தாயாகிய தனித்துவம்

பெண் நோயியல் மற்றும் மகப்பேற்றியல் சார்
மருத்துவக் கட்டுரைகள்

ML/ST
618
GUR
R
290841

வைத்தியகலாநிதி கந்தையா குருபரன்

தாயாகிய தனித்தவம்

பெண் நோயியல் மற்றும் மகப்பேற்றியல் சார்
மருத்துவக் கட்டுரைகள்

UNIVERSITY OF JAFFNA
LIBRARY

கந்தையா குருபரன்
(MBBS, MD(Gyn & Obs)
முதுநிலை விரிவுரையாளர், பெண் நோயியல்,
மகப்பேற்றியல் மருத்துவ நிபுணர்
பெண் நோயியல் மற்றும் மகப்பேற்றியல் துறை
மருத்துவபீடம், யாழ்ப்பாணப்பல்கலைக்கழகம்
இலங்கை

University of Jaffna
Library
290841

290841

பதிப்பாசிரியர்
நா.நவராஜ்

290841

தாயாகிய தனித்தவம்

நூலாசிரியர் : வைத்திய கலாநிதி க.குருபரன்
பதிப்பாசிரியர் : நா.நவராஜ்
முதற்பதிப்பு : 2022 ஐப்பசி
வெளியீடு : ஜீவநதி, கலைஅகம், அல்வாய், இலங்கை
உரிமை : வைத்திய கலாநிதி க.குருபரன்
வடிவமைப்பு : க.பரணீதரன்
நூலாக்கம் : பரணீ அச்சகம், நெல்லியடி
பக்கங்கள் : 136
விலை : 600/-
ச.தே.பு.நி.இல : 978-624-5881-53-6

Thayakiya Thanithavam

Author :Dr K.Guruparan
Editor :N.Navaraj
First Edition : 2022 October
Copy Rights : K.Guruparan
Publication : Jeevanathy, Kalaiaham, Alvai, SriLanka
Design : K.Bharaneetharan
Printers : Baranee Printers, Nelliady
Pages : 136
Price : 600/-
ISBN : 978-624-5881-53-6

ஜீவநதி வெளியீடு – 233

பொருளடக்கம்

முன்னுரை

பதிப்புரை

1. ஆரம்பக் கர்ப்பகாலம்
2. கர்ப்பகாலச் சிகிச்சை நிலையத் தரிசிப்புக்கள்
3. கர்ப்பகால உணவுப் பழக்கம்
4. கருச்சிதைவு
5. கர்ப்பகாலக் குருதிச்சோகை
6. கர்ப்பகாலக் குருதியமுக்கம்
7. கர்ப்பகால நீரிழிவு
8. உடற்பயிற்சியும் கர்ப்பகாலமும்
9. கர்ப்பகாலக் குருதிப் போக்கு
10. சுகப்பிரசவம்
11. சத்திரசிகிச்சைப் பிரசவம்
12. பிரசவத்தின் பின்னான தாயின் கவனிப்பு
13. குடும்பத்திட்டமிடல்
14. மலரும் யௌவனம்
15. மாத சுகவீனமும் மருத்துவ விளக்கங்களும்.
16. குடும்ப வன்முறை
17. மாதவிடாய் நிறுத்தம்
18. மாதவிடாய் நிறுத்தத்தின் பின்னரான இனப்பெருக்க சுகாதாரம்
19. மாதவிடாய் நிறுத்தத்தின் பின்னரான இரத்தப்போக்கு
20. கர்ப்பப்பைப் புற்றுநோய்
21. கருப்பைக் கழுத்துப் புற்றுநோய்
22. சூலகப் புற்றுநோய்
23. மார்பகப் புற்றுநோய்
24. பெண்களில் ஏற்படும் குடலிறக்கம்
25. முட்டைப்பை நீர்க்கட்டி நோய்
26. வெள்ளைபடுதல்
27. குழந்தைப்பேறின்மை

1

ஆரம்பக் கர்ப்பகாலம் – முதல் மூன்று மாதங்கள்

First Trimester

கர்ப்பம் தரித்தல் குடும்பத்தில் உள்ள எல்லோராலும் மிகவும் ஆவலுடன் எதிர்பார்க்கப்படுவதாகும். அது தாயின் எத்தனையாவது கர்ப்பமாக இருந்தாலும் சில சந்தேகங்கள் எல்லோரிடமும் இருக்கும்.

வழமையாகக் கர்ப்பம் தரித்தவுடன் ஏற்படும் சில சந்தேகங்கள்

- மாடிப்படிகளில் ஏறக்கூடாது
- கடும் உணவுக் கட்டுப்பாடு அவசியம்
- தைரொக்சின் குளிசைகள் பாவிப்பவராயின் அதனை நிறுத்த வேண்டும்.
- பகல் நித்திரை கூடாது.

இவை யாவும் தவறாகும்.

கர்ப்பமான முதல் மூன்று மாதங்களும் சிசுவின் வளர்ச்சியில் மிகவும் முக்கியமானவை. இந்த ஆரம்பகாலத்தில் ஏற்படும் சில பிரச்சினைகளையும் அதற்கான தீர்வுகளையும் பார்ப்போம்.

பெரும்பாலானவர்களுக்கு அவர்களின் ஆரம்பகாலத்தில் பெரியளவில் எந்தப் பிரச்சினைகளும் வருவதில்லை. ஏனெனில் கர்ப்பம் தரித்தல் ஒரு சாதாரண நிகழ்வாகவே கருதப்படுகிறது. சுக தேகியான ஒரு பெண் இலகுவில் கர்ப்பம் தரிக்கும் சாத்தியங்களை மிக அதிகமாகக் கொண்டிருப்பார்.

கர்ப்பம் தரிப்பதற்கு முன்னான ஆலோசனைகள்

(Pre Pregnancy Counselling)

உங்கள் பகுதியின் குடும்பநல உத்தியோகத்தர் அல்லது வைத்தியருடன் நீங்கள் ஆலோசிப்பது சிறந்தது. கர்ப்பம் தரிப்பதற்கு முன்னான ஆலோசனைகளை அவர்கள் வழங்குவார்கள்.