Kuwasaidia Wamama Wazazi kuishi

Utokwaji damu baada ya kujifungua

MWONGOZO KWA WATOA HUDUMA

Ujifunzaji na Matendo ya Timu

© 2013 Jhpiego Corporation
All rights reserved
ISBN 978-82-8276-052-2

Yaliyomo

Kwa wale wanaowahudumia akinamama wakati wa uzazi 5
Kuokoa maisha wakati wa uzazi 6
Mawasiliano na wanatimu na mama 7
Jiandae kwa uzazi safi na salama 8
Utokwaji damu baada ya kujifungua 10
Sababu za kutokwa na damu baada ya kujifungua 11
Fanya maamuzi kwa vitendo kwa ajili ya mama na mtoto 12
Huduma za kawaida kwa mama na mtoto 13

Toa dawa kupunguza utokwaji wa damu- Oksitosin au misoprostol 14
Kata kitovu 16
Fanya mvuto wa kitovu uliodhibitiwa kwa kuweka msukumo kinzani ili kutoa kondo la nyuma 17
Namna ya kutoa kondo la nyuma 18
Angalia msinyao 19
Kagua kondo la nyuma kama limetoka lote 20
Angalia kama kizazi ni kigumu 21
Je utokwaji wa damu ni wa kawaida? 22
Huduma za kawaida kwa mama na mtoto 23

Mazoezi kwa ujifunzaji 24

Kama kondo la nyuma halijatoka 26
Rudia mvuto wa kitovu uliodhibitiwa 27
Kama kondo la nyuma limekwama au halijakamilika 28
Pata msaada wa juu 30
Kusafirisha kwenda huduma ya ngazi ya juu 31
Angali kama kuna michaniko 32
Gandamiza michaniko 33
Sugua kizazi 35
Sugua kizazi, rudia dawa 36

Gandamiza kizazi 38
Usafiri wa dharura 40

Mazoezi kwa ujifunzaji 41
Faharasi 44
Marejeo 45

Shukrani

Pakeji hii ya mafunzo ya utokwaji wa damu baada ya kujifungua iliasisiwa na kusanifiwa na timu iliyopo katika ofisi ya uongozi wa kiufundi ya Jhpiego kwa msaada wa MCHIP timu ya afya ya uzazi ikiongozwa na Cherrie Evans na Peter Johnson

Tunapenda kutoa shukrani zetu za dhati kwa washirika wetu na wafanya kazi wenzetu waliotapakaa kote duniani waliofanya kazi nasi ili kupunguza matukio yanayoongoza kwa kusababisha vifo vya akina mama wazazi, utokwaji wa damu baada ya kujifungua. Tunapenda kushukuru kwa namana ya pekee wale waliotoa mwongozo katika kufanikisha majarida haya, Shirikisho la Kimataifa la Wakunga (ICM), Shirikisho la Kimataifa la Wagaynakolojia na Obstetrishia (FIGO), Mfuko wa Shirika la Umoja wa Mataifa la Idadi ya Watu (UNFPA), Shirika la Afya Duniani (WHO), Mpango Shirikishi wa Afya ya Uzazi na Mtoto MCHIP) na Shirika la Taaluma/Akademia la Watoto la Amerika (AAP). Tunapenda kuwashukuru washirika na wafanyakazi wenzetu wa India, Malawi, na Zanzibar walioshiriki kujaribisha nyenzo hizi. Shukrani kubwa kwa Harald Eikeland, Mhariri sanifu wa Mafunzo, na Anne Jorunn Svalastog Johnsen, mchoraji wa Laerdal kwa msaada wake usio na kifani kwa kuwezesha kufanya majarida haya yaeleweke kwa wote.

Kazi hii imewezekana kupitia ukarimu mkubwa wa msaada kutoka kwa Laerdal Foundation for Acute Medicine na Jhpiego, mshirika wa Johns Hopkins University.

innovating to save lives

Jhpiego

an affiliate of Johns Hopkins University

Jhpiego ni shirika la Afya la kimataifa, lisilo la kibiashara, na kitengo cha chuo kikuu cha Johns Hopkins. Kwa miaka 40, Jhpiego imewezesha wafanyakazi walio mstari wa mbele katika kutoa huduma ya afya kwa kubuni na kutekeleza kwa ufasaha, kwa gharama ndogo, na kwa namna rahisi ya kutatua matatizo yao ili kuimarisha huduma za afya kwa akina mama na familia zao.

Kwa kuweka ubunifu unaotekelezeka wa afya katika utendaji wa kila siku. Jhpiego inafanya kazi ya kuvunja na kuondoa vikwazo ili kuwapatia huduma bora ya afya watu dunioni walio wepesi kuathirika.

Kwa wale wanaowahudimia akina mama wakati wa kujifungua

Mafunzo ya utokwaji wa damu baada ya kujifungua ni jumla ya mafunzo yaliyopangwa kwa vikundi vilivyo mstari wa mbele katika kutoa huduma ya afya ya uzazi kwa akina mama na vichanga. Mafuzo haya ni stahiki kwa watoa huduma wote wa afya wahudumiao uzazi. Hii inawajumuisha pia wahudumu wazoefu kama wakunga pamoja na wafanyakazi wengine (madaktari, wauguzi, na wengineo) wanaoweza kuitwa.

Mafunzo ya BAB imepangwa kusaidia wafunzwa kupata ustadi wa kufikia umahiri unaohitajika kumudu kwa usalama na ufanisi kuzuia, kutambua na kuhudumia utokwaji wa damu baada ya kujifungua.

Makabrasha kwa ajili ya mafunzo haya ni Mpango Kazi, yenye michoro ya utendaji kwa kumsaidia mhudumu katika kuhudumia hatua ya tatu ya uzazi, Kitabu cha Kufunguka, kitumikacho kufundishia na huu Mwongozo kwa Watoa Huduma. Mwongozo kwa Watoa Huduma ni kwa wote wawezeshaji na wafunzwa. Ina taarifa zinazohitajika kuendeshea mafunzo yanoyoendelea ikiwa pamoja na maelezo ya awali ya tendo/somo.

Hii moduli imesanifiwa kwa kufundisha watoa huduma wa afya vituoni mwao kwa muda wa siku moja, kwa kutumia moduli ili kuwezesha mazoezi. Baada ya mafunzo, malengo ni wahudumu waendelee kufanya mazoezi kwa kutumia moduli, wakiongozwa na mmoja wao kwa kutumia ujuzi mpya au ulioimarishwa katika kuhudumia uzazi. Kwa kutambua kuwa mfunzwa yeyote anauwezo wa kuratibu mafuzo ya wenzake kituoni mwake baada ya mafunzo ya awali, huu Mwongozo wa Watoa Huduma una mafunzo yanayofaa kwa wafunzwa ikiwa pamoja na wawezeshaji.

Ni muhimu kufahamu kuwa katika nchi zingine ni wahudumu waliopata mafunzo tu wanaruhusiwa kufanya aina fulani za huduma, kwa mfano, kufanya mvuto wa kitovu uliodhibitiwa, kuongeza njia ya uzazi, kuondoa kondo la nyuma kwa mikono na kuweka katheta. Angalizo kwa Huduma ya Juu ina tanabaisha ni namna gani bora zaidi kwa wale walioidhinishwa kufanya tendo hilo la ujuzi

Kuokoa maisha wakati wa uzazi

Mategemeo ya utendaji

1. Toa huduma makini ya hatua ya tatu ya uzazi (AMTSL), ambazo ni mfululizo wa hatua tatu za kuchukua inayoshauriwa kwa kila uzazi na iliyothibitishwa ilikupunguza utokwaji wa damu baada ya kujifungua (PPH) na vifo vya uzazi

2. Tambua na kuhudumia utokwaji wa damu baada ya kujifungua kwa kutumia mpangilio mwepesi.

Pointi muhimu

- *Kuna watu wawili wanaohitaji huduma, mama na mtoto*
- *Uhai wa mtoto unategemea uhai wa mama*
- *Kila funzo itakupa ustadi na ufahamu kwa kutoa huduma salama na fanisi kwa mama na mtoto*
- *Kufanyia ustadi mazoezi uliopata baada ya mafunzo ni muhimu sana*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

Wakati wa ujauzito, uchungu, kujifungua na wakati baada ya kujifungua kuna watu wawili wanaohitaji huduma- mama na mtoto. Afya na uhai wa wote unategemeana. Kama mama akifa mtoto anaweza asiishi na hata watoto wake wengine wapo hatarini.

-Program ya mafunzo ya Kutokwa na Damu Baada ya Kujifungua na ile ya Kusaidia Watoto Wapumue inatumika pamoja kwa kujenga ujuzi na maarifa kwa kuwahudumia wote wawili mama na mtoto wakati na baada ya kujifungua.

- Kutokwa na damu baada ya kujifungua inalenga kukinga, kutambua, na kuhudumia utokwaji wa damu baada ya kujifungua.
- Kusaidia Watoto Kupumua inafundisha huduma ya kawaida ya watoto wakati wa kuzaliwa na namna ya kumsaidia mtoto asiyepumua.
- Matendo ya mkunga yanaweza kuwa sababu ya uhai au kifo kwa mama na mtoto.
- Ustadi unaofundishwa katika mafunzo haya – kuhudumia kimatendo hatua ya tatu ya kujifungua, kukisia kwa haraka damu iliyotoka, kutambua chanzo cha damu, na huduma sahihi ya utokwaji wa damu – itaokoa maisha.
- Mafunzo yote mawili yatahusisha mfanano, kupata ujuzi, na mjadala.

Mazoezi

Kufanyia mazoezi ujuzi uliojifunza kwenye mafunzo haya itakusaidia kuokoa uhai. Kabla ya kufanya zoezi lolote au drili, hakikisha mahitaji yote yapo tayari. Angalia ukurasa wa 8 kwa listi.

Wasiliana na wanatimu na mama

Tegemeo la utendaji

Mhudumu ataweza kuwasiliana kwa ufasaha na wanatimu wakati wa dharura.

Pointti muhimu

- *Mawasiliano mazuri yanaokoa maisha*
- *Mfahamu nani wa kumwita kwa msaada*
- *Mpatie kila mwanatimu wajibu*
- *Uwe na mpango wa dharura tayari*
- *Wajulishe/waweke tayari wengine uzazi unapokaribia*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

Kushindwa kuwasiliana kutasababisha matatizo makubwa kwa akina mama na watoto

- Fahamu nani wa kumwita na itakuwaje kama huduma ya juu au rufaa inahitajika.
- Hakikisha mama na wanafamilia wake wanapata taarifa/wanafahamishwa
- Kama upo mwenyewe, mama na/au wanafamilia wake wanaweza kuwa timu yako
- Wanatimu wako ni pamoja na watu unaofanya nao kazi kituoni kwako, wale wa kituo cha rufaa na wale wa mama.
- Kufanyia mazoezi wajibu mara kwa mara kunaweza kufanya mambo yaende vizuri zaidi na kujenga kujiamini ndani ya timu yako
- Kuwa na mpango kabla ya dharura kutafanya mawasiano yawe rahisi.
- Wasiwasi na woga ni hali ya kawaida wakati wa dharura, lakini inaweza kuzuia mawasiliano.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Kuwatahadharisha wanatimu wako kadiri uzazi unavyokaribia ili wasaidie kama dharura ikitokea
- Wasiliana kwa sauti kwa kujiamini na kwa ufasaha – usidhani wengine wanaelewa unachokifikiri
- Mawasiliano ya ukamilifu yatahakikisha kuwa kila mmoja anajua kitu gani kinapaswa kufanyika na itasaidia kuwatoa hofu mama na wanafamilia wake.

Jiandae kwa uzazi safi na salama

Tegemeo la utendaji

Mhudumu atatambua alama za uzazi safi na salama

Pointi muhimu

- *Weka eneo la uzazi pekee, lenye joto na mwanga wa kutosha*
- *Ni lazima uwe na vifaa stahiki, safi na tayari kwa kutumika kabla ya kujifungua.*
- *Kwa KILA UZAZI, mara zote uwe umenyonya kwenye sindano dawa ya msinyaisho tayari kutolewa*
- *Jaribisha ufanyaji kazi wa mfuko na maski*
- *Uoshaji mikono na kutumia glovu na vifaa vilivyotakaswa au kuwekwa kwenye dawa kutapunguza hatari ya maambukizi*
- *Nukuu muda wa kujifungua*
- *Mama na mtoto mara zote lazima wawekwe pamoja*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

Ahakikishe eneo la uzazi ni pekee, safi, joto na enye mwanga wa kutosha.

- ***Sabuni na spiriti/dawa ya kunawia*** – kuosha mikono ni muhimu kwa kuwakinga mama, mtoto, na mhudumu. Ni lazima kunawa kabla ya kuvaa glovu na baada ya kuzivua
- ***Glovu*** – iliyotakaswa au kuwekewa dawa ili kupunguza hatari ya maambukizi kwa mhudumu, mama, na mtoto. Kama inawezekana vaa glovu mbili ili kupunguza hatari ya maambukizi kwa mtoto kwa kuvua pea ya juu mara tu kabla ya kufunga na kukata kitovu.
- ***Mikasi au nyembe*** iliyotakaswa au kuwekwa kwenye dawa kwa kukatia kitovu
- ***Taulo*** – taulo safi, kavu au kitambaa kwa kumkausha na kumweka mtoto katika hali ya joto, msafishe mama, na futa damu kuona michubuko.
- ***Choma kwa umeme, bana, funga***,- kubana kitovu, kufanya mvuto wa kitovu uliodhibitiwa, na kukata kitovu
- ***Kinga binafsi kwa mhudumu*** –aproni, maski, kinga ya macho, na kofia, weka sehemu ya kuzalishia safi na punguza hatari ya maambukizi.
- ***Madawa***- kabla ya KILA UZAZI oxytosin ni lazima inyonywe kwenye sindano na tayari kutolewa.
- ***Sakshin*** – kusafisha mdomo wa mtoto na pua ya mtoto pale inapohitajika
- ***Maski au mfuko wa kupumua*** – kumsaidia mtoto kupua inapohitajika.
- ***Stetoskopu*** – kwa kupima mapigo ya moyo wa mtoto kama msaada wa kupumua unahitajika.
- ***Saa*** - kwa kufuatilia muda gani kila hatua ya uzazi inachukua, kuweka muda wa kuzaa, na dakika ya kwanza baada ya kujifungua

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

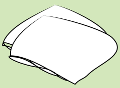
- Atayarishe vifaa vyote kabla ya mzazi kufika.
- Atumie mbinu safi kupanga vifaa na mahitaji.
- Atumie vifaa vyote vinavyotakiwa na kwa usalama.
- Atengeneze vifaa na mahitaji kwa kutumia vitu vilivyopo kama vitahitajika.
- Aoshe mikono au apake dawa na avae glovu.
- Atupe taka zote kwa namna inavyostahili. Aweke vitu vyenye ncha kali kwenye chombo kisichoruhusu vitokeze nje. Atakase mikasi, vibanio na vifaa vingine kwa mashine ya kutakasa au kwa dawa, zitumbukizwe kwenye maji ya klorini ya asilimia 0.5 kwa dakika 20.
- Awasiliane na mama na timu ya uzazi.
- Awaweke mama na mtoto pamoja baada ya kujifungua.

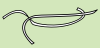
Ni muhimu sana kwa oksitosin kunyonywa kwenye sindano au misoprostol kuwa tayari kwa kutolewa KABLA YA MTOTO KUZALIWA. Hii itakuwezesha kutoa dawa kwa haraka na kuwa na muda wakuzuia mama kutokwa na damu na kupunguza ucheleweshaji wa huduma okozi kama mtoto hapumui.

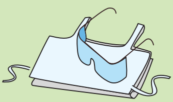
Sabuni na spiriti ya kunawia

Glovu

Mikasi au wembe

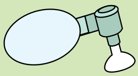

Taulo

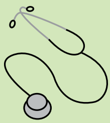

Kichomeo, vibanio, vifungio


Kinga binafasi kwa mhudumu

Dawa

Sakshin


Maski au mfuko wa kupumua


Stetoskopu

Saa

Utokwaji damu baada ya kujifungua

Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma ataweza kutambua kwamba akina mama wote wapo hatarini kwa utokwaji mkubwa wa damu baada ya kujifungua na umuhimu wa kukinga na kuchukua hatua kwa wakati/haraka.

Pointi muhimu

- *Mzazi yeyote anaweza kutokwa na damu nyingi baada ya kujifungua*
- *Utokwaji wowote wa damu unahatarisha maisha*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Wazazi wote wako hatarini kutokwa na damu nyingi
- Utokwaji wa damu baada ya kujifungua unaweza kuwa taratibu, mfululizo wa matone au mbubujiko mkubwa. Aina zote zinahatarisha maisha
- Damu inaweza kuwa maji au mabonge
- Kupoteza ml 500 au mara pengine kidogo kunaweza kuhatarisha maisha ya mama
- Wazazi wagonjwa, wenye upungufu wa damu, au wenye lishe duni wanaweza kuugua hata kwa utokwaji kidogo wa damu.
- Kuna hatua ambazo mhudumu anaweza kuchukua ili kusaidia kupunguza utokwaji wa damu baada ya kujifungua.

Jipime

Je, wazazi wote wapo hatarini kutokwa na damu baada ya kujifungua?

Sababu za kutokwa na damu baada ya kujifungua

Tegemeo la utendaji

Mhudumu anaweza kutambua sababu za kutokwa na damu nyingi baada ya kujifungua na kuzihudumia kwa usahihi.

Pointi muhimu

- *Msinyao hafifu, michaniko, na kijinyama kilichobaki ni sababu kuu tatu zinazosababisha kutokwa na damu baada ya kujifungua.*
- *Utokwaji mwingi wa damu baada ya kujifungua hutokana na kizazi kushindwa kuwa kigumu (msinyao hafifu).*
- *Kijinyama kutoka kwenye kondo la nyuma au kipande cha chupa iliyobaki ndani ya kizazi huweza kusababisha damu kutoka.*
- *Michaniko inaweza pia kusababisha kutokwa na damu baada ya kujifungua.*
- *Uongezaji wa njia ya uzazi na ukeketaji unaongeza hatari ya michaniko.*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

Kwa kiasi kikubwa utokwaji mwingi wa damu baada ya kujifungua ni kwa sababu tumbo la uzazi kushindwa kusinyaa au kuwa ngumu baada ya kujifungua.

- Mishipa midogo kwenye kizazi hupatia kondo la nyuma mahitaji wakati wa ujauzito.
- Kizazi lazima kisinyae ili kufunga mishipa midogo ya damu.
- Kama kizazi hakisinyai, mishipa midogo midogo (veseli) itaendelea kusukuma damu kwenye kizazi kitupu.
- Hii ndiyo sababu kubwa ya utokwaji wa damu baada ya kujifungua.
- Kukagua mara kwa mara kuona kama kizazi ni kigumu inasaidia kutambua kama ndiyo sababu ya kutokwa na damu.

Kubaki kwa kijinyama kutoka kwenye kondo la nyuma au mfuko wa chozo kunaweza kusababisha kutokwa na damu

- Kama kipande cha kondo la nyuma au la mfuko wa chozo ukibaki, kizazi hakiwezi kusinyaa na mama atatokwa na damu.
- Ni muhimu kukagua kondo la nyuma baada ya kutoka ili kuhakikisha kama limetoka lote

Kutokwa na damu kunaweza kusababishwa na michaniko. Michaniko inaweza kuwa mikubwa au midogo, ndani au nje ya uke

- Uongezaji wa njia ya uzazi kutaongeza michaniko na utokwaji damu. Ikatwe tu kwa sababu maalum na mhudumu mwenye ujuzi
- Wanawake waliokeketwa wana uwezekano mkubwa zaidi wa kuchanika
- Kufuta damu kwa taratibu kunaweza kukusaidia kuona wapi pamechanika

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Mhudumu anawajibu wa kumpima mama mara kwa mara kwa mabadiliko ya utokwaji wa damu.
- Mtoa huduma anatakiwa apime kizazi kutambua kama kizazi kinasinyaa.

Angalizo kwa huduma ya juu

Kama wafunzwa wana mafunzo ya ziada na idhini ya kutoa huduma ya kiwango cha juu, watende ndani ya wigo wa utendaji wao. Hii ni pamoja na kuongeza njia ya uzazi kama mama amekeketwa.

Fanya maamuzi kwa vitendo kwa ajili ya mama na mtoto

Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma anaweza kutambua tatizo na kufanya maamuzi haraka na kwa usahihi kwa ajili ya mama na mtoto

Pointi muhimu

- *Dalili za kubadilika kwa hali ya mama na mtoto lazima ziratibiwe.*
- *Dalili kama kutokwa na damu, msinyao wa kizazi na upumuaji wa kichanga ni muhimu iongoze maamuzi yako.*
- *Kuangalia dalili kwa vitendo, kufanya maamuzi, na kuchukua hatua haraka ni muhimu kwa kuwasaidia mama na watoto kuishi.*
- *Chukua hatua haraka kuokoa maisha!*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Baada ya kujifungua, hali za mama na mtoto inaweza kubadilika ghafla. Kuratibu dalili hizi kwa umakini ni muhimu sana.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

Kwa mama

- Angalia kwa umakini utokwaji mwingi wa damu tangu kujifungua, na kadiri unavyosubiri kondo la nyuma kutoka, na kila dakika 15 kwa masaa mawili ya kwanza.
- Papasa kizazi kuona kama kinakuwa kigumu kama paji la uso wako kadiri kinavyosinyaa na kusitisha utokwaji mwingi wadamu.
- Mpime mama kwa dalili kama amepoteza damu nyingi, kama vile kuongezeka mapigo ya moyo, kushuka kwa msukumo wa damu, au kupauka na ngozi baridi yenye kunata/enye unyevu nyevu

Kwa mtoto

- Sikiliza anavyolia wakati unamkausha mtoto vizuri
- Dakika ya kwanza ya uhai ni muhimu sana kwa kichanga. Kama mtoto halii, mweke kwenye hali ya joto, na mshtue/mwanzishie kupumua. Fuata mwongozo wa kumhuisha/kumrudishia fahamu kutoka kwenye kitabu cha Kusaidia Watoto Kupumua.

Kwa wote

- Kumweka mtoto kwenye kifua cha mama kutakusaidia kuwafuatilia wote kwa wakati moja
- Tumia ukionacho, ukihisicho, na unachokisikia kwa kuchukua maamuzi kivitendo/makini kujua hatua bora inayofuata kwa mama na mtoto
- Chukua hatua haraka. Hatua za haraka huokoa maisha

Jipime

Je, vipimo gani vya kawaida afanyiwe mama kwa masaa mawili ya kwanza baada ya uzazi

Huduma za kawaida kwa mama na mtoto

Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma ataweza kutoa huduma za kawaida kwa mama na mtoto mara tu baada ya kujifungua.

Pointi muhimu

- *Hatua ya tatu ya uzazi - ni muda kati ya kujifungua na kondo la nyuma kutoka.*
- *Hatua tatu za huduma makini ni: Kutoa dawa za kusinyaisha,, fanya mvuto wa kitovu uliodhibitiwa kama ni mhudumu mwenye ujuzi, angalia msinyao wa kizazi.*
- *Huduma makini ya hatua hii inaweza kupunguza kutokwa na damu baada ya kujifungua*
- *Dakika ya kwanza ni muda muhimu kuhakikisha mtoto anapumua vizuri*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Katika kipindi hiki, kizazi kinasinyaa na kuwa kidogo.
- Hii hufanya kondo la nyuma kujitenga na ukuta wa kizazi
- Mchakato huu huchukua dakika 8-9, lakini huweza kufikia hata saa.
- Shirika la Afya Duniani inashauri huduma makini kwa wazazi wote ili kupunguza hatari ya utokwaji wa damu baada ya kujifungua kwa asilimia 60 hadi 70
- Kati ya dakika 1 mpaka 3 baada ya kujifungua, ni wakati wa kubana au kufunga na kukata uzi wa kitovu.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

Wakati mama na mtoto wote wanaendelea vizuri, huduma ya kawaida kwa wote inaweza kuendelea kwa wakati moja.

Hakikisha

- ☐ Mweke mtoto kifuani kwa mama.
- ☐ Mkaushe mtoto vizuri na uangalie anavyolia: mfunike kwa kitambaa kikavu.
- ☐ Angalia kama kuna mtoto mwingine; kama hayupo endelea na huduma ya hatua ya 3 (kwa mama) wakati huo huo ukiendelea kumwangalia mtoto.
- ☐ Mpatie mama oksitosin au misoprostal ndani ya dakika moja ya kujifungua.
- ☐ Wakati unasubiri kondo la nyuma, vua glovu ya juu kama umevaa mbili, au badili glovu na ukate kitovu cha mtoto ndani ya dakika ya 1-3 baada ya kujifungua.
- ☐ Fanya mvuto wa kitovu uliodhibitiwa wakati wa misinyao.
- ☐ Ihisi kizazi mara tu kondo la nyuma linapotoka na sugua kizazi kama ni laini.
- ☐ Angalia kama kondo la nyuma limetoka lote.
- ☐ Angalia kiasi cha utokwaji damu.
- ☐ Endelea kuwaagalia mama na mtoto kwa ukaribu na toa huduma za kawaida.

Jipime

Je, ni zipi sehemu tatu za huduma za kima-tendo za hatua y a tatu ya uzazi?

Toa dawa ili kupunguza utokwaji wa damu - Oksitosin au Misoprostol

Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma ataweza kutoa kwa usalama na ufasaha oksitosin na misoprostol baada ya mtoto kuzaliwa.

Pointi muhimu

- *Oksitosin na misoprostol zinasababisha kizazi kisinyae.*
- *Angalia kama kuna mtoto mwingine kabla ya kutoa dawa*
- *Oksitosin hutolewa kama sindano na ni lazima ihifadhiwe penye nyuzi joto 25 au pungufu. Dozi ni uniti 10.*
- *Misoprostol ni vidonge na humezwa. Haihitaji kuhifadhiwa kwenye ubaridi. Dozi mcg 600 (vidonge 3 vya mcg 200).*
- *Toa dawa ndani ya dakika moja ya uzazi.*

Ni muhimu sana kwa oksitosin kunyonywa kwenye sindano au misoprostol iwekwe tayari kwa kumezwa KABLA YA MTOTO KUZALIWA. Hii itakupa nafasi ya kutoa dawa kwa uharaka ili kumkinga mama kutokwa na damu na kupunguza ucheleweshaji wa uokozi kama mtoto hapumui.

Jipime

Dawa ipi inahitaji kuhifadhiwa penye nyuzi joto pungufu ya 25?

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Oksitosin na misoprostol zote ni madawa yanayosababisha kizazi kuwa kigumu au kisinyae .
- Wakati kizazi kinasinyaa kinabana mishipa midogo ya damu na kusitisha utokwaji wa damu.
- Oksitosin inatolewa kama sindano kwenye misuli. Inatakiwa kuhifadhiwa katika nyuzi joto 25 au pungufu.
- Oksitosin ni chaguo la kwanza la Shirika la Afya Duniani.
- Misoprostol hutolewa kama vidonge kwa jumla ya mcg 600 (mcg 200 kwa kidongex3) na inafanyakazi vizuri hata kama ikitunzwa sehemu ya joto na mwanga.
- Kabla ya kutoa dawa yoyote hakikisha hakuna mtoto mwingine wa kumzalisha. Mweleze mama kuwa anapata sindano au kidonge.
- Toa ndani ya dakika mmoja ya uzazi wa mtoto ili kizazi kisinyae na kisukume nje kondo la nyuma. Hii itazuia utokwaji mwingi wa damu.
- Ergometrine inaathirika zaidi kwa mwanga na joto na inaongeza hatari ya kondo la nyuma kubaki. Isitolewe kwa mzazi yeyote mwenye shinikizo la juu la damu! Inayo pia madhara makubwa yasiyotegemewa kwa baadhi ya wazazi kama vile kutapika na shinikizo la juu la damu. Kwa hiyo, isitolewe kuzuia utokwaji wa damu pale oksitosin inapokuwepo.

Oksitosin

- Toa dozi sahihi: hakikisha kuwa uniti 10 ya oksitosin imenyonywa kwenye sindano kabla ya kujifungua.
- Weka oksitosin penye nyuzi joto pungufu ya 25.
- Mweleze mzazi kuwa anapata sindano kupunguza utokwaji wa damu
- Choma sindano kwenye msuli mkubwa (kwa kawaida kwenye paja la mama).

MISOPROSTOL

- Toa dozi sahihi: uwe na vidonge vitatu vya mcg 200 kila kimoja kwa jumla ya mcg 600 tayari kabla ya kujifungua.
- Hakikisha mama amemeza vidonge
- Mwelekeze mama kuhusu madhara yasiyotegemewa ya misoprostol. Kutetemeka, kichefuchefu, kuharisha, na homa ambayo inaweza kutokea lakini siyo hatari.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

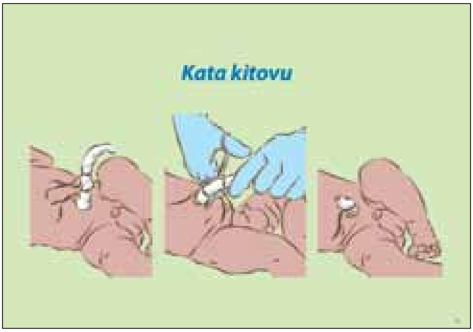
- Kabla ya mtoto kuzaliwa, aweke dawa tayari kutolewa ndani ya dakika moja ya uzazi.
- Aangalie kwa mtoto wa pili.
- Toa kiasi sahihi cha dawa sahihi ndani ya dakika moja ya uzazi.

Jipime

Je ip nii dozi sahihi ya oksitosin?

Ni ipi dozi sahihi ya misoprostol?

Kata kitovu



Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma ataweza kukata kitovu kwa usahihi katika muda muafaka na kwa namna ambayo itapunguza hatari ya maabukizi kwa mtoto.

Pointi muhimu

- *Kama mtoto anapumua vizuri, kata kitovu kati ya dakika 1-3 baada ya kujifungua.*
- *Kabla ya kukata kitovu, kama umevaa glovu mbili vua pea ya juu, au ibadili.*
- *Funga sehemu mbili au zibane na ukate katikati yake.*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Muda wa kukata kitovu unategemea hali ya wote, mama na mtoto. Kusubiri angalau kwa dakika moja kubana na kukata utepe hukupa muda wa kutoa dawa ili kuzuia utokwaji wa damu na muda wa damu kusogea toka kondo la nyuma hadi kwa mtoto.
- Usafi ni muhimu kwa kuzuia maambukizi kwenye kitovu. Mahitaji yote yatakaswe au yawekwe kwenye dawa.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Kata kitovu kati ya dakika moja mpaka tatu baada ya kujifungua kama mama na mtoto wanaendelea vizuri. Kama mama anatokwa na damu nyingi na mtoto hapumui vizuri, kata utepe mapema na ita msaada.
- Ili kukata kitovu weka vibanio viwili au vifungio kuzungukia kitovu. Weka kibanio cha kwanza au kifungio kuzungukia kitovu kama umbali wa upana wa vidole 2 kutoka tumbo la mtoto. Weka kishikio kingine umbali wa upana wa vidole 5 kutoka tumbo.
- Vaa pea mbili za glovu kabla ya kuzalisha ili kuvua moja kabla ya kukata kitovu.
- Wakati unakata kitovu, kinga uso wako na damu inayoruka kwa kufunika sehemu utakayokata na kipande chembamba cha gozi iliyotakaswa.

Fanya mvuto wa kitovu uliodhibitiwa kutoa kondo la nyuma

Tegemeo la utendaji

Mkunga mzoefu ataweza kufanya kwa usalama mvuto wa kitovu uliodhibitiwa.

Pointi muhimu

- *Mvuto wa kitovu uliodhibitiwa ufanywe tu na mkunga mwenye ustadi.*
- *Mvuto wa kitovu uliodhibitiwa lazima uwe taratibu.*
- *Fanya Mvuto wa kitovu uliodhibitiwa tu wakati wa misinyao.*
- *Hakikisha umeimarisha au umezuia kizazi wakati unafanya Mvuto wa kitovu uliodhibitiwa.*
- *Usivute kabisa kitovu wakati unapata ugumu.*
- *Kuvuta kwa nguvu au uhisipo ukinzani kutamuumiza mama.*
- *Vuta kitovu kwa utaratibu, kuelekea chini tu. Usivute kwa kushtukiza au mwelekeo tofauti.*

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Bana kitovu karibu na msamba.
- Msubiri mama apate uchungu, au kizazi kiwe kigumu.
- Angalia mbubujiko mdogo wa damu au kitovu kurefuka; hii ni dalili ya msinyao au kuwa kondo la nyuma linaachia.
- Tumia mkono moja kuzuia/imarisha kizazi kwa kuuweka juu ya mfupa wa kinena wa mama na kusukuma juu ili kupata msukumo kinzani.
- Wakati wa msinyao/uchungu, tumia mkono mwingine kuvuta kitovu chini kwa taratibu. Endeleza msukumo kinzani kwenye kizazi juu ya mfupa wa kinena.
- Kama ugumu unahisiwa, acha na fanya tena wakati wa msinyao unaofuata.
- Acha kuvuta kitovu kati y a misinyao.
- Endelea kufanya Mvuto wa kitovu uliodhibitiwa wakati wa misinyao mpaka pale kondo la nyuma litakapoonekana kwenye njia ya u zazi.
- Inaweza kuchukua misinyao kadhaa kwa kondo la nyuma kutoka.
- USIVUTE wakati unahisi ugumu au kama hakuna msinyao kwa sababu unaweza kukata kitovu au ukatoa kizazi nje. Hii inaweza kumua mama.

Angalizo kwa huduma ya juu

Wafunzwa watende ndani ya wigo wa utendaji wao. Hii ni pamoja na mvuto wa kitovu uliodhibitiwa ulioelezewa hapa.

Namna ya kutoa kondo la nyuma

Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma ataweza kutoa kondo la nyuma lote na utando wote.

Pointi muhimu

- *Kijinyama kilichoachwa ndani kinaweza kusababisha kutokwa na damu na maambukizi.*
- *Kuzungusha taratibu kondo la nyuma kadiri inavyotoka inasaidia utando kutoka wote.*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

Kama kijinyama kutoka kwenye kondo la nyuma au utando umebaki ndani ya kizazi, mama atatokwa na damu nyingi na anaweza kupata maambukizi

- Kama kondo la nyuma likijitenga kutoka kwenye kizazi, litasogea kwenye uke.
- Kwa kutoa kondo la nyuma, ni muhimu kuchukua hatua ya kupunguza uwezekano wa kuchana kondo la nyuma au utando.
- Kama mtoa huduma atatumia mikono yote miwili kushika kondo la nyuma na kuizungusha kwa taratibu, utando utajisokota kama kamba, ambayo ni imara na vigumu kukatika.
- Kama kipande kidogo cha utando kikikatika au kimebaki kwenye shingo ya kizazi inaweza mara nyingi kuondolewa kwa kuzungusha kipande kuwa kama kamba na kuivuta taratibu.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Kadiri kondo la nyuma linavyotoka, tumia mikono yote miwili kuipokea na kwa taratibu zungusha kondo la nyuma kuzuia kukatika kwa utando.
- Kondo la nyuma na utando ziwekwe kwenye bakuli/sinia ili kuzikagua baadaye.
- Kwa haraka angalia kizazi na sugua kama ni laini.

Angalia msinyao

Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma ataweza kupima msinyao wa kizazi na kusugua kizazi kama itahitajika.

Pointi muhimu

- *Kizazi laini ni sababu nambari moja ya utokwaji damu baada ya kujifungua*
- *Kusugua kizazi ikiwa laini kutaifanya kisinyae au kuwa kigumu*
- *Kusugua kizazi wakati ikiwa laini ni hatua MUHIMU katika kuzuia utokwaji mwingi wa damu.*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Kizazi kisichosinyaa au kilicho laini baada ya kondo la nyuma kutoka, ni sababu kubwa ya utokaji mwingi wa damu baada ya kujifungua
- Mishipa midogo midogo iletayo damu kwenye kondo la nyuma na kwa mtoto wakati wa ujauzito itaendelea kutoa damu mpaka pale kizazi kitakaposinyaa na kuzibana
- Wakati kizazi kinasinyaa, mishipa midogo midogo itabanwa na hii itasimamisha damu kutoka
- Kuhisi upande wa juu wa kizazi (fandasi) ni namna nzuri ya kutambua kama kizazi ni kigumu au laini
- Usuguaji wa kizazi kunaweza kufanya kizazi laini kiwe kigumu na kusitisha damu.
- Mabonge ya damu yanaweza kutoka, ambayo pia itasaidia kizazi kisinyae.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Kukagua kama kizazi ni laini
- Kutambua kizazi kilipo kwa gandamiza kutumia kingo ya mkono kwenye tumbo la mama kwa uthabiti juu tu ya kinena.
- Kukunja mkono kuelekea chini ili kuihisi kizazi kwa juu au fandas.
- Kuangalia kama kizazi ni kigumu kama paji lako la uso au laini kama pua yako.
- Kama ni laini, sugua kwa nguvu kwa mwendo wa mzunguko mpaka ukihisi kuwa kigumu kama paji la uso na tazama kama damu napungua
- Mfundishe mama namna ya kusugua kizazi chake.

Kagua kondo la nyuma kama limetoka lote

Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma ataweza kutoa kondo lote na utando wote.

Pointi muhimu

- *Pande zote za kondo la nyuma na utando lazima zihakikiwe kama zi kamilifu.*
- *Kijinyama kilichokwama ndani ya kizazi cha mama kinaweza kusababisha kutokwa damu na maambukizi.*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

Kijinyama kilichobaki ndani ya kizazi kinaweza kumfanya mama atokwe na damu nyingi. Na inaweza kizazi kipate ugonjwa ambao humfanya mama augue sana. Vyote hivyo, kutokwa na damu na ugonjwa kwaweza kumsababishia mama kifo

- Upande wa kondo la nyuma ulioshikiza kwa mama ni mweusi mwekundu na huonekana kama nyama. Umetengenezwa kwa ndwe nyingi.
- Upande mwingine ni angavu na wa kijivu, umefunikwa kwa utando.
- Kama limetoka lote,ndwe kwenye kondo la nyma yamekaa vizuri kama fumbo.
- Utando ni lazima ukaguliwe pia kuona kama kuna vipande vimebaki.
- Wakati kijinyama kutoka kwenye kondo la nyma au utando ikibaki kwenye kizazi, kizazi hakiwezi kusinyaa vizuri na mama anaweza kutokwa na damu sana.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Akague pande zote za kondo la nyuma kama ni kamilifu.
- Shika upande angavu kwa viganja vya mikono yote miwili yenye glovu iliyokunjwa ili kondo la nyuma lionekane kama bakuli
- Aangalie kama ndwe zote zipo au kuna vipande vinakosekana.
- Nyanyua kondo la nyuma juu kuona kama utando ni kamilifu.
- Angalia mishipa midogo ya damu inayozunguka ukingo wa kondo la nyuma kwani hii inaweza kuonyesha kuna kipande ndani.
- Kama inaonekana vipande havipo angalia mama anavyotokwa damu na msinyao wa kizazi na upate msaada wa juu.
- Kama kila kitu kiko sawa, huu ndio muda muafaka kuangalia msamba kwa michaniko.

Angalia kama kizazi ni kigumu

Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma ataweza kuangalia msinayo wa kizazi na kutambua kwa nini ni laini.

Pointi muhimu

- *Kizazi kinaweza kubadilika kutoka laini kwenda ngumu au ngumu kwenda laini*
- *Kukagua tena na tena kizazi na utokwaji wa damu ni muhimu sana kwa masaa 24 ya kwanza, na lazima ifanyike kila dakika 15 kwa masaa mawili ya kwanza.*
- *Kibofu kilichojaa kinaweza kufanya kizazi kiwe laini.*
- *Mweleze mama akujulishe mara aonapo mbubjiko wa damu au matone endelevu.*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Kizazi laini ni kisababisha kikuu cha utokwaji wa damu baada ya kujifungua.
- Kizazi kinaweza kuwa laini mara tu baada ya kondo la nyuma kutoka au kinaweza kuwa kigumu na kuwa laini baadaye
- Wakati wowote kizazi kinapokuwa laini baada ya kujifungua, mama hutokwa na damu zaidi.
- Kibofu kilichojaa kinaweza kusababisha kizazi kiwe laini hata kama kilikuwa kigumu kabla.
- Kuhisi kizazi ni namna bora zaidi kuelezea kama kizazi ni kigumu au laini.
- Wazazi wasioangaliwa kila baada ya dakika 15 wanaweza kufariki kutokana na kutokwa na damu nyingi kwa kuwa hakuna aliyeona.

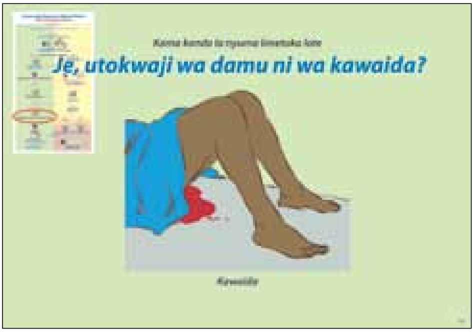
Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Angalia msinyao wa kizazi kila dakika 15 kwa masaa mawili ya kwanza.
- Kama kizazi ni laini, kisugue mpaka kiwe kigumu.
- Kama kizazi kilikuwa kigumu, lakini kikageuka laini, angalia kujaa kwa kibofu.
- Msaidie mama akojoe kama kibofu kimejaa.
- Mweleze mama akujulishe kama ataona utokwaji mkubwa wa damu au matone yasiyoisha.

Angalizo kwa huduma ya juu

Kama wafunzwa wana mafunzo ya ziada na idhini, watende ndani ya wigo wa utendaji wao; hii ni pamoja na kuweka katheta kwenye kibofu cha mama kama hawezi kukojoa.

Je, utokwaji wa damu ni wa kawaida?



Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma atajiamini zaidi katika kupima kama utokwaji wa damu baada ya kujifungua ni wa kawaida au mwingi.

Pointi muhimu

- *Utokwaji damu kunaweza kuwa kidogo kidogo au mkubwa*
- *Utokwaji wowote wa damu, kama umezidi, unahatarisha maisha.*
- *Damu inaweza kunyonywa kwenye nguo au kumwagika chini.*
- *Kukagua tena na tena msinyao wa kizazi na utokwaji wa damu ni muhimu kwa masaa mawili ya kwanza.*
- *Mwambie mama akujulishe aonapo utokwaji wa damu nyingi.*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Utokwaji mwingi wa damu usiosimama ni wazi kuwa unahatarisha maisha.
- Mchirizi mdogo wa damu usiosimama unahatarisha maisha pia.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Angalia utokwaji wa damu wakati unaangalia msinyao wa kizazi.
- Angalia damu kitandani, kwenye nguo za mama, na sakafuni.
- Kama kizazi kimesinyaa na utokwaji damu ni mdogo, endelea kuangalia kwa ukaribu.
- Mweleze mama akujulishe kama akihisi damu kutoka kwa mbubujiko au matone yasiyoisha.

Endeleza huduma ya kawaida kwa mama na mtoto

Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma atakuwa na uwezo wa kutoa huduma ya kawaida kwa mama na mtoto baada ya kujifungua.

Pointi muhimu

- *Muda wote waweke mama na mtoto pamoja.*
- *Anza kunyonyesha mapema.*
- *Kuwakagua tena na tena mama na mtoto ni muhimu katika kipindi muhimi.*
- *Angalia msinyao wa kizazi na utokwaji wa damu kila dakika 15 kwa masaa mawili ya kwanza baada ya kujifungua.*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Kuwaweka mama na mtoto pamoja na katika hali ya joto ni muhimu kwa afya ya wote.
- Kama mama na mtoto wana afya vizuri, unyonyeshaji uanzishwe mapema iwezekanavyo baada ya kujifungua.
- Unyonyeshaji pia unatoa oksitosin, na inaweza kusaidia kizazi kusinyaa.
- Kukagua tena na tena kusinyaa kwa kizazi cha mama na utokwaji wa damu ni sehemu muhimu ya huduma ya kawaida kwa masaa 24 ya kwanza.
- Kibofu cha mama kikijaa, kinaweza kuzuia kizazi kusinyaa.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Kama mtoto analia na kuhema kwa kawaida, mweke mtoto kwenye ngozi ya mama mapema iwezekanavyo.
- Wasaidie mama na mtoto kuanza unyonyeshaji
- Waweke mama na mtoto katika hali ya joto.
- Wakague tena na tena mama na mtoto kwa masaa 24 ya kwanza.
- Angalia msinyao wa kizazi na utokwaji wa damu kila dakika 15 kwa masaa mawili ya kwanza.
- Mhimize mama akojoe.

Pointi muhimu

- *Kumbuka kuwa utokwaji wa damu unaweza kuwa mbubujiko mkubwa, au kidogo kidogo kwa matone ya wastani/endelevu, na aina zote ni hatari.*
- *Ukisiaji kwa macho wa utokwaji wa damu ni ujuzi mgumu.*
- *Uamuzi unaofanywa uongozwe na dalili za mama.*
- *Kufanyia mazoezi hatua ya tatu ya kawaida ni muhimu ilikukusaidia kukumbuka mtiririko mzima.*

Ukisiaji wa utokwaji wa damu

- Ni rahisi kukadiria kwa upungufu utokwaji wa damu.
- Utokwaji wa damu baada ya kujifungua ni upoteaji wa damu unaozidi ml 500.
- Ni muhimu kupima maendeleo ya mama. Hata kwa utokwaji kidogo wa damu, dalili za kuonyesha kuwa nimkubwa kwa mama inajumuisha kutokwa kwa jasho, kuhema kwa nguvu, kuwa na wasiwasi, kiu, na kizunguzungu. Kwa kuongezea, mapigo ya moyo ya zaidi ya 110, au kipimo cha shinikizo la damu la juu kuwa chini ya 100, ni dalili za shok na hapo huduma ya juu itahitajika.

Mazoezi

Fanya mazoezi katika vikundi vya watu sita au pungufu kwa mwezeshaji mmoja. Fanya mazoezi ya kuzalisha mtoto na uendelee mpaka hatua ya tatu ya uzazi AU tayarisha mfanano kwa mtoto kuwa tumboni mwa operata wakati kitovu hakijakatwa.
Fanya mazoezi ya hatua ya tatu ya uzazi kana kwamba unamfanyia mzazi halisi.
Kila mfunzwa atachukua zamu yake ya kuhudumia hatua ya tatu ya kawaida ya uzazi.
Toa mwongozo kadiri unavyohitajika na uwaeleze wafunzwa kupitia hatua zinazooneshwa kwenye mpango kazi. Ni muhimu kutoa mrejesho kwa wafunzwa wapi wamefanya vizuri na nini kifanyike kuboresha zaidi.

Angalizo kwa uwezeshaji

Tayarisha kila kitu kabla ya mazoezi. Vifaa hivi vitatumika wakati wa maonesho na mfanano.

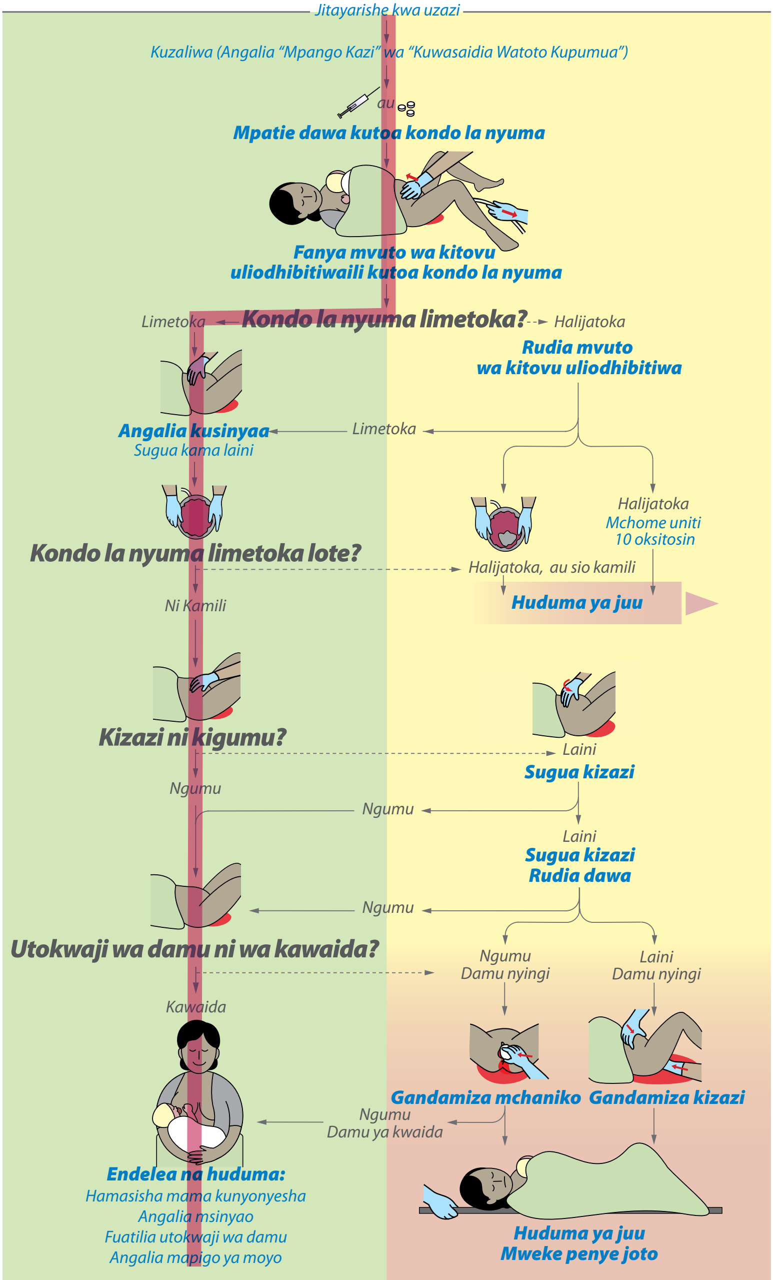
Mahitaji kwa mazoezi

- Mahitaji ya uzazi (uk 9)
- Taulo
- Gozi bandeji
- Mfanano wa damu
- Mifanano

Kuwasaidia Wamama Wazazi Waishi

Utokwaji damu baada ya kujifungua

MPANGO KAZI



Kama kondo la nyuma halijatoka...

Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma ataweza kutambua kondo la nyuma likikwama na kuchukua hatua kupata msaada wa juu.

Pointi muhimu

- *Kondo la nyuma kwa kawida linatoka ndani ya dakika 10, lakini linaweza kuchukua saa moja.*
- *Kama kondo la nyuma halijatoka ndani ya dakika 30 na mama hatokwi na damu unaweza kusubiri hadi saa moja.*
- *Kama kondo la nyuma halijatoka katika saa moja AU mama anatokwa na damu nyingi wakati wowote, omba msaada wa juu.*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Kondo la nyuma litatoka baada ya dakika nane hadi tisa baada ya mtoto kuzaliwa, lakini inaweza kuchukua mpaka saa moja.
- Kama kondo la nyuma halijatoka ndani ya dakika 30, rudia uniti 10 za oksitosin. USIRUDIE misoprostal.
- Inaweza kuchukua misinyao kadhaa kwa kondo la nyuma kutoka.
- Kama kondo la nyuma halijatoka ndani ya saa moja, hatari ya kutokwa na damu nyingi na uwezekano wa maambukizi unaongezeka.
- Kama mama anatokwa na damu nyingi wakati wowote, msaada wa juu unahitajika kwa haraka hata kama kondo la nyuma limetoka au la.
- Kama kondo la nyuma halijatoka ndani ya dakika 30 NA utokwaji wa damu wa mama ni kawaida, mhudumu anaweza kusubiri kwa dakika zingine 30, lakini aanze kuwasiliana na msaada wa juu.
- Kondo la nyuma likikwama linaweza lisisababishe damu nyingi kutoka mwanzoni, lakini inaweza kuwa hatari sana kwa mama.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Kutambua kama utokwaji wa damu ya mama ni wa kawaida au mwingi.
- Kama mama anatokwa na damu nyingi, omba msaada wa juu.
- Kama utokwaji wa damu ya mama ni wa kawaida na ni chini ya nusu saa tangu mtoto azaliwe, kujulisha msaada wa juu kwa msaada ufikiriwe.
- Msaidie mama kubadili mlalo, kunyonyesha, na kukojoa, hizi zote zinaweza kusaidia kondo la nyuma kutoka.

Rudia mvuto wa kitovu uliodhibitiwa

Tegemeo la utendaji

Mkunga mwenye ujuzi ataweza kufanya mvuto wa kitovu uliodhibitiwa kutoa kondo la nyuma lililokwama ili kupunguza utokwaji wa damu baada ya kujifungua.

Pointi muhimu

- *Endelea kufanya mvuto wa kitovu uliodhibitiwa wakati wa kila msinyao, lakini kamwe isiwe wakati hakuna msinyao*
- *Mvuto wa kitovu uliodhibitiwa lazima uwe wa uangalifu.*
- *Mara zote imarisha kizazi wakati unafanya mvuto wa kitovu uliodhibitiwa*
- *Kamwe usivute kitovu kama ukihisi ugumu/ukinzani.*
- *Kuvuta kwa nguvu au ukihisi ukinzani kunaweza kuchana/kata kitovu au ukatoa nje kizazi.*
- *Kama kondo la nyuma halijatoka baada ya dakika 30, rudia kuchoma uniti 10 oksitosin kwenye misuli au kwa mshipa.*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Kama kondo la nyuma halijatoka ndani ya saa moja hatari ya kutokwa na damu nyingi na maambukizi inaongezeka.
- Kuvuta kitovu kwa nguvu au wakati unahisi ukinzani ni hatari! Unaweza kutoa kizazi au kukata kitovu, na kufanya kuwa vigumu kutoa kondo la nyuma na kusababisha damu zaidi kutoka.
- Kama utokwaji damu umeongezeka, msaada wa juu unahitajika
- Kama kondo la nyuma halijatoka ndani ya saa moja, msaada wa juu unahitajika.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Kuangalia kama kitovu kinarefuka, hii ni dalili ya kusinyaa au kondo la nyuma kujiachia
- Wakati wa msinyao, kwa taratibu na uangalifu vuta kitovu kuelekea chini kwa kila msinyao kwa kulisaidia kondo la nyuma kutoka.
- Zuia kizazi kwa mkono moja juu ya mfupa wa kinena
- Kama ugumu ukihisiwa, acha na ujaribu tena wakati wa msinyao unaofuata.
- Endelea kufanya mvuto wa kitovu uliodhibitiwa ukiambatana na mvuto kizani wakati wa KILA msinyao mpaka kondo la nyuma litakapojitokeza kwenye uwazi wa njia ya uzazi.
- Endelea kuangalia utokwaji wa damu wa mama na wasiliana na msaada wa juu kwa uwezekano wa kusaidiwa
- Wasiliana na msaada wa juu ikiwa kondo halijatoka ndani ya saa moa au kama mama anatokwa na damu nyingi.

Angalizo kwa huduma ya juu

Wafunzwa wafanye ndani ya wigo wa utendaji wao; hii inaweza kujumuisha kufanya mvuto wa kitovu uliodhibitiwa kama ulivyooneshwa hapa.

Kama kondo la nyuma limekwama au halijakamilika

Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma ataweza kutumia ujuzi wa maamuzi wa kivitendo kutambua kondo la nyuma lililokwama au lisilokamili na kuchukua hatua ipasayo.

Pointi muhimu

- *Kondo la nyuma lisilokamili au lililokwama linahitaji msaada wa juu*
- *Msaada wa juu unahitajika kwa. mama yeyote ambaye kondo la nyuma halijatoka ndani ya saa moja hata kama mama hatokwi na damu.*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Kama mama anatokwa na damu nyingi wakati wowote, msaada wa juu unahitajika haraka hata ikiwa kondo la nyuma limetoka au la.
- Kama kondo la nyuma halijatoka ndani saa moja, msaada wa juu bado utahitajika hata kama mama hatokwi na damu.
- Kondo la nyuma lililobaki linaweza lisisababishe damu nyingi kutoka kwa wakati huo, lakini linaweza kuwa hatari sana.
- Kondo la nyuma lisilokamilika linaweza kuwa vigumu kuitambua
- Utokwaji wa damu endelevu, wa matone au mwingi ulio mwekundu mwangavu inaweza kumaanaisha kipande cha kondo la nyuma kimebaki kwenye kizazi na kinasababisha utokwaji wa damu uendelee.
- Kama kizazi kimepanda juu ya kitovu, inaweza kumaanisha kuwa mabonge ya damu inajiunda ndani yake.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Weka mtiririko tangu muda mtoto alipozaliwa
- Kagua kondo la nyuma kwa ndwe zilizokosekana au vipande.
- Apime kusinyaa na kimo cha kizazi cha mama, wakati huo huo akiangalia utokwaji wa damu.
- Afuatilie mapigo ya moyo na shinikizo la damu ya mama kwa kuangalia shok (mapigo ya moyo juu ya zaidi ya 110, na ya chini yakiwa chini ya 100)
- Awasiliane na watoa huduma wenyeji wawezao kutoa huduma ya juu.
- Kama msaada wa juu haupatikani hapo, usafiri kwenda kituo cha huduma ya juu unahitajika.

Angalizo kwa huduma ya juu

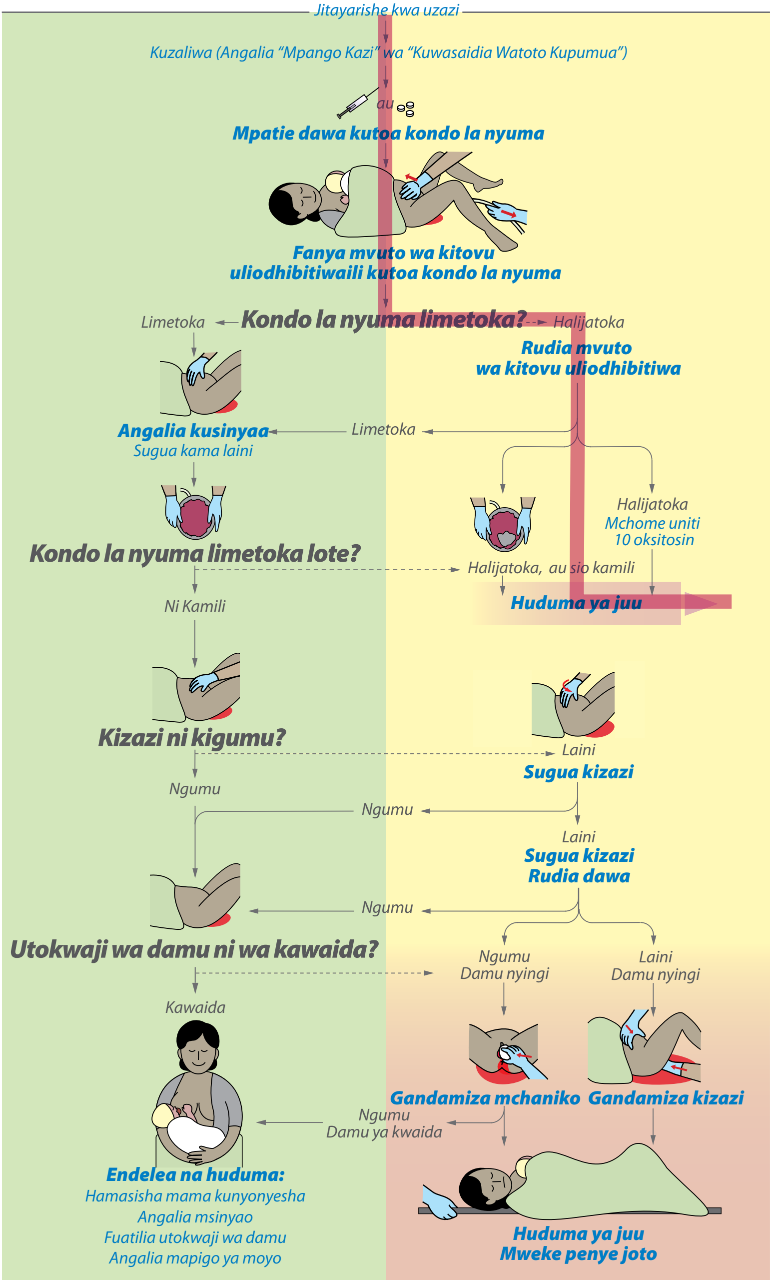
Kama wafunzwa wana mafunzo ya ziada na mamlaka ya kutoa huduma ya kiwango cha juu, watende ndani ya wigo wa utendaji wao. Hii ni pamoja na kurudia oksitosin na kutoa kwa mikono sehemu au kondo lote la nyuma.

- Kama kondo la nyuma limetolewa kwa mikono, mama atahitaji antibiotiki kupunguza hatari ya kuambukizwa.
- Utoaji wa kondo la nyuma kwa mikono isijaribiwe HATA MARA MOJA bila mafunzo kamili na kibali.
- Uondoaji wa kondo la nyuma kwa mikono inamuumiza mama na inaweza kuwa hatari
- Mafunzo stahiki na ya juu yanahitajika kufanya hili kwa usalama na ufasaha.

Kuwasaidia Wamama Wazazi Waishi

Utokwaji damu baada ya kujifungua

MPANGO KAZI



Pata huduma ya juu

Tegemeo la utendaji

mtoa huduma ataweza kubuni/kupanga mpango wa kupata msaada wa juu ukihitajika

Pointi muhimu

- *Kupata msaada wa juu kwa haraka kunasaidia kuokoa maisha ya mama.*
- *Usimwache mama ili kwenda kutafuta msaada.*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Kufahamu muda gani na wapi pa kupata msaada ni muhimu sana Huweza kuokoa maisha.
- Watoa msaada wa juu wanaweza kutoka jumuia enyeji/kituoni, au wawezao kufika kituoni haraka.
- Watoa msaada wa juu wana mafunzo na usadi zaidi kwa vitu kama kuweka IV/dripu na kuondoa kondo la nyuma kwa mikono.
- Nimuhimu kuwafahamu wanaoweza kutoa aina hii ya huduma kabla ya dharura.
- Watoa huduma wa afya wa juu wanajumuisha, wakunga, baadhi ya mafizishiani, wauguzi na baadhi ya watoa tiba wasio matabibu fizishia.
- Namna ya kuwasiliana na watoa huduma wa juu lazima iwepo.
- Kama msaada wa juu haupatikani kwa haraka, mama lazima asafirishwe kwenda huduma ya ngazi ya juu.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Toa huduma ile tu uliyofundishwa kuitoa. Kutoa huduma bila mafunzo stahiki ni hatari.
- Uwe na namna ya kuwasiliana (namba ya simu au anapoishi) ya watoa huduma wenyeji ifahamike.
- Amwagize mtunzaji au msaidizi kupata msaada wa juu.
- KAMWE usimwache mama.
- Kama msaada wa juu haupatikani fanya mpango wa safari haraka.

Usafiri kwenda huduma ya juu

Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma ataweza kuwa na mpango madhubuti wa usafiri wa kituo.

Pointi muhimu

- *Julisha kituo cha rufaa kuwa unampeleka mama.*
- *Ni vizuri umsafirishe mama wakati ana nguvu badala ya kusubiri.*
- *Mama na mtoto lazima wawekwe pamoja.*
- *Kumwangalia mama kwa mabadiliko ya hali yake njia nzima ni muhimu.*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Kuchelewa kupata huduma inayohitajika ni moja sababu kubwa wazazi kufa kwa kutokwa na damu nyingi.
- Kujua wapi mama apelekwe na namna ipi ya kumfikisha kutapunguza ucheleweshwaji huu
- Fanya kila liwezekanalo kujulisha kituo cha juu kwamba unampeleka mama ili wajitayarishe/wajiandae kwa dharura.
- Kumsafirisha mama wakati ana nguvu ni salama kuliko kusubiri mpaka ifikie hali ya dharura.
- Kuwa na mpango wa mbadala wa usafiri ni muhimu ikitokea gari kuharibika au barabara kutokupitika.
- Mama na mtoto lazima wawekwe pamoja.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Afanye mpango madhubuti wa kituo wa kusafirisha kwenda kwenye ngazi ya juu ya huduma
- Mipango ijumuishe namna mbadala ya usafiri, njia ya kupitia, watu wa kuwasiliana nao, na vituo kadiri inavyowezekana.
- Kuwaweka mama na mtoto pamoja kwenye hali joto wakati wote wa safari.
- Afuatilie mabadiliko ya kutokwa na damu, dalili muhimu, na kama kondo la nyuma limetoka wakati wa safari.

Angalizo kwa wawezeshaji

Kama sehemu ya mwendelezo wa mazoea, tathmini mpango wa usafiri wa kituo chako pamoja na wanatimu wako na uwe na uhakika kila mmoja anafahamu mpango huo. Hii ni lazima ijumuishe mpango mbadala pale barabara inapofungwa au gari kuharibika. Kama hamna mpango, anzisha sasa.

Angalia michaniko

Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma ataweza kumkagua mama kwa michaniko na kuamua hatua sahihi ya kuchukua ili kuweza kudhibiti utokwaji wa damu kutoka kwenye michaniko.

Pointi muhimu

- *Kama kizazi ni kigumu na mama bado anazidi kutokwa na damu, uwezekano ni mipasuko hata kama haionekani. Pata msaada wa juu haraka.*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Michubuko au michaniko ni kisababishi cha pili kikubwa cha utokwaji wa damu baada ya kujifungua.
- Mama anaweza kutokwa na damu baada ya kujifungua kwa sababu zaidi ya moja kama mpasuko na kizazi kuwa laini.
- Mama aliyekeketwa au aliyeongezewa njia ana uwezekano zaidi wa kutokwa na damu kutokana na mipasuko/michaniko.
- Uongezaji njia ya uzazi usifanywe kwa mama yeyote isipokuwa kama kuna uhitaji kama vile kwa mama aliyekeketwa.
- Uongezaji njia ya uzazi ufanywe tu na mtoa mhudumu wa juu.
- Kama michaniko iko ndani zaidi kwenye uke au kwenye shingo ya kizazi, unaweza ushindwe kuona.
- Kama kizazi ni kigumu na mama anaendelea kutokwa na damu, lakini huoni mpasuko wowote, msaada wa juu au usafiri unahitajika.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Ili kupunguza hatari ya maambukizi, endeleza usafi au mbinu takasaji wakati ukiangalia michaniko ya mama.
- Kwa kuangalia mipasuko futa damu kwa taratibu kwenye msamba.
- Kwa taratibu panua uke kuona mipasuko
- Endelea kupima kizazi kila dakika 15 kwa masaa mawiliya kwanza baada ya kujifungua, kuwe au kusiwe na utokwaji wa damu kutoka kwenye mipasuko
- Pata msaada wa juu kama kizazi ni kigumu na huoni mipasuko na mama anatokwa na damu sana.

Angalizo kwa huduma ya juu

Kama mfunzwa ana mafunzo ya ziada na mamlaka ya kutoa huduma ya juu zaidi, nilazima wafanye ndani ya wigo wa kazi zao; hii ni pamoja na kukagua shingo ya kizazi kwa michaniko.

Gandamiza penye michaniko

Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma ataweza kuthibiti utokwaji wa damu kutoka michaniko inayoonekana.

Pointi muhimu

- *Tumia msukumo imara wa kushikilia, kupunguza utokwaji wa damu kwenye michaniko.*
- *Tumia kitambaa kizuri au kilichotakaswa kubana ili kupunguza hatari ya maambukizi.*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Kugandamiza kwa kushikilia na kwa muda, kunasaidia damu kuganda na kupunguza utokwaji wa damu.
- Michaniko na mipasuko kunaongeza uwezekano wa mama kupata maambukizi. Mbinu safi na takasaji kutapunguza maambukizo kwa mama.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Avae glovu na aendeleze usafi au mbinu takasaji kupunguza hatari ya maambukizi kwa mama.
- Bana kwa uthabiti/muda nguo nzuri kwenye mipasuko.
- Bana kwa muda mpaka pale damu inapopungua au iachapo kutoka.
- Wakati damu ikipungua au kuacha kutoka, acha kitambaa hapo na mlaze mama upande. Miguu yake iliyobanwa itaendeleza mbano kwenye michaniko.
- Kama damu imelowanisha kitambaa, usikiondoe. Weka kitambaa kingine juu ya kilicholowana, endelea kushikilia kwa mwendelezo wa msukumo na omba msaada wa juu.

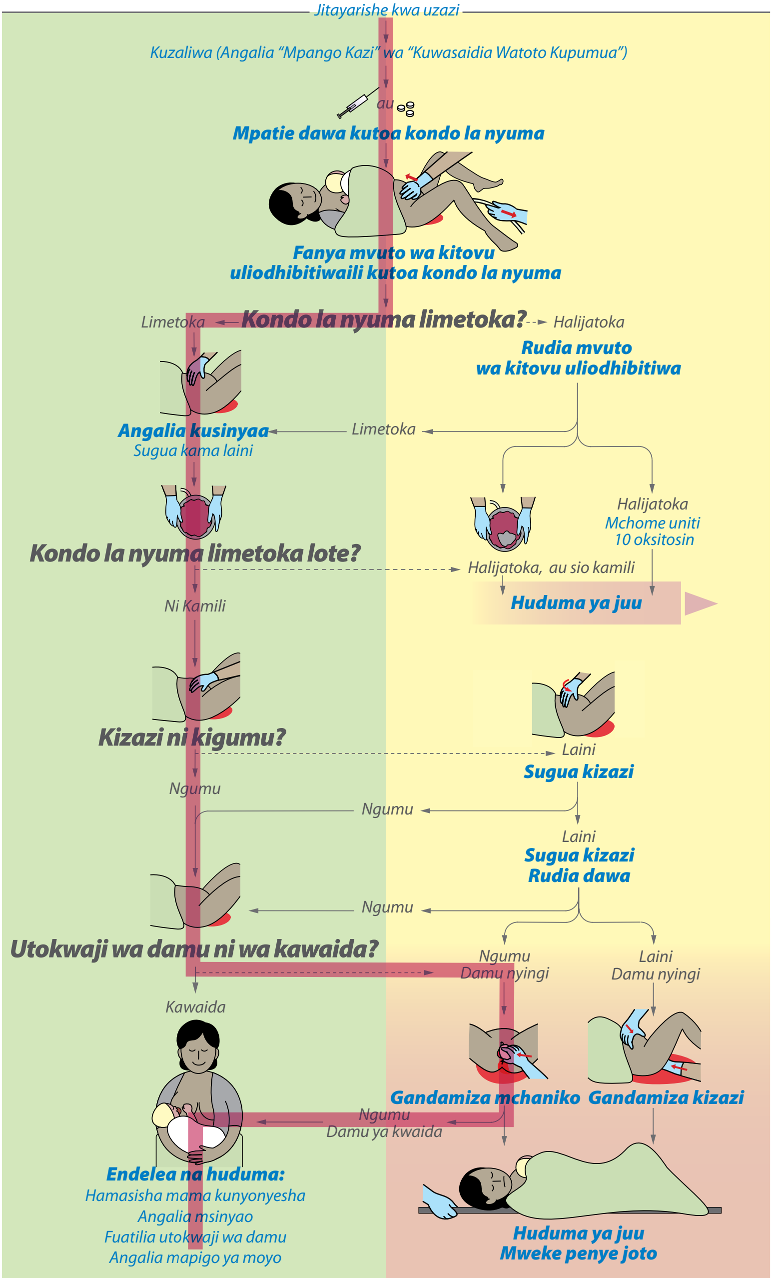
Angalizo kwa huduma ya juu

Kama mfunzwa ana mafunzo ya ziada na ana mamlaka, ni lazima wafanye ndani ya wigo wa utendaji wao, hii ni pamoja na kushona michaniko.

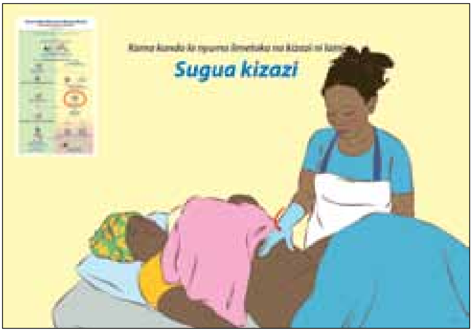
Kuwasaidia Wamama Wazazi Waishi

Utokwaji damu baada ya kujifungua

MPANGO KAZI



Sugua kizazi



Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma ataweza kutambua msinyao wa kizazi na kusugua kizazi laini ilikukifanya kigumu.

Pointi muhimu

- *Kizazi laini ni sababu namba 1 ya kutokwa na damu baada ya kujifungua.*
- *Kusugua kizazi kutaifanya kisinyae.*
- *Kizazi yaweza kuwa kigumu, lakini baadaye kuwa laini. Kukagua tena na tena ni muhimu.*
- *Kibofu kilichojaa chaweza kuifanya kizazi kuwa laini.*
- *Kusugua kizazi na kuangalia utokwaji wa damu ufanyike kila dakika 15 kwa masaa mawili ya kwanza baada ya kujifungua.*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Kizazi kisichosinyaa au kinabaki laini baada ya kutoka kwa kondo la nyuma, huwa ni sababu kubwa ya utokwaji wa damu baada ya kujifungua.
- Kizazi kinaweza kuwa kigumu baada ya kujifungua, lakini kikabadilika kuwa laini.
- Kizazi na utokwaji wa damu upimwe kila dakika 15 kwa masaa mawili ya kwanza baada ya kujifungua na mara kwa mara kwa masaa 24. Hii ni muhimu sana.
- Kama utokwaji wa damu wa mama ulikuwa wa kawaida lakini ukaongezeka, kizazi chake kipimwe kama ni kigumu.
- Kusugua kizazi kunaweza kufanya kizazi laini kuwa kigumu; kunaweza pia kufanya mabonge ya damu yatoke, ambayo hupunguza utokwaji wa damu.
- Kuangalia jinsi mama anavyotokwa na damu wakati ukisugua kizazi ni muhimu kwa kuona kama damu inapungua kadiri kizazi kinavyokuwa kigumu.
- Kibofu kilichojaa inafanya kizazi kuwa laini pia.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Kupima ili kuona kama kizazi ni laini na kama utokwaji wa damu ni zaidi.
- Bonyeza kwa uthabiti kwenye tumbo la mama, chini tu ya kitovu kuihisi kizazi.
- Kama ni laini, sugua kiuthabiti kwa mwendo wa mzunguko mpaka ukihisi kizazi ni kama mpira mgumu na damu kupungua. Kitakuwa kigumu kama paji lako la uso.
- Kama kibofu kimejaa, mfanye mama akojoe.
- Mweleze mama akujulishe mara anapohisi utokwaji wa damu unaongezeka.

Angalizo kwa huduma ya juu

Kama mfunzwa ana mafunzo ya ziada na mamalaka, ni lazima wafanye ndani ya wigo wa kazi zao. Ikiwa pamoja na kuweka katheta pale mama anaposhindwa kukojoa.

Sugua kizazi. Rudia dawa

Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma atathibiti utokwaji wa damu baada ya kujifungua kutokana na kizazi kutosinyaa.

Pointi muhimu

- *Kusugua kizazi na kurudia uniti 10 oksitosin inasaidia kizazi kusinyaa. Kama oksitosin haipo, unaweza kutoa mcg 200 sawa na kidonge cha mis-oprostal.*
- *Kama kizazi hakiwi kigumu baada ya kusugua na kutoa dawa, usafiri wa haraka unahitajika.*

Dozi ya mara ya pili ya OXYTOSIN unit 10 na mcg 200 au kidonge 1 ya MISOPROSTOL.

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Wakati kizazi kinaposhindwa kusinyaa, mama anakuwa kwenye hatari ya kutokwa na damu nyingi.
- Kama kizazi kikibaki laini, mama ataendelea kutokwa na damu kwa sababu mishipa midogo ya damu itaendelea kuruhusu damu.
- Kwa kutoa dozi ya pili ya dawa kunaweza kusaidia kizazi kusinyaa, ambayo itabana mishipa midogo ya damu, kupunguza au hata kukatisha kutokwa kwa damu.
- Mwendelezo wa kusugua kizazi kunasaidia kuisinyaisha.
- Kama kizazi hakiiitikii kwa usuguaji na dawa, usafiri wa haraka kwenda ngazi ya juu utahitajika.

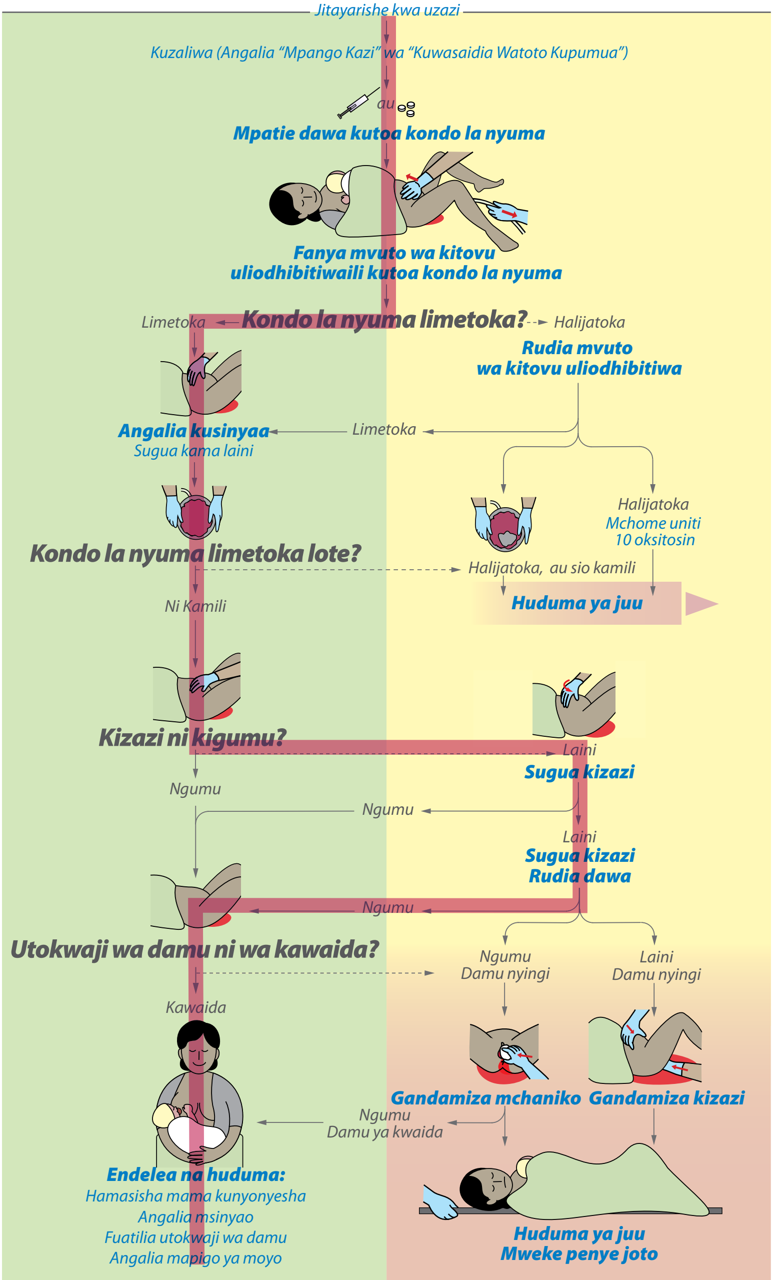
Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Aangalie utokwaji wa damu wa mama wakati ukisugua kizazi
- Atathmini kama usuguaji unasaidia
- Kama kizazi hakiwi kigumu na damu haipungui ongeza dozi ya pili ya dawa
- Endelea kusugua kizazi na angalia utokwaji wa damu.
- Kizazi laini kinachotoa damu bila kukoma ni hatari! Wakati ukisubiri kuona kama dozi ya pili ya dawa na usuguaji zinafanyakazi, fikiria juu ya mkakati wa usafiri. Kama mzazi anatokwa na damu nyingi, iwe kizazi kimesinyaa au la, atahitaji kwa haraka huduma ya juu zaidi.

Kuwasaidia Wamama Wazazi Waishi

Utokwaji damu baada ya kujifungua

MPANGO KAZI



Gandamiza kizazi

Tegemeo la utendaji

-Mtoa huduma anataweza kufanya kwa usalama na kwa ufasaha ugandamizaji wa kizazi kinachotoa damu nyingi kwa mikono miwili.

Pointi muhimu

- *Kukandamiza kizazi kunafanyika wakati wa dharura pale damu inapokataa kutulia kwa namna zingine.*
- *Kuweka kitu chochote ukeni kunaweza kusababisha maambukizi.*
- *Uoshaji vizuri mikono na uvaaji wa glovu zilizotakaswa zinazofikia usawa wa kiwiko ni muhimu ili kupunguza uwezekano wa maambukizi.*
- *Gandamiza kizazi kwa ngumi iliyo ndani kabisa ya uke na mkono ulio juu ya tumbo, mpaka pale damu itakapo simama na kizazi kuwa kigumu –angalau dakika 5.*
- *Baada ya hapo usafiri utahitajika.*

Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Mara pengine misuli ya kizazi inashindwa kuitikia kwa dawa na msuguo.
- Kizazi kinaweza kubaki laini na kutoa damu sana.
- Ni muhimu kuchukua hatua haraka kupunguza kiasi cha damu inayopotea.
- Kugandamiza kizazi katikati ya mikono yako kunabana mishipa midogo ya damu na inaweza kusaidia kizazi kusinyaa na kuacha kutoa damu.
- Ugandamizaji wa kizazi inaongeza hatari ya maambukizi.
- Mtoa huduma ni lazima awe na mikono misafi sana na glovu ndefu zilizotakaswa ili kukinga kusababishia maambukizi ndani ya kizazi cha mama.
- Akina mama wanaohitaji huduma hii wameishapoteza damu nyingi na wana uwezekano wa kutokwa na damu tena.
- Wazazi hawa wanahitaji kuangaliwa kwa karibu zaidi na kwa muda mrefu kuliko akina mama wasio na utokwaji mwingi kiasi hicho.
- Wazazi hawa wanahitaji kusafirishwa kwenye ngazi ya juu zaidi ya huduma kwa vile wapo hatarini kwa maambukizo na kupungua damu.

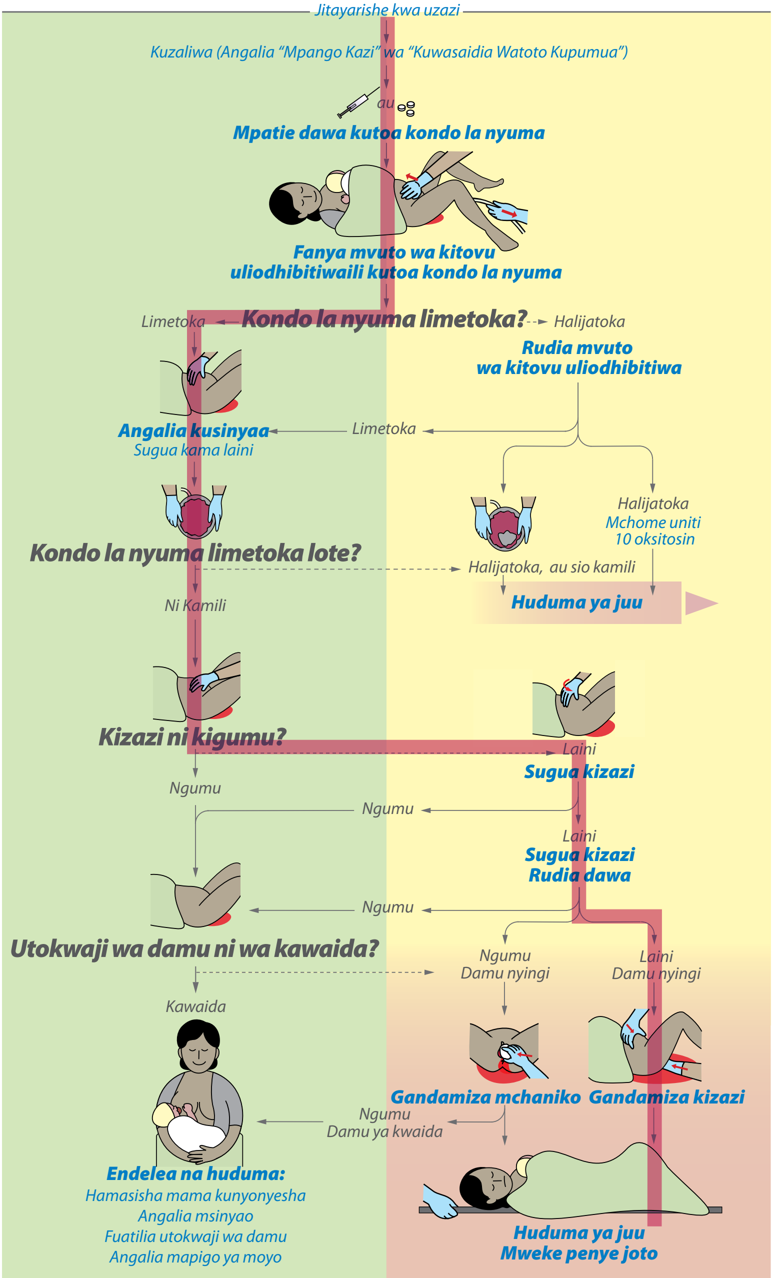
Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Aoshe mikono yake na avae glovu zilizo takaswa ambayo inafika kwenye kiwiko. Tumia dawa ya kusafisha mikono kama maji hayapatikani kwa urahisi.
- Mweleze mama kwa kifupi kitu unachotaka kufanya.
- Kwa taratibu ingiza mkono ukeni. Uingizaji uwe wa taratibu lakini thabiti, kwa vile hii inamuumiza mama.
- Ingiza mkono wako ndani kabisa ukeni mbele ya kizazi. Usiingize mkono wako ndani ya kizazi.
- Weka mkono wako mwingine juu ya tumbo la mama na ubane kizazi katikati ya mkono na ngumi.
- Wakati kizazi kitakapoanza kusinyaa na damu kusimama, kwa polepole achia msukumo kwa mkono wako ulio tumboni.
- Fungua ngumi na pole pole toa mkono wako ukeni, ukitoa nayo mabonge ya damu yaliyopo.
- Kama inawezekana mwombe mtu mwingine kufanya mpango wa usafiri wakati wewe unamhangaikia mama.

Kuwasaidia Wamama Wazazi Waishi

Utokwaji damu baada ya kujifungua

MPANGO KAZI



Huduma ya dharura na usafiri

Tegemeo la utendaji

Mtoa huduma ataweza kumsafirisha mama salama.

Pointi muhimu

- *Kama mama anaendelea kutokwa na damu, usafiri wa dharura ni lazima.*
- *Iwapo mgandamizo wa mikono miwili umefanyika, usafiri kwenda huduma ya ngazi ya juu unahitajika hata kama damu imepungua au imeisha.*
- *Mama na mtoto wawekwe pamoja.*
- *Kumwangalia mama kwa badiliko la hali ni muhimu sana njia nzima.*
- *Mpango/mkakati mbadala wa usafiri uwepo pale itakapotokea barabara imefungwa au gari kuharibika.*

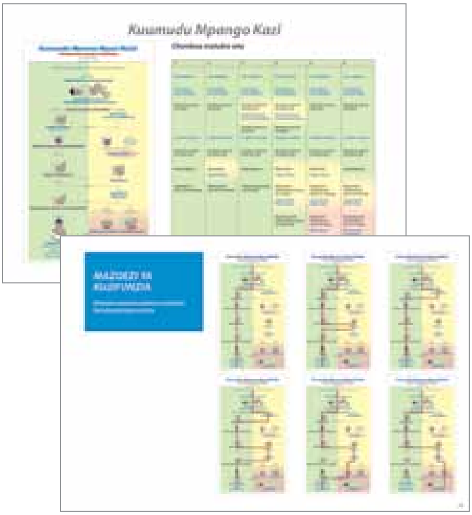
Mtoa huduma anatakiwa kufahamu

- Ucheleweshwaji wa kupata huduma inayotakiwa/inayopaswa ni sababu moja kubwa ya vifo vya akimama kutokana na utokwaji wa damu.
- Kufahamu wapi pa kumpeleka mama na namna ya kumfikisha hapo kutapunguza ucheleweshwaji huu.
- Kuwasialiana na hospitali au kliniki kabla ya kufika kutapunguza muda wa kusubiri mnapofika.
- Kuwa na mpango mbadala wa usafiri ni muhimu pale gari linapoharibika au barabara kutokupitika.
- Mama na mtoto wawekwe pamoja.
- Kuwaweka mama na mtoto katika hali ya joto na kufuatilia mabadiliko yoyote ya alama muhimu au utokwaji wa damu ni muhimu wakati wa safari.
- Kuendelea kusugua kizazi njia nzima ni muhimu kupunguza utokwaji wa damu.

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Wahudumu wote waweze kuelezea mkakati wa kituo wa usafiri kwenda ngazi ya huduma ya juu.
- Mipango ihusu namna mbadala ya usafiri, njia, mawasiliano na wahusikana, na vituo inapowezekana.
- Waweke mama na mtoto pamoja na katika hali ya joto wakati wa safari.
- Fuatilia mabadiliko ya utokwaji damu, dalili muhimu au kutoka kwa kondo la nyuma wakati wa safari.

MAZOEZI YA UJIFUNZAJI



Pointi muhimu

- *Utokwaji wa damu baada ya kujifungua kunaweza kukingwa kwa ufasaha na kutibiwa kwa kuelewa vizuri senario hizi*
- *Kufuata hatua za Mpango Kazi kutamwongezea kila mmoja uwezo wa kukinga na kutibu utokwaji wa damu.*
- *Mazoezi ya mara kwa mara ni wajibu wa timu nzima.*
- *Mazoezi ya mara kwa mara kutawezesha kupata ustadi makini na wamtiririko.*

MAZOEZI YA WAKATI KUKIWA NA TATIZO

Fanya mazoezi katika timu ya watu sita au pungufu na mwezeshaji mmoja kwa kikundi.

Kondo la nyuma limekwama:
Anza mfanano baada ya kitovu kukatwa. Mwezeshaji hatoi kondo la nyuma wakati wa misinyao lakini anamweleza mhudumu muda tangu kujifungua (dakika 30 na 60).

Utokwaji wa damu kwa ajili ya kushindwa kusinyaa:
Wakati kondo la nyuma limetoka, funga shingo la kizazi la mfanano kwa kamba. Anza mfanano wakati mama amepata huduma ya hatua ya tatu ya kawaida pamoja na kupewa dawa za kusinyaisha kizazi na kondo la nyuma limetoka lote. Mwezeshaji atafungua taki la damu na ataacha kizazi laini.

FANYA SENARIO ZOTE ZINAZOWEZEKANA

Wakati bado mkiwa kwanye vikundi vya watu sita au pungufu, fanya senario bila kufuata mpangilio. Mwezeshaji atachagua senario bila ya kuwaeleza wafunzwa lakini atafanya mfanano kuonyesha hatua ya kawaida ya tatu ya uzazi, au kundo la nyuma lililokwama, au kutokusinyaa kizazi kwa hatua mbali mbali. Wafunzwa wasiofanya senario/jaribio wafuatilie kinachotokea kwenye Mpango Kazi ndani ya kitabu chao cha Mwongozo wa Mtoa Huduma na watoe mrejesho kwa mfunzwa nayefanya mazoezi.

Angalizo kwa huduma ya juu

- Kama sehemu ya mwendelezo wa mazoezi, panga mpango wa usafiri wa kituo chako, na hakikisha kuwa kila mmoja ana ufahamu na mpango mbadala, Kama hakuna, anzisha mmoja sasa.
- Mazoezi ya kutumia mfanano wa kuzalisha mtoto ni muhimu sana kwa wafunzwa ili kupata ustadi. Wakati wa mazoezi ya kukandamiza kizazi kwa mikono kwa kutumia mfanano ni lazima ufunge shingo la kizazi kwa utepe. Angalia uk 9 wa "Mwongozo wa matumizi" ya mfanao wa kuzalishia.
- Kwenye kituo, mtoa huduma afanyaye kazi kwenye timu anawajibu wa kuongoza mazoezi ya kawaida iliyopangwa kwa kutumia: Mfanano, Kitabu cha Kufunguka na Mpango Kazi.

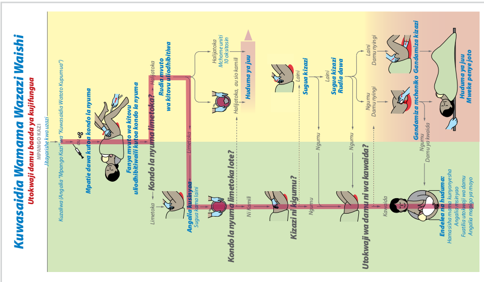
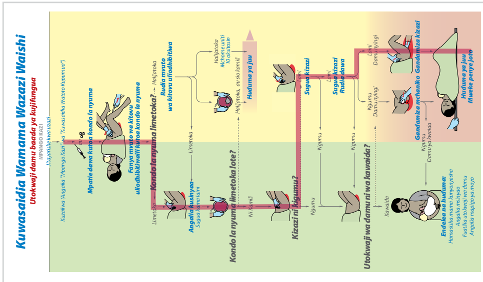
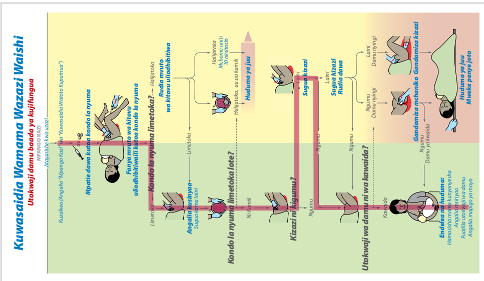
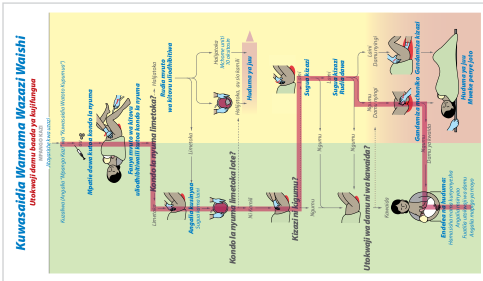
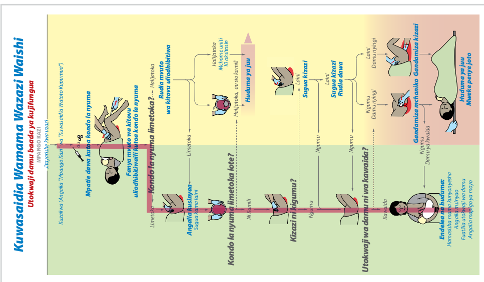
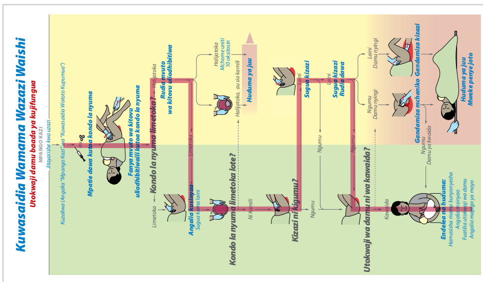
Fuatilia matukio sita

(chati hii ipo kwenye Kitabu cha Kufunguka)

1	2	3	4	5	6
Toa madawa	*Toa madawa*	*Toa madawa*	*Toa madawa*	*Toa madawa*	*Toa madawa*
Vuta kitovu kwa kuithibiti	*Vuta kitovu kwa kuithibiti*	*Vuta kitovu kwa kuithibiti*	*Vuta kitovu kwa kuithibiti*	*Vuta kitovu kwa kuithibiti*	*Vuta kitovu kwa kuithibiti*
Kondo la nyuma limetoka	*Kondo la nyuma limetoka*	*Kondo la nyuma limekwama*	*Kondo la nyuma limekwama*	*Kondo la nyuma limetoka*	*Kondo la nyuma limetoka*
		Rudia mvuto wa kitovuuliothibitiwa	*Rudia mvuto wa kitovuuliothibitiwa*		
		Kondo la nyuma limetoka	*Kondo la nyuma limetoka*		
Angalia msinyao	*Angalia msinyao*	*Angalia msinyao*	*Angalia msinyao*	*Angalia msinyao*	*Angalia msinyao*
Kondo la nyuma limetoka lote	*Kondo la nyuma limetoka lote*	*Kondo la nyuma limetoka lote*	*Kondo la nyuma limetoka lote*	*Kondo la nyuma limetoka lote*	*Kondo la nyuma limetoka lote*
Kizazi kigumu	*Kizazi laini*	*Kizazi kigumu*	*Kizazi laini*	*Kizazi laini*	*Kizazi kigumu*
	Sugua kizazi		*Sugua kizazi*	*Sugua kizazi*	
Utokwaji wa damu wa kawaida	*Utokwaji wa damu wa kawaida*	*Utokwaji wa damu wa kawaida*	*Kizazi laini Utokwaji wa damu ni mwingi*	*Kizazi laini Utokwaji wa damu ni mwingi*	*Kizazi laini Utokwaji wa damu ni mwingi*
			Sugua kizazi Rudia dawa	*Sugua kizazi Rudia dawa*	*Sugua kizazi Rudia dawa*
			Kizazi kigumu Utokwaji wa damu wa kawaida	*Kizazi laini Utokwaji wa damu mwingi*	*Kizazi kigumu Utokwaji wa damu mwingi*
				Binya kizazi	*Binya penye michaniko*
Endeleza huduma	*Endeleza huduma*	*Endeleza huduma*	*Endeleza huduma*	*Huduma ya juu Mpe joto*	*Endeleza huduma*

Mtoa huduma anatakiwa kufanya

- Kabla ya kufanya mazoezi na mfanano, tambua/fuatilia senario hizi kwenye Mpango Kazi. Fanya scenario zingine ambazo ungeweza kuziona na uzitambue/uzifuatilie pia.
- Wakati wanatimu wako wanafanya mazoezi, fuatilia senario wanazofanya kwenye Mpango Kazi.
- Toa msaada kwao kama wanavyoomba.
- Toa mrejesho wenye kutia moyo.


Kuwasaidia Wamama Wazazi Waishi
Utokwaji damu baada ya kujifungua

Kuwasaidia Wamama Wazazi Waishi
Utokwaji damu baada ya kujifungua

Kuwasaidia Wamama Wazazi Waishi
Utokwaji damu baada ya kujifungua

Kuwasaidia Wamama Wazazi Waishi
Utokwaji damu baada ya kujifungua

Kuwasaidia Wamama Wazazi Waishi
Utokwaji damu baada ya kujifungua

Kuwasaidia Wamama Wazazi Waishi
Utokwaji damu baada ya kujifungua

Faharasi

Fandas	Fandas ni sehemu ya juu ya kizazi. Fundas ni sehemu nzuri zaidi kutambua kama kizazi ni kigumu
Hali ya msinyao	Ugumu au ulaini wa kitu fulani. Kuangalia msinyao wa kizazi ni kuangalia jinsi gani misuli ya kizazi ilivyo nigumu au laini.
Kibofu	Kibofu ni sehemu ya mwili ambapo mkojo huhifadhiwa
Kinzani	Kinzani ni kani inayosukuma dhidi yako wakati ukitumia kani upande mwingine.
Kituo cha rufaa	Kiuo cha rufaa ni hospitali yoyote au kliniki pale ambapo huduma ya juu zaidi inapotolewa kwa mama.
Kizazi	Kizazi ni organi ndani ya mama ambapo mtoto hukua. Inaitwa pia tumbo la uzazi.
Kondo la nyuma	Kondo la nyuma ni organi ndani ya kizazi cha mama kinachomlisha mtoto wakati anapokua tumboni.
Kubaki/Kukwama	Kubaki/Kukwama inamaanisha kubaki, au kushindwa kuachia. Kondo la nyuma limebaki/kwama pale kizazi kinaposhindwa kuiachia.
Kuimarisha	Kuimarisha ni kufanya kitu kisisogee. Wakati unafanya mvuto wa kitovu ulidhibitiwa, tunaimarisha kizazi kwa kutumia mkono kusukuma juu dhidi ya mvuto ili isisogee.
Kukeketw	Mama atakuwa amekeketwa iwapo sehemu ya mlango wa uke imeondolewa
Kuongeza njia ya uzazi	Kuongeza njia ya uzazi ni pale mlango wa uke unapokatwa ili kuuongeza/ kuupanua wakati wa uzazi
Kusinyaa	Kusinyaa inamaana ya kuwa kidogo, wakati kizazi kinasinyaa, kinakuwa kidogo na kigumu.
Kusugua	Kusugua ni kusugua kwa nguvu sehemu ya mwili. Baada ya kujifungua tunasugua kizazi kwa kusugua fundus ambayo husaidia kizazi kuwa kigumu
Mamlaka	Mamlaka ni ruhusa kutoka serekalini au kwa mwajiri inayomruhusu mtoa huduma kufanya tendo la ujuzi au stadi
Mawasilano ya kimatendo/ ufasaha	Mawasilano fasaha hutokea pale wanatimu wanapoweza kusikiliza na kuongea wao kwa wao kwa uwazi na moja kwa moja, ili kila mmoja aelewa na wafanye kazi pamoja.
Michaniko	Michaniko ni mipasuko kwenye nyama au ngozi
Msamba	Msamba ni eneo kati ya mlango wa uke na mlango wa matako/mkundu
Msinyao	Msinyao ni ile hali inayofanya kizazi kuwa kidogo, wakati misuli inapobana na kuwa ngumu.

Mvuto wa kitovu uliodhibitiwa	Mvuto wa kitovu uliodhibitiwa ni tendo la kutoa kondo la nyuma kwa kuvuta kwa utaratibu kuelekea chini nyakati za misinyao wakati huo huo ukiimarisha/zuia kizazi
Njia ya kutoa dawa	Njia ya kutoa dawa ni namna mgonjwa anavyo patiwa dawa. Njia ya kutoa oksitosin ni kwa sindano kwenyo misuli mikubwa
Nyingi/Zaidii	Nyingi inamaana ya zaidi, kwa wingi, zaidi ya kawaida. Kama mama anatokwa na damu nyingi ana tokwa na damu zaidi au nyingi kuliko kawaida
Tojo	Mfuko wa tojo ni angavu, nyama nyembamba inaoyoshikilia mtoto na imeshikizwa kwenye kondo la nyuma. Tojo ni yale maji maji yaliyojaa ndani ya mfuko wa tojo/chupa. Tojo ni maji yanayotoka chupa ikipasuka.
Wasiwasi	Wasiwasi ni ile hali inayopata watu pale wanapoogopa, au anapotishika. Wahudumu wanaweza kuwa na wasiwasi kwa namna ya kumhudumia mama anayetokwa na damu na damu nyingi kama hawajui la kufanya

Mrejesho

Anderson, J., Etches, D. 2007. Prevention and management of postpartum hemorrhage. Am Fam Physician Mar 15;75(6): 875-882. http://ukpmc.ac.uk/abstract/MED/17390600

Hofmeyr, G.J., Abdel-Aleem H., Abdel-Aleem, M.A. 2008. Uterine massage for preventing postpartum hemorrhage. The Cochrane Collaboration. http://apps.who.int/rhl/reviews/CD006431.pdf

Pathfinder International. 2010. Clinical and Community Action to Address Postpartum Hemorrhage. http://www.pathfinder.org/publications-tools/pdfs/Clinical-and-Community-Action-to-Address-Postpartum-Hemorrhage-The-Pathfinder-International-Model.pdf?x=94&y=31

Prevention of Post Partum Hemorrhage Initiative (POPPHI). 2007. Implementing Active Management of the Third Stage of Labor. http://www.path.org/publications/files/MCHN_popphi_amtsl_ref_man.pdf

World Health Organization. 2009. WHO Guidelines for the Management of Postpartum Haemorrhage and Retained Placenta. http://whqlibdoc.who.int/publications/2009/9789241597906_eng.pdf

World Health Organization. 2009. WHO Statement Regarding the Use of Misoprostol for Postpartum Hemorrhage and Treatment. http://whqlibdoc.who.int/hq/2009/WHO_RHR_09.22_eng.pdf

World Health Organization. 2012. Recommendations for the Prevention of Postpartum Hemorrhage and Treatment. http://www.who.int/maternal_child_adolescent/documents/postpartum_haemorrge/en/

World Health Organization. 2000. Managing Complications in Pregnancy and Childbirth: A Guide for Midwives and Doctors. http://whqlibdoc.who.int/publications/2007/9241545879_eng.pdf

World Health Organization and International Confederation of Midwives. 2010. Managing Postpartum Haemorrhage. Midwifery Education Modules. 2008. http://www.who.int/maternal_child_adolescent/documents/2_9241546662/en/

Yetter, J. 1998. Examination of the Placenta. American Academy of Family Physicians. http://www.aafp.org/afp/980301ap/yetter.html.

Maelezo

Kuwasaidia Wamama Wazazi Waishi

Utokwaji damu baada ya kujifungua

MPANGO KAZI