පොදු චක්‍රලේඛ අංක :- 02-84/2014
සංශෝධිත 2014

මගේ අංකය : DGHS/D/FHB/2010
සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් කාර්යාලය,
සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය,
සුවසිරිපාය,
අංක 385, පූජ්‍ය බද්දේගම විමලවංශ මාවත,
කොළඹ 10.
2014/05/22.

සියළුම පළාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරුන්,
සියළුම දිස්ත්‍රික් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරුන්,
අධ්‍යක්ෂ ජාතික සෞඛ්‍ය විද්‍යායතනය,
ප්‍රධාන සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි (කොළඹ, මහනුවර, ගාල්ල මහ නගර සභා),
සියළුම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරින්,
සියළුම ආයතන ප්‍රධානීන්.

පසු ප්‍රසව සංරක්ෂණය

පසු ප්‍රසව සමය අලුත උපන් දරුවාට හා මවට ඉතාමත් තීරණාත්මක අවධියකි. මාතෘ හා නව ජන්ම මරණ මෙන්ම බොහොමයක් මාතෘ හා නව ජන්ම රෝගී තත්වයන් ඇතිවන්නේද පසු ප්‍රසව කාලයේදීය.
දැනට වාර්තාගත දත්තයන්ට අනුව පූර්ව ප්‍රසව රැකවරණය හා ප්‍රසව රැකවරණය ඉහළ තත්වයක පැවතුනත් පසු ප්‍රසව රැකවරණය තව දුරටත් වර්ධනය විය යුතු බව පෙනේ.
එමනිසා ක්ෂේත්‍ර පසු ප්‍රසව සංරක්ෂණය ලබා දිය යුතු ආකාරය පහත දැක්වෙන පරිදි සංශෝධනය කර ඇත.
මේ සඳහා පසු ප්‍රසව අධීක්ෂණ කටයුතු ශක්තිමත් කිරීම මෙන්ම මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය ආශ්‍රිත වැඩසටහන්හි නිරන්තර ප්‍රගතිය හා ඇගයීම සිදු කිරීමද අත්‍යාවශ්‍ය වේ. මහජන සෞඛ්‍ය හෙද සොහොයුරියක් මසකට සිදුකළ යුතු අධීක්ෂණ 06 න් 02ක් ද පරිපාලන පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියට මසකට සිදුකළ යුතු අධීක්ෂණ 10 න් 03ක් ද පසු ප්‍රසව සංරක්ෂණයට අදාලව අනිවාර්යෙන් සිදුකළ යුතුවේ.

1. පසු ප්‍රසව ගෘහ පිවිසුම්

1.1 පසු ප්‍රසව සංරක්ෂණය සඳහා ගෘහ පිවිසුම් පහත දැක්වෙන ආකාරයෙන් සිදුකල යුතු වේ.

සාමාන්‍ය යෝනි ප්‍රසූති සඳහා ගෘහ පිවිසීම් 4ක් පහත පරිදි සිදු කළ යුතුවේ.

1 වන ගෘහ පිවිසුම	-	ප්‍රසූතියෙන් දින 1 - 5 ත් අතර
2 වන ගෘහ පිවිසුම	-	ප්‍රසූතියෙන් දින 5 - 10 ත් අතර
3 වන ගෘහ පිවිසුම	-	ප්‍රසූතියෙන් දින 14 - 21 ත් අතර
4 වන ගෘහ පිවිසුම	-	ප්‍රසූතියෙන් දින 42 අවට

ගෘහ ප්‍රසූතියක් සඳහා පසු ප්‍රසව ගෘහ පිවිසුම් 5ක් කළ යුතු වේ.

ප්‍රසූතියෙන් පළමු දින 10 ඇතුළත ගෘහ පිවිසුම් 3ක් කල යුතු වේ.

4 වන ගෘහ පිවිසුම	-	ප්‍රසූතියෙන් පසු දින 14 ත් 21 ත් අතර
5 වන ගෘහ පිවිසුම	-	ප්‍රසූතියෙන් පසු දින 42 අවට

1.2 අවදානම් හා ගැටළු සහිත පසු ප්‍රසව මව්වරුන් හා ළදරුවන් සඳහා අවශ්‍යතාවය අනුව මෙයට වඩා වැඩි වාර ගණනක් ගෘහ පිවිසුම් සිදුකළ යුතුවේ. එමෙන්ම මළදරු උපත් හා නව ජන්ම මරණ සඳහාද ඉහත සඳහන් පරිදි පසුගමන් සිදු කිරිම අත්‍යාවශ්‍යවේ.

1.3 ගබ්සාවන් සිදු වූ මව්වරුන් සඳහාද සුදුසු පරිදි අවශ්‍යතාවය අනුව ගෘහස්ථ රැකවරණය ලබාදිමට කටයුතු කල යුතුය .

2. අවදානම් තත්ව සහිත මව්වරු සහ ළදරුවන්

2.1 පසු ප්‍රසව කාලයේදී මවට හා නවජන්මයාට අවදානම් තත්ව ඇති වුයේ නම් මව හා ළදරුවා වහාම පහසුකම් සහිත රෝහලකට යොමු කිරිම අත්‍යාවශ්‍ය වේ. මෙහිදී මව/ ළදරුවා රෝහලට යෑම පිළිබඳ උපදෙස් පිළිපැද්දේද යන්න පිළිබඳව සොයා බැලිමද, පවුලේ සාමාජිකයන් ඒ පිළිබඳව දැනුවත් කිරීමද පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියගේ වගකීමක් වනු ඇත.

2.2 හදිසි අවස්ථාවකදි ලඟම තිබෙන රෝහලකට රෝගියකු යොමු කිරිම සඳහා පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය අදාල ක්‍රියාමාර්ග ගත යුතුය.

3. පළාත හැර යන මව්වරුන් සඳහා පසු ප්‍රසව රැකවරණය

ගර්භණි මවක් දරු ප්‍රසුතියට පෙර හෝ පසු පළාත හැර යන්නේ නම් ඒ බව ගර්භණි ලේඛණයේ හා ගර්භණි සටහන් පතෙහි H 512 A & B හි ළකුණු කළ යුතුවේ. එමෙන්ම ඇය පදිංචියට යන ස්ථානයේ ලිපිනයද එහි සඳහන් කළ යුතුවේ. පළාත හැර යන මව්වරුන්ට පසු ප්‍රසව රැකවරණය ලබා දීමට ඔවුන් අලුතෙන් පදිංචියට ගිය ලිපිනය, එම පළාතේ පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියට දැනුම්දිය යුතුවේ. ඒ සඳහා පහත සඳහන් ක්‍රියාදාමය පිළිපැදිය යුතුවේ.

නව පදිංචිය එකම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි කොට්ඨාශයේ නම් අදාල පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියට දැනුම් දිය යුතුවේ. ඒ බව සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරිටද දැනුම් දිය යුතුවේ. නව පදිංචිය වෙනත් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි කොට්ඨාශයක නම් තම පළාතේ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි මඟින් එම අදාල කොට්ඨාශයේ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරිට ලිඛිතව දැනුම් දිය යුතුවේ. පළාත හැර යන හා පළාතට තාවකාලිකව පැමිණෙන මව්වරුන්ගේ ලේඛණයක් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි කොට්ඨාශ මට්ටමින් නඩත්තු කළ යුතුවේ. පිටින් පැමිණි මවක් වුවද ප්‍රසුතිය ලියාපදිංචි කර නොමැති නම් ප්‍රසුතිය ලියාපදිංචි කළ යුතුය.

4. පසු ප්‍රසව සායනය

ප්‍රදේශයේ පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය විසින් සෑම පසු ප්‍රසව මවක්ම පසු ප්‍රසව සති 4 ත් 6 ත් අතර කාලය තුලදී පසු ප්‍රසව සායනය වෙත යොමු කළ යුතුය. පසු ප්‍රසව සායනය බහු සායනයක අංගයක් විය යුතුය. පසු ප්‍රසව සායනයට පැමිණිමේ දිනයක් ගෘහ පිවිසුම් අතරතුරදී සෑම මවකටම ලබා දිය යුතු අතර එය H 512 A සහ ළමා සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන් පතේ සඳහන් කළ යුතුය. පසු ප්‍රසව සායනය සඳහා මව්වරුන්ගේ පැමිණිම සායනික පැමිණිමේ ලේඛණයට මෙන්ම සායනික සංක්ෂිප්තයටද ඇතුලත් කළ යුතුය. සායනයට පැමිණි මව්වරුන් ගණනත් පසු ප්‍රසව සංකුලතා සහිත මව්වරුන් ගණන හා විශේෂ රැකවරණය සඳහා යොමු කළ මව්වරුන් ගණනත් ත්‍රෛමාසික සායනික සටහනට ඇතුළත් කල යුතුය(H 527).

පසු ප්‍රසව සායනයේදී සෑම මවක්ම වෛද්‍යවරයෙකු විසින් පරික්ෂා කළ යුතු අතර අදාල සටහන් සෞ 512 A සහ B කොටස් වල ඇතුලත් කළ යුතුය. සෑම මවකටම එඩින්බරෝ පසු ප්‍රසව විශාදි මාපකය ලබා දී මානසික තත්ත්වය තක්සේරු කළ යුතු අතර අදාල උපදෙස් අනුව අවශ්‍ය මව්වරුන් මානසික සෞඛ්‍ය සායනයක් වෙත යොමු කිරිම සිදු කළ යුතුය.

5. පසු ප්‍රසව සමයේ ක්ෂුද්‍ර පෝෂක ලබා දීම හා පවුල් සංවිධානය

සෑම මවකටම පසු ප්‍රසව මාස 6ක් යන තුරු පසු ප්‍රසව සායනයක් මගින් පහත ඖෂධ නිකුත් කළ යුතුය.

- ෆෝලික් අම්ලය අඩංගු යකඩ පෙති (යකඩ ෆෝලේට්) හෝ යකඩ පෙති සහ ෆෝලික් අම්ලය වෙන වෙනම - දිනකට පෙති එක බැගින්.
- විටමින් සී - දිනකට පෙති එක බැගින්.
- කැල්සියම් ලැක්ටේට් - දිනකට පෙති එක බැගින්.
-

6.පසු ප්‍රසව සමයේ පවුල් සංවිධානය

සෑම මවක්ම පසු ප්‍රසව පවුල් සංවිධාන ක්‍රම පිළිබඳව දැනුවත් කළ යුතු අතර පසු ප්‍රසව සති 6 කදී පවුල් සැලසුම් සායනය වෙත යොමු කළ යුතුය.

7. පූර්ව ප්‍රසව හා පසු ප්‍රසව සාන්ව/රෝගාබාධ වාර්තා කිරීම

- පසු ප්‍රසව පලමු ගෘහ පිවිසුමේ දී, පූර්ව ප්‍රසව රෝගාබාධ පිළිබඳ සොයා බලා වාර්තා කළ යුතුය.
- සෑම පසු ගමනකදීම අදාල පරිදි, පසු ප්‍රසව සංකූලතා වාර්තා කළ යුතු වේ. රෝහලේදී සිදුවූ පසු ප්‍රසව සංකූලතායටද, පසු ප්‍රසව රක්තපාතය, රුදුරු අපරාව ආදිය වාර්තා කළ යුතු අතර, එකම සංකූලතාව දෙවරක් වාර්තා නොකිරීමට වගබලා ගත යුතුය.

8. අඩුබර උපත් වාර්තා කිරීම

රෝහල් වලින් ලැබෙන දත්ත හා සැසදීමේදී ක්ෂේත්‍රයේ අඩුබර උපත් වාර්තා කිරීම අඩු මට්ටමක පවතී. පළමු පසු ගමනේදීම CHDR පරීක්ෂා කර බලා උපත් බර වාර්තා කල යුතු අතර මෙය පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය ගේ වගකීමකි.

මෙම චක්‍රලේඛය පිලිබඳ ඔබ පළාතේ සියලුම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන් හා අනෙකුත් ක්ෂේත්‍ර කාර්ය මණ්ඩලය දැනුවත් කිරීමටත් ඒ පිළිබඳ උපදෙස් දීමට කටයුතු කරන ලෙසත් කාරුණිකව ඉල්ලා සිටිමි .

වෛද්‍ය පාලිත මහිපාල,
සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්

වෛද්‍ය පී. ජී. මහිපාල
සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය
385,"සුවසිරිපාය"
පූජ්‍ය බද්දේගම විමලවංශ හිමි මාවත,
කොළඹ 10.

පිටපත්

1. නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් (ම සෞ සේ) I
2. නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් (ම සෞ සේ) II
3. නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් (වෛද්‍ය සේවා) I
4. නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් (වෛද්‍ය සේවා) II
5. අධ්‍යක්ෂ (මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය)
6. අධ්‍යක්ෂ (ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය සේවා)
7. අධ්‍යක්ෂ (සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන හා ප්‍රචාර)
8. මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන්
9. සියලුම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන්
10. ආයතන භාර වෛද්‍ය නිලධාරී
11. ආයතන භාර ලියාපදිංචි/සහකාර වෛද්‍ය නිලධාරී