

Kabanata 21

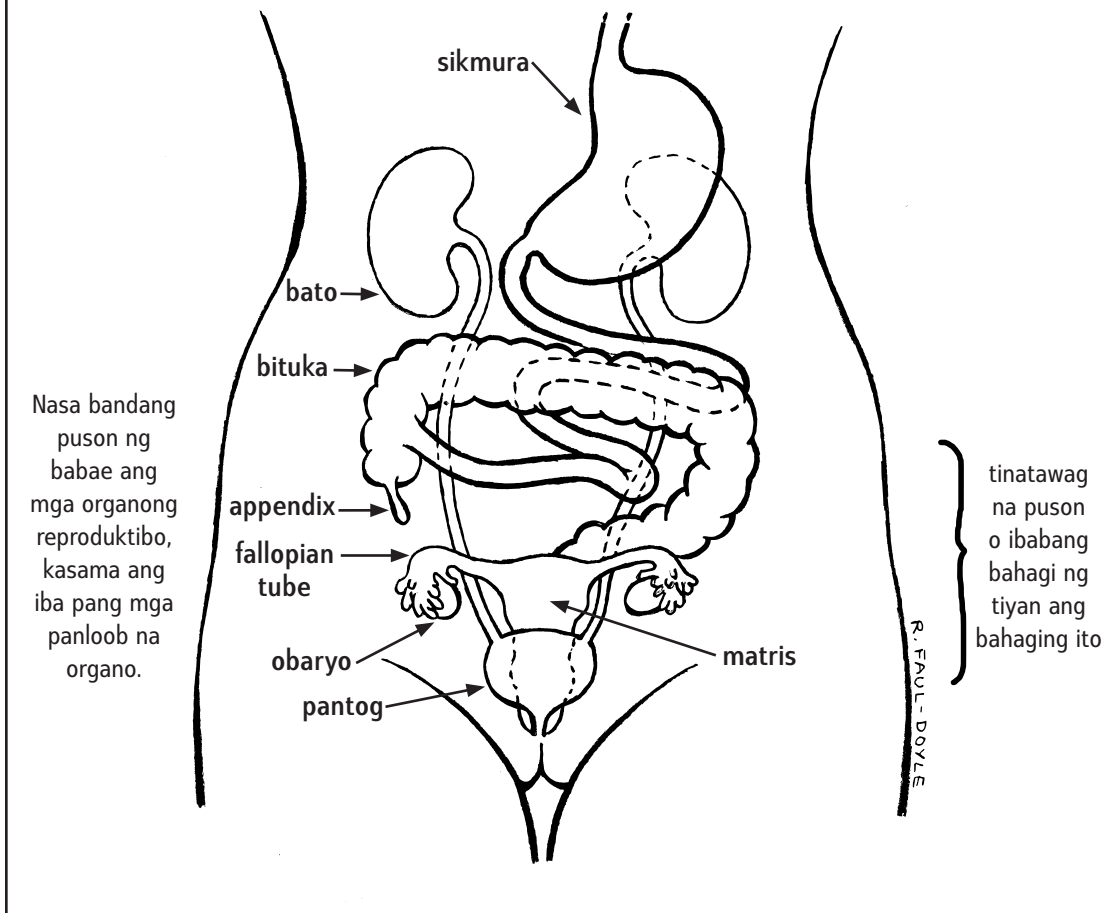
Sa kabanatang ito:

| | |
|---|-----|
| Biglaan at Matinding Pananakit sa Tiyan | 354 |
| Klase ng Pananakit sa Puson..... | 354 |
| Habang may regla..... | 354 |
| Matapos manganak, magpalaglag o makunan..... | 355 |
| May kasamang lagnat | 355 |
| May kasamang pagtatae | 355 |
| Habang nagbubuntis | 355 |
| Kasabay ng pag-ihi | 355 |
| Kasabay ng discharge o pagdurugo mula sa puwerta..... | 355 |
| Habang nakikipagtalik | 356 |
| Kapag gumagalaw, naglalakad o nagbubuhat | 356 |
| Sa gitna ng buwanang pagregla..... | 356 |
| Sa unang tatlong linggo matapos malagyan ng IUD | 356 |
| Walang iba pang palatandaan..... | 356 |
| Mga Tanong Tungkol sa Pananakit sa Puson..... | 357 |

Paano gamitin ang kabanatang ito:

1. Para sa biglaan at matinding pananakit sa puson o tiyan, tingnan ang pahina 354 at sundin ang payo doon.
2. Tingnan ang iba't ibang klaseng pananakit sa pahina 354 hanggang 356. Nasa ibang bahagi ng libro ang karamihan ng mga problemang narito. Pumunta sa nakalistang pahina para sa dagdag na impormasyon.
3. Kung hindi ka pa rin sigurado sa sanhi ng pananakit, tingnan ang mga tanong sa pahina 357.
4. Para sa dagdag na impormasyon kung paano mag-eksamin ng babae na may pananakit sa tiyan, tingnan ang pahina 534.

Pananakit sa Puson



Karamihan ng mga babae ay nagkakaroon ng pananakit sa puson o tiyan sa isang panahon ng kanilang buhay. Madalas tinuturo sa mga babae na normal ang sakit na ito, at dapat tahimik nila itong tiisin. Akala ng ibang tao hindi seryoso ang pananakit ng babae maliban kung hindi na siya makatayo, makalakad o makapagsalita. Pero kung maghintay ang babae nang sobrang tagal bago ipagamot ang pananakit, maaaring tumungo ito sa malubhang *impeksyon*, *pagkabaog*, pagkalaglag ng ibinubuntis at maging kamatayan.

Naglalarawan ang kabanatang ito ng iba't ibang klase ng pananakit sa puson (sa ibaba ng *pusod*), at kung ano ang maaaring sanhi nito. May ibang pananakit sa puson na kumakalat nang lampas sa pusod, at maaaring may iba pang mga sanhi. Nagdudulot din ng pananakit sa ibabang bahagi ng likod ang ilang problema sa puson. Kung mukhang iba ang pananakit kaysa sa nilalarawan sa kabanatang ito, magpatingin sa isang health worker na bihasa sa pag-eksamin ng tiyan.

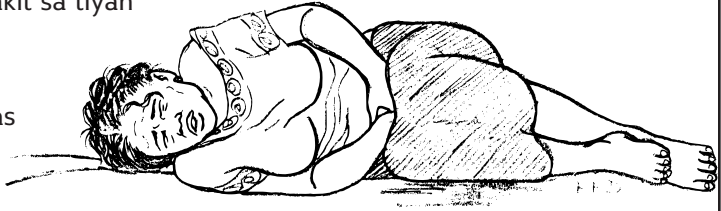
► Hindi tama o dapat normal na bahagi ng buhay ng babae ang pananakit—palatandaan ito na may nang-yayaring mali o masama. Magpagamot bago lumala ang karamdaman mo na hindi ka na makatayo, makalakad o makapagsalita.

Biglaan at Matinding Pananakit sa Tiyan

Sitwasyong emerhensya ang ilang pananakit sa puson. Kung may anuman sa sumusunod na palatandaan ng panganib, pumunta sa pinakamalapit na ospital. Kailangan ng isang bihasa na health worker na gumawa ng *eksaminasyon* sa iyong tiyan, *pelvic exam*, at posibleng ispesyal ng mga test. Para sa dagdag na impormasyon kung paano gumawa ng eksaminasyon sa tiyan at pelvic exam, tingnan ang pahina 534.

Palatandaan ng panganib:

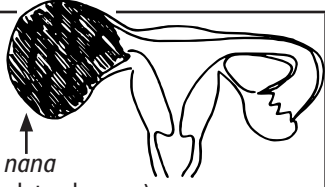
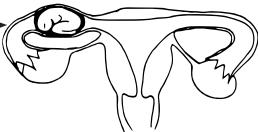
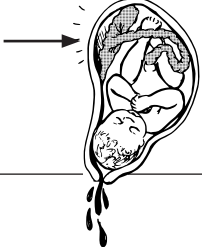


- biglaan at matinding pananakit sa tiyan
- mataas na lagnat
- naduduwal at pagsusuka
- lumolobong tiyan, na matigas tulad ng piraso ng kahoy
- walang tumutunog sa tiyan

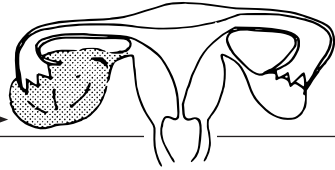

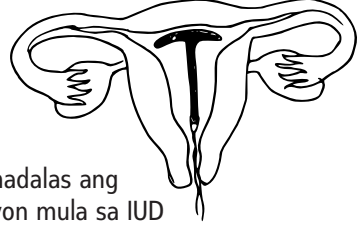


Klase ng Pananakit sa Puson

Maraming posibleng sanhi ang pananakit sa puson. Maaaring mahirap tukuyin ang sanhi dahil napakaraming organo ang magkakatabi sa tiyan.

| Klase ng Sakit | Maaaring dulot ng | Ano'ng gagawin | Tingnan pahina |
|---|---|---|------------------|
| Matindi, di karaniwang pananakit habang may regla o matapos na hindi dumating ang regla | pagbubuntis sa tubo (<i>ectopic pregnancy</i>) | AGAPAN! Pumunta agad sa ospital. | 73 |
| Tuloy-tuloy na pananakit habang may buwanang pagregla | <i>fibroids</i> | Tingnan: 'pananakit kasabay ng regla', at 'mga problema sa matris' Gumamit ng banyagad na gamot sa pananakit | 50 380 482 |
| Pinupulikat habang may buwanang regla | normal na pag-impis ng matris. Naka-kapalala ng sakit ang ilang klase ng <i>IUD</i> . | Tingnan: 'pananakit kasabay ng regla' | 50 |
| Kung huli ang dating ng buwanang regla | <i>nakunan</i> | Kung tumindi ang pananakit, pumunta sa ospital | 234 |

| Klase ng Sakit | Maaaring dulot ng | Ano'ng gagawin | Tingnan pahina |
|--|--|--|------------------|
| Pananakit matapos manganak, makunan, o magpalaglag | impeksyon mula sa mga piraso ng inunan na naiwan sa <i>matris</i> , o <i>mikrobyong</i> nakapasok sa <i>matris</i> sa panganganak o pagpapalaglag | Tingnan: 'impeksyon sa <i>matris</i> ', at 'impeksyon matapos magpalaglag'. | 97 255 |
| Matinding sakit, meron man o walang lagnat (impeksyon): kasabay o matapos magka-INP o pelvic na impeksyon |  <p>pelvic na impeksyon, o supot ng <i>nana</i> sa puson (pelvic abscess)</p> | AGAPAN! Pumunta agad sa ospital. | 274 |
| isang panig ng tiyan, may <i>pagkaduwal</i> , <i>pagsusuka</i> , lagnat at walang gana kumain | <p>appendicitis o iba pang impeksyon sa bituka</p> <p>impeksyon sa bato</p> | AGAPAN! Pumunta agad sa ospital. Tingnan: 'impeksyon sa bato/pantog' | 366 |
| Pananakit na may <i>pagtatae</i> | impeksyon sa bituka ng bacteria o parasitiko | Tingnan: 'pagtatae'. | 298 |
| Matinding pananakit sa UNANG 3 buwan ng pagbubuntis, madalas may pagdurugo na nawawala't bumabalik | <p>pagbubuntis sa tubo (ectopic pergnancy)</p>  | AGAPAN! Pumunta agad sa ospital. | 73 |
| Matinding pananakit sa HULING 3 buwan ng pagbubuntis, may pagdurugo man o wala | <p>nakalas ang inunan mula sa dingding ng <i>matris</i></p>  | AGAPAN! Pumunta agad sa ospital. | 73 |
| Katamtaman at panapanahong pananakit habang nagbubuntis | malamang normal | Hindi kailangan ng panlunas | |
| Pananakit na may madalas na pag-ihi | <p>impeksyon sa <i>pantog</i> o <i>bato</i></p>  | Tingnan: 'impeksyon sa bato/pantog'. | 366 |
| Pananakit na may dugo sa ihi | namuong bato sa loob ng bato | Tingnan: 'bato sa loob ng bato o pantog'. | 369 |
| Pananakit na may <i>discharge</i> o kaunting pagdurugo mula sa <i>puwerta</i> , minsan may kasamang lagnat |  <p>pelvic na impeksyon na maaaring dulot ng <i>impeksyon na naihawawa sa pagtatalik</i>, o impeksyon matapos makunan, <i>magpalaglag</i>, o manganak</p> | Tingnan: 'PID', 'impeksyon sa <i>matris</i> ', at 'impeksyon matapos magpalaglag'. | 274 97 255 |

| Klase ng Sakit | Maaaring dulot ng | Ano'ng gagawin | Tingnan pahina |
|---|---|--|----------------|
| Masakit habang nakikipagtalik | pelvic inflammatory disease (PID), o peklat mula sa lumang pelvic na impeksyon | Tingnan: 'PID' | 274 |
| | tumutubo sa obaryo (ovarian cyst) →  | Tingnan: 'mga problema ng obaryo' | 383 |
| | fibroids | Tingnan: 'mga problema ng matris' | 380 |
| | di gustong pakikipagtalik | Tingnan: 'masakit ang pakikipagtalik' | 189 |
| Pananakit kapag kumikilos, naglalakad o nagbubuhat | lumang pelvic na impeksyon, o anuman sa mga dahilang nakalista sa taas | Gumamit ng banayad na gamot sa sakit, kung kailangan | 482 |
| Pananakit na tumatagal lang nang ilang oras sa gitna ng buwanang pagregla | naiirita ang lining ng tiyan kapag naglabas ng itlog ang obaryo (obulasyon) dahil may kaunting dugo | Gumamit ng banayad na gamot sa sakit, kung kailangan | 482 |
| |  itlog dugo | Tingnan: kabanatang "Pagkilala sa Ating Katawan." | 43 |
| Pananakit sa unang 3 linggo matapos malagyan ng IUD |  pinakamadalas ang impeksyon mula sa IUD kapag kalalagay pa lang ng IUD | Magpatingin agad sa isang health worker. | 216 |
| Pananakit na walang iba pang palatandaan | pelvic na impeksyon, na maaaring magdulot ng pananakit sa tiyan o ibabang bahagi ng likod na tumatagal ng ilang buwan o taon; tuloy-tuloy ang sakit o nawawala-at-bumabalik | Magpatingin sa health worker na marunong mag-pelvic exam | 274 |
| | impeksyon sa bituka mula sa <i>bacteria</i> o <i>parasitiko</i> | Kumonsulta sa health worker o sa <i>Where There Is No Doctor</i> | |
| | tumor o tumutubo sa matris o obaryo | Magpatingin sa health worker na marunong mag-pelvic exam | 375 |

Kung ang pananakit ay hindi katulad ng isa sa mga nailarawan na, baka makatulong ang mga tanong na ito para mas malinawan:

Ano'ng katangian ng pananakit? Matalas ba at matindi—o mapurol, kalat, at hindi matindi? Ito ba'y nawawala at bumabalik, o tuloy-tuloy?

- Ang matinding sakit na nawawala't bumabalik ay posibleng mula sa bato sa loob ng bato. Ang matinding sakit na parang iniipit o pinupulikat ay maaaring mula sa problema sa bituka.
- Ang matalas at matinding sakit, laluna kung nasa isang lugar lamang, ay maaaring appendicitis o pagbubuntis sa tubo sa labas ng matris (ectopic pregnancy).

Gaano na katagal ang pananakit?

- Ang biglaan at matinding pananakit na hindi bumubuti ay malamang seryoso. Maaaring mula ito sa pagbubuntis sa tubo, appendicitis o iba pang problema sa bituka, problema sa obaryo, o pelvic inflammatory disease (PID).
- Ang pananakit na tumatagal ng ilang linggo o buwan, laluna kung hindi matindi, ay maaaring dulot ng peklat mula sa lumang impeksyon, hindi pagkatunaw ng pagkain, o nerbiyos. Maaaring magamot ito sa bahay.

Naaapektuhan ba ng pananakit ang gutom mo?

- Kung masakit ang tiyan mo at **AYAW** mong kumain ng kahit ano, maaaring may malubhang impeksyon ka sa bituka, o appendicitis.
- Kung masakit ang tiyan mo at **MAYROON** ka namang ganang kumain, malamang ay wala ka ng mga problemang nalarawan dito.

Para sa dagdag na impormasyon tungkol sa pananakit sa puson, tingnan ang *Where There Is No Doctor* o ibang pangkalahatang librong medikal.

Ang isang babaeng nakakalakad pa ngayon kahit may pananakit ay maaaring ikamatay iyon bukas. Magpatingin agad kung hindi ka sigurado.

Mga Tanong Tungkol sa Pananakit sa Puson

Yuni, pumunta ka sa klinika ngayong araw para matingnan iyang sumasakit sa iyo. Baka lumala pa 'yan.

