလၢ-

- အကဲထီၣ်အသးခံသီဖဲအဲဖံၣ်ကူၣ်(epidural)မ့တမ့ၢ်ထးဖိလၢအဆးနယီၢ်ဒုအဆၢယံၣ်ဒီးဆါဝဲထီၣ်ဒ်န့ၢ်
- တလီၤမၤဝဲဘၣ်ဖဲနအိၣ်ကသံၣ်မၤစၢ်လီၤတၢ်ဆါလၢအဂံၢ်တဆူၣ်တဖၣ်,ထံနိဒီးတၢ်အိၣ်ဘဲးအိၣ်သါအခါ
- နးဒိၣ်ထီၣ်ဖဲနဆူၣ်နီၤမ့တမ့ၢ်ဆါထၢၣ်ဒီးကိၢ်ညါဖဲနမံနီၤအခါ
- ကကဲထီၣ်အသးလၢနကိၢ်ဘိဆိၣ်ထီၣ်မ့တမ့ၢ်နကနၣ်ဟူတၢ်လီၤဆိဒ်တၢ်အသိၣ်လၢနနၢအပူၤမ့တမ့ၢ်တၢ်ကအိၣ်ကတၢ်လၢနနၢပူၤတမံၤမံၤအသိး

နမ့ၢ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်ဒ်အဖိခိၣ်တမံၤမံၤအသိးဝံသးစူၤကိးပုၤဖဲ-

မၤစံၤတၢ်ဆါဟံၣ်လၢပိၣ်မ့ၢ်အဂီၢ်,ဟ့ၣ်ဒဲးဘၢ: (Mercy Hospital for Women, Heidelberg)
 လီၤတဲစိ- 8458 4444.
 ယုလၢတၢ်ကဆးကျိးန့ၢ်နၢကသံၣ်သးသပူၤအကသံၣ်သရၣ် (Emergency Anaesthetic Doctor) ဖဲ
 လီၤကျိၤအဒု(Extension) 4118.
 နဆးကျိးအဝဲသ့ၣ်သ့လၢ 24 န့ၣ်ရံၣ်အတီၢ်ပူၤလီၤ.

ဝုၤရဘဲးမၤစံၤတၢ်ဆါဟံၣ် (Werribee Mercy Hospital)
 မ့ၢ်ဆၣ်တုၤမ့ၢ်ဖိဖး-ဂီၤ 8.00 တုၤဟါ 4:30 န့ၣ်ရံၣ်
 တၢ်ဆါလၢအနးဒီးပၢၢ်ထီၣ်သတူၢ်ကလၢဒီးနးစံ-
 လီၤတဲစိ-8754 3086
 မ့တမ့ၢ်
 မ့ၢ်ဆၣ်တုၤမ့ၢ်ဖိဖး-ဂီၤ 8.00 တုၤဟါ 6.00 န့ၣ်ရံၣ်
 ကသံၣ်သးသပူၤအပူၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါ-
 လီၤတဲစိ- 8754 3026
 တၢ်မၤပျၢ်န့ၣ်ရံၣ်ဝံၤအလီၢ်ခံကတီၢ်ပၣ်ယုၣ်န့ၢ်ကတၢ်ဒီးပဒိၣ်န့ၢ်သဘျီတဖၣ်
 ကသံၣ်သးသပူၤအပူၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါ-8754 3026

တၢ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါရၤလီၤ-
 ဘၣ်တၢ်ထုးထီၣ်အိၤလၢ-တၢ်ဆါလၢအနးဒီးပၢၢ်ထီၣ်သတူၢ်ကလၢဒီးကသံၣ်သးသပူၤအဝဲကျိၤ
 မ့ၢ်န့ၢ်လၢတၢ်ထုးထီၣ်အိၤ-လၢနီၤဝုဘၣ် ၂၀၁၄
 တၢ်ကွၢ်ကဒါမ့ၢ်န့ၢ်-လၢဒိၣ်ဝဲဘၣ် ၂၀၂၀
 မ့ၢ်န့ၢ်လၢတၢ်ကကွၢ်ကါအိၤ-လၢဒိၣ်ဝဲဘၣ် ၂၀၂၂

