ជំពូក ៩

តើអ្វីទៅដែលធ្វើឲ្យការរំលូតមានសុវត្ថិភាព ឬគ្មានសុវត្ថិភាព? 250

ដឹកនាំការពិភាក្សាក្នុងសហគមន៍អំពីការរំលូតកូន 252

សាច់រឿងដែលអាចជួយឲ្យការពិភាក្សាចាប់ផ្តើម 254

សកម្មភាព ៖ ការស្រមៃពីស្ថានភាពរបស់គាត់ 254

មូលហេតុ និងផលលំបាកនៃផ្ទៃពោះមិនចង់បាន 256

សកម្មភាព ៖ ដើមឈើនៃបញ្ហាដើម្បីពិភាក្សាពីផ្ទៃពោះមិនចង់បាន 256

ការញែកឲ្យដាច់ពីគ្នារវាងការណ៍ពិត និងព័ត៌មានយល់ច្រឡំ 258

សកម្មភាព ៖ ទស្សនៈជាច្រើន! 259

សកម្មភាព ៖ ល្បែងក្តារបន្ទះអំពីការរំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាព 260

សកម្មភាព ៖ ការប្រកាន់យកជំហរមួយ 261

ការប្រឆាំងនឹងរបៀបដែលមនុស្សវិនិច្ឆ័យលើការរំលូតកូន 262

ស្ត្រីត្រូវការការថែទាំបន្ទាន់ ដោយមិនពន្យារពេលឡើយ 264

សកម្មភាព ៖ ល្ខោនសម្តែងសារឡើងវិញ ៖ ការសង្គ្រោះជីវិតបន្ទាប់ពីការរំលូតកូន 265

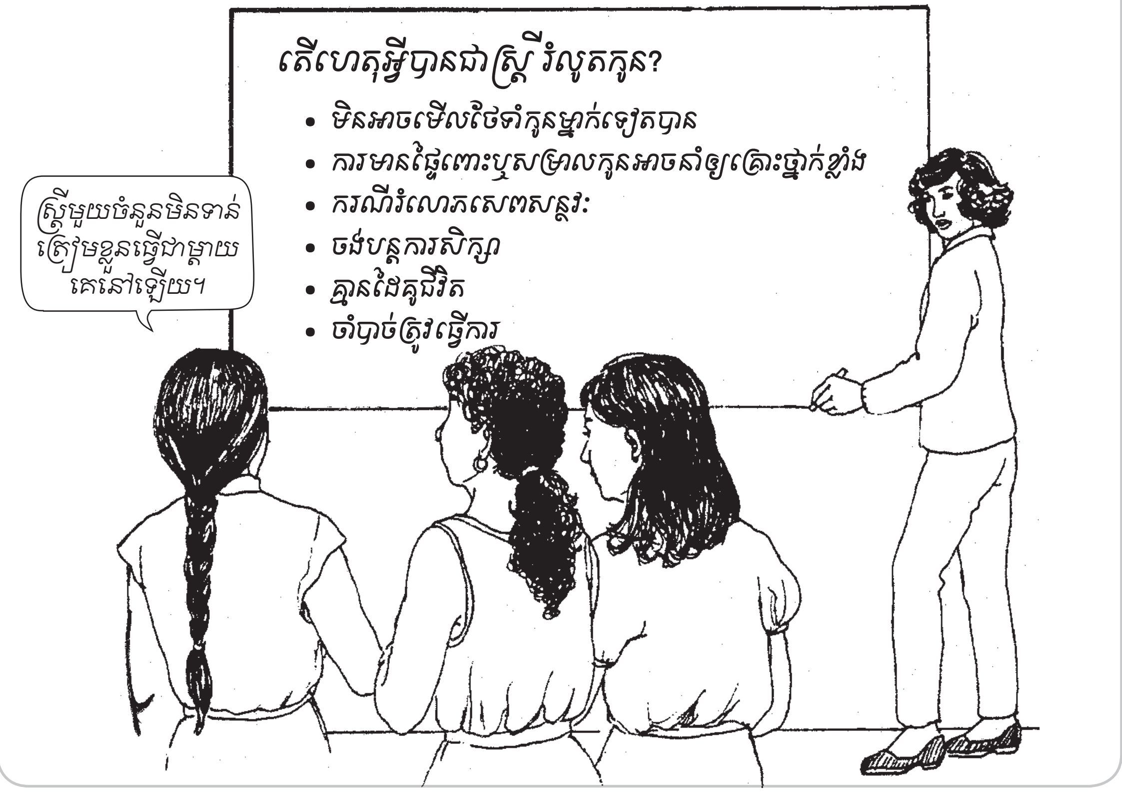
សញ្ញាគ្រោះថ្នាក់ក្រោយរំលូត ឬរលូត 266

ការគាំទ្រស្ត្រីបន្ទាប់ពីរំលូត 268

ការរៀបចំដើម្បីធ្វើឲ្យមានការរំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាព 268

មធ្យោបាយតស៊ូមតិដើម្បីការរំលូតស្របច្បាប់និងមានសុវត្ថិភាព 272

ការបង្ការមរណភាពដោយសារការរំលូតគ្មានសុវត្ថិភាព



នៅជុំវិញពិភពលោក មនុស្សភាគច្រើនបំផុតយល់ស្របថា ស្ត្រីមិនគួរណាស្លាប់ដោយសារការមានផ្ទៃពោះនោះទេ។

ជារឿយៗ បុគ្គលិកសុខាភិបាលបានប្រទះឃើញការលំបាក ឬការអស់សង្ឃឹមរបស់ស្ត្រីនៅពេលដែលនាងមានផ្ទៃពោះ និងមិនចង់បន្តមានផ្ទៃពោះ។ មានស្ត្រីជាច្រើនដែលស្ថិតក្នុងស្ថានភាពនេះបានសម្រេចចិត្តបញ្ចប់ការមានផ្ទៃពោះរបស់ពួកគេ។ នៅពេលដែលស្ត្រី ឬនរណាម្នាក់ធ្វើអ្វីមួយដើម្បីបញ្ចប់ការមានផ្ទៃពោះ ឬស្តារឲ្យមានវដ្តរដូវប្រចាំខែរបស់នាងឡើងវិញនោះគេហៅដំណើរការនេះថាជា "ការរំលូត។

ផ្ទៃពោះក៏អាចបញ្ចប់ទៅដោយធម្មជាតិ ឬដោយសារជំងឺធ្ងន់ ឬបញ្ហាផ្សេងៗទៀតផងដែរ ដូចជា ការប៉ះទង្គិច ឬការប៉ះពាល់សារធាតុគីមីពុល។ នៅពេលដែលផ្ទៃពោះបញ្ចប់ទៅដោយសារហេតុផលណាមួយក្នុងចំណោមហេតុផលទាំងនេះ គេហៅថាជា "ការរលូត" ឬ "ការរំលូតដោយឯកឯង។ សញ្ញាគ្រោះថ្នាក់ក្រោយការរំលូត និងការរលូត គឺមានដូចតែគ្នាទេ។ សូមមើលទំព័រ 266 ។

ស្ត្រីតែងតែស្គាល់វិធីផ្សេងៗសម្រាប់បញ្ចប់ការមានផ្ទៃពោះ។ នាពេលបច្ចុប្បន្ន មានស្ត្រីនៅគ្រប់ប្រទេសទាំងអស់លើសកលលោក ទាំងក្មេងទាំងចាស់ ទាំងរៀបការរួចនិងមិនទាន់រៀបការ ទាំងមានកូននិងគ្មានកូន សុទ្ធតែបានរំលូតកូន សូម្បីតែនៅតាមប្រទេសដែលការរំលូតកូនត្រូវបានរិតត្បិត ឬហាមឃាត់ដោយច្បាប់ក៏ដោយ។

ការមានផ្ទៃពោះអាចនឹងមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់ស្ត្រី ប៉ុន្តែជារឿយៗ ការរំលូតដែលស្ត្រីភាគច្រើនទទួលបាន គឺមិនមានសុវត្ថិភាពនោះទេ។ លោកស្រីវេជ្ជបណ្ឌិត អារុណ ដែលបានជួយយើងសរសេរជំពូកនេះ បានចំណាយពេលវេលាភាគច្រើននៃជីវិតរបស់គាត់ទៅលើការងារដែលមានបំណងបញ្ចប់ការរំលូតដែលគ្មានសុវត្ថិភាពនៅប្រទេសនេប៉ាល់។ ខាងក្រោមនេះគឺជាផ្នែកមួយនៃរឿងរ៉ាវរបស់គាត់ ៖

មរណភាពរបស់មាតាមួយរូបនៅប្រទេសនេប៉ាល់

នៅពេលដែលខ្ញុំបានក្លាយជាវេជ្ជបណ្ឌិតដំបូង ខ្ញុំធ្វើការនៅមន្ទីរពេទ្យសម្ភពមួយកន្លែងក្នុងប្រទេសនេប៉ាល់។ នៅថ្ងៃមួយ មានស្ត្រីឈឺធ្ងន់ម្នាក់កំពុងដេកនៅលើតុពិនិត្យជំងឺនៅចំពោះមុខខ្ញុំ។ នាងនិងស្វាមីបានដើររយៈពេល ៣ម៉ោងពីភូមិមកកាន់មន្ទីរពេទ្យ។ ជីពចររបស់នាងខ្សោយ ហើយនាងមានសភាពស្លេកស្លាំងជាខ្លាំង។ ក្នុងនាមជាវេជ្ជបណ្ឌិតថ្មីថ្មោងមួយរូបដែលទើបតែបញ្ចប់ការសិក្សាពីសាលាពេទ្យ ខ្ញុំមិនប្រាកដក្នុងចិត្តទេថាខ្ញុំអាចជួយសង្គ្រោះនាងបានដែរឬយ៉ាងណា។ ជាអកុសល្យ នាងក៏បានស្លាប់នៅចំពោះមុខខ្ញុំ។ ក្រោយមក ស្វាមីរបស់នាងក៏បាននិយាយរឿងរ៉ាវរបស់ពួកគេឲ្យខ្ញុំស្តាប់ ដែលមានសេចក្តីដូចតទៅ ៖

ពួកគេមានកូន ៥នាក់រួចមកហើយ ហើយពួកគេទាំងពីរមិនចង់មានកូនថែមទៀតទេ។ នៅពេលដែលនាងមានផ្ទៃពោះម្តងទៀត ពួកគេក៏បានទៅជួបគ្រូពេទ្យបុរាណម្នាក់នៅភូមិក្បែរខាង។ មនុស្សម្នាបាននិយាយថា គ្រូពេទ្យនោះអាចបញ្ឈប់ការមានផ្ទៃពោះដោយយកប្រាក់កាសបន្តិចបន្តួច។ គ្រូពេទ្យនោះបានដាក់ថ្នាំបុរាណទៅក្នុងទ្វារមាសប្រពន្ធរបស់គាត់ជាមួយនឹងដុំឈើតូចមួយ។ នៅថ្ងៃបន្ទាប់ នាងក៏រលូតកូន ប៉ុន្តែនាងបានបន្តធ្លាក់ឈាម និងមានអាការៈគ្រុនក្តៅ។ បីថ្ងៃក្រោយមក ស្វាមីរបស់នាងបានសម្រេចចិត្តនាំនាងមកមន្ទីរពេទ្យ។

ខ្ញុំមិនអាចឈប់គិតអំពីរឿងរ៉ាវរបស់ស្ត្រីម្នាក់នេះទេ។ នៅក្នុងការបណ្តុះបណ្តាលរបស់ខ្ញុំពុំមានមេរៀនណាដែលអាចឲ្យខ្ញុំត្រៀមខ្លួនសម្រាប់ស្ថានភាពបែបនេះទេ។ ការរំលូតកូនគឺជារឿងខុសច្បាប់នៅក្នុងប្រទេសនេប៉ាល់ ហើយស្ត្រីដែលរំលូតកូនអាចនឹងកាត់ទោសឲ្យជាប់ពន្ធនាគារទៀតផង។ នៅយប់នោះ ខ្ញុំបានស្កាត់ជួបគ្រូពេទ្យជើងចាស់មួយរូបដើម្បីសាកសួរសុំដំបូន្មានពីគាត់។ គាត់បាននិយាយថា "អារុណ នេះមិនមែនជារឿងចម្លែកនោះទេ។ យើងជួបករណីដូចនេះ ៣-៤ ករណីជារៀងរាល់ខែ។ គាត់បានពន្យល់ថា ស្ត្រីភាគច្រើនដែលបានឆ្លងរោគដោយសារការរំលូតដែលគ្មានសុវត្ថិភាពអាចជាសះស្បើយនៅមន្ទីរពេទ្យ ប៉ុន្តែ "ក្នុងករណីខ្លះទៀត យើងអាចជួយបានតិចតួចប៉ុណ្ណោះ។ ពេលខ្លះពួកគេបានស្លាប់ក្នុងរយៈពេលប៉ុន្មានម៉ោងក្រោយការរំលូត។ ពេលខ្លះពួកគេមកដល់មន្ទីរពេទ្យទាំងស្លាប់បាត់ទៅហើយ។

ខ្ញុំបានគិតថា "ខ្ញុំត្រូវតែធ្វើអ្វីម្យ៉ាងដើម្បីផ្លាស់ប្តូរស្ថានភាពបែបនេះ!"

សម្រាប់រឿងរ៉ាវលម្អិតរបស់វេជ្ជបណ្ឌិតអារុណ សូមអានរឿង "ដំណើរតស៊ូដ៏វែងឆ្ងាយដើម្បីទាមទារសេវារំលូតដែលស្របច្បាប់ និងមានសុវត្ថិភាពនៅប្រទេសនេប៉ាល់" (ទំព័រ 270)។

មានបុគ្គលិកសុខាភិបាលជាច្រើន ដូចជាលោកស្រីអារុណ ជាដើម បានក្លាយជាអ្នកគាំទ្រការរំលូតដោយសុវត្ថិភាព និង ស្របច្បាប់ ពីព្រោះពួកគេមិនអាចជួយសង្គ្រោះជីវិត ឬសុខភាពរបស់ស្ត្រីនៅក្នុងការថែទាំព្យាបាលរបស់ពួកគេដែលរងគ្រោះ ដោយសារការរំលូតដោយគ្មានសុវត្ថិភាពនោះទេ។

ការទទួលបានសេវាពន្យារកំណើតបង្ការការរំលូតដោយគ្មានសុវត្ថិភាព

ប្រសិនបើស្ត្រីទាំងអស់ទទួលបានមធ្យោបាយពន្យារកំណើតដែលមានប្រសិទ្ធភាពសម្រាប់ពួកគេ នោះចំនួនស្ត្រីដែលនឹងមាន ផ្ទៃពោះដោយមិនចង់បាន ឬការរំលូតដោយគ្មានសុវត្ថិភាពនឹងថយចុះជាមិនខាន។ ការរំលូតនឹងថយចុះប្រសិនបើ ៖

- មធ្យោបាយពន្យារកំណើតត្រូវបានផ្តល់ជូនដោយឥតគិតថ្លៃចំពោះអ្នកដែលចង់បាន។
- ស្ត្រីគ្រប់រូបអាចជ្រើសរើសមធ្យោបាយពន្យារកំណើតដែលខ្លួនចង់បាន។
- ទាំងបុរសនិងស្ត្រីទទួលខុសត្រូវក្នុងការប្រើប្រាស់មធ្យោបាយពន្យារកំណើត។

ក្មេងស្រីជំទង់ និងស្ត្រីវ័យក្មេងមិនទាន់រៀបការប្រឈមខ្ពស់នឹងការមានផ្ទៃពោះដែលមិនចង់បាន និងការរំលូតដោយគ្មាន សុវត្ថិភាព។ ពួកគេអាចមានការលំបាកច្រើនក្នុងការទទួលបានសេវាពន្យារកំណើត ឬមិនព្យាយាមទទួលសេវានេះ ពីព្រោះមិន ចង់ឲ្យនរណាម្នាក់ដឹងថាពួកគេរួមភេទនោះទេ។ ឬក៏ពួកគេអាចនឹងមិនមានអំណាចក្នុងការជំរុញឲ្យបុរសជាដៃគូរបស់ពួកគេ ប្រើប្រាស់ស្រោមអនាម័យ។ ប្រសិនបើពួកគេមានផ្ទៃពោះ ពួកគេអាចនឹងរង់ចាំរយៈពេលយូរពេកទើបសម្រេចចិត្តស្នើសុំជំនួយ ពីព្រោះពួកគេភ័យខ្លាចក្នុងការប្រាប់រឿងមានផ្ទៃពោះដល់នរណាម្នាក់ ឬពីព្រោះពួកគេមិនបានដឹងពីសញ្ញានៃការមានផ្ទៃពោះ។

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីរបៀបដោះស្រាយបញ្ហាទាំងនេះ និងបង្កលក្ខណៈឲ្យមធ្យោបាយពន្យារកំណើតបានទៅដល់ ស្ត្រីទាំងឡាយដែលមានបំណងប្រើប្រាស់ សូមមើលជំពូក 4 ៖ ចំណូលចិត្តផ្លូវភេទ និងសុខភាពផ្លូវភេទ និងជំពូក 7 ៖ ការការពារសុខភាពស្ត្រីជាមួយនឹងការពន្យារកំណើត។

ការមានផ្ទៃពោះដែលមិនចង់បានអាចជារឿងខុសប្លែកគ្នាខ្លាំងសម្រាប់ស្ត្រីជាអ្នកក្រ និង ស្ត្រីអ្នកមាន។ នៅក្នុងប្រទេស អេលសាល់វ៉ាដ័រ របស់ខ្ញុំ គ្រប់ករណីរំលូតកូនទាំងអស់គឺសុទ្ធ ជារឿងខុសច្បាប់។ ប៉ុន្តែ ស្ត្រីអ្នកមានអាចធ្វើដំណើរទៅកាន់សហរដ្ឋអាមេរិកដើម្បីទទួល សេវារំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាព។ ស្ត្រីជាអ្នកក្រមិនមានជម្រើសច្រើនទេ ហើយមានស្ត្រី ជាច្រើនបានស្លាប់ ឬអត់មានកូនជារៀងរហូតដោយសារការរំលូតដោយគ្មានសុវត្ថិភាព។

www.hesperian.org health guides

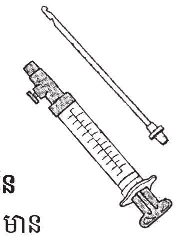
តើអ្វីទៅដែលធ្វើឲ្យការរំលូតមានសុវត្ថិភាព ឬគ្មានសុវត្ថិភាព?

នៅតាមទីកន្លែងដែលការរំលូតត្រូវបានចាត់ទុកថាខុសច្បាប់ ស្ទើរតែការរំលូតទាំងអស់គឺមិនមានសុវត្ថិភាពនោះទេ។ សូម្បីនៅតាមទីកន្លែងដែលការរំលូតត្រូវបានបញ្ញត្តិថាស្របច្បាប់ក៏ដោយ ក៏ស្ត្រីអាចនឹងគ្មានលទ្ធភាពស្វែងរកគ្លីនិកដែលផ្តល់សេវារំលូតដោយសុវត្ថិភាពដែរ។ ម្យ៉ាងទៀត ការរំលូតដោយសុវត្ថិភាពអាចនឹងមានតម្លៃថ្លៃដែលស្ត្រីមិនមានលទ្ធភាពបង់ថ្លៃសេវា។ មានស្ត្រីជាច្រើនដែលមិនអាចស្វែងរកការរំលូតដោយសុវត្ថិភាព បានសម្រេចចិត្តប្រើប្រាស់មធ្យោបាយប្រកបដោយគ្រោះថ្នាក់ដើម្បីបញ្ចប់ផ្ទៃពោះដែលពួកគេមិនចង់បាន។ មធ្យោបាយដែលគ្មានសុវត្ថិភាពទាំងនោះអាចនឹងសម្លាប់ជីវិតស្ត្រី ឬបណ្តាលឲ្យពួកគេមិនអាចមានផ្ទៃពោះជាថ្មីម្តងទៀតឡើយ។ ការជួយឲ្យស្ត្រីយល់ដឹងពីភាពខុសគ្នារវាងការរំលូតដោយសុវត្ថិភាព និងការរំលូតដោយគ្មានសុវត្ថិភាពអាចជួយសង្គ្រោះជីវិតពួកគេ និងក៏ជួយស្ត្រីការពារសុខភាពបន្តពូជរបស់ពួកគេផងដែរ។

ការរំលូតដោយសុវត្ថិភាព

ជាធម្មតា ការរំលូតដោយសុវត្ថិភាពធានានូវសុវត្ថិភាពខ្ពស់ច្រើនជាងការសម្រាលកូន ជាពិសេសសម្រាប់ក្មេងស្រីដែលមិនទាន់ធំធាត់ល្មមគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីសម្រាលកូនដោយសុវត្ថិភាព ឬសម្រាប់ស្ត្រីដែលមានបញ្ហាសុខភាពធ្ងន់ធ្ងរ ដូចជា សម្ពាធឈាមខ្ពស់ ឬជំងឺទឹកនោមផ្អែម។ ការរំលូតដោយសុវត្ថិភាពមិនធ្វើឲ្យស្ត្រីបាត់បង់សមត្ថភាពមានផ្ទៃពោះ (មិនអាចមានកូននៅពេលក្រោយ) ហើយមិនបង្កជំងឺមហារីកទេ។ ទាំងនេះគឺជារឿងនិទានតគ្នា មិនមែនជារឿងពិតនោះទេ។

ដើម្បីប្រើប្រាស់មធ្យោបាយរំលូតទាំង២ ដោយសុវត្ថិភាព ស្ត្រីនិងបុគ្គលិកសុខាភិបាលដែលទទួលបានការ បណ្តុះបណ្តាលត្រឹមត្រូវ ចាំបាច់ត្រូវដឹងពីរយៈពេលដែលស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ។ ដើម្បីគណនារយៈពេលនេះ ចូរចាប់ផ្តើមរាប់ក្រោយថ្ងៃទីមួយនៃថ្ងៃមករដូវចុងក្រោយរបស់អ្នក។



ការបូម ៖ នៅពេលដែលការបូមត្រូវបានអនុវត្តដោយដៃ (ការបូមដោយដៃ) អ្វីៗដែលមាននៅក្នុងស្បូនត្រូវបូមចេញដោយសឺរ៉ាំងពិសេសមួយ។ បើមិនប្រើសឺរ៉ាំងទេ គេអាចប្រើម៉ាស៊ីនអគ្គិសនីតូចមួយ។

វិធីសាស្ត្របូមដោយដៃគឺជាវិធីសាមញ្ញ និងមានសុវត្ថិភាពរហូតដល់ទៅ ១២សប្តាហ៍ក្រោយថ្ងៃទី១ នៃការមករដូវចុងក្រោយ នៅពេលដែលវាត្រូវបានអនុវត្តដោយអ្នកទទួលបានការបណ្តុះបណ្តាលត្រឹមត្រូវ និងមានបទពិសោធន៍ដោយប្រើប្រាស់ឧបករណ៍សមស្របក្រោមលក្ខខណ្ឌស្អាតបំផុត។ រាល់វត្ថុដែលដាក់បញ្ចូលក្នុងស្បូនចាំបាច់ត្រូវរម្ងាប់មេរោគដោយស្ទេរីល។ បុគ្គលិកសុខាភិបាលដែលទទួលបានការបណ្តុះបណ្តាលគួរតែដឹងពីរបៀបឃ្លាំមើលបញ្ហា (សូមមើលទំព័រ 266) និងអាចឆ្លើយតបយ៉ាងឆាប់រហ័ស និងសមស្របដោយប្រើថ្នាំពេទ្យ និងការថែទាំល្អ។

ការរំលូតដោយប្រើថ្នាំពេទ្យ ៖ Misoprostol និង mifepristone គឺជាថ្នាំដែលស្ត្រីអាចលេបដោយខ្លួនឯង ប្រសិនបើនាងយល់ពីពេលវេលាដែលត្រូវលេប ដូសដែលត្រូវលេប និងអ្វីជាការរំពឹងទុកក្រោយពីលេបថ្នាំទាំងនេះ។ នាងក៏ត្រូវចេះឃ្លាំមើលសញ្ញាគ្រោះថ្នាក់ ដូចជាការរំលូតមិនអស់ផងដែរ។ ប្រសិនបើអាច នាងគួរជជែកជាមួយបុគ្គលិកសុខាភិបាលមុននឹងលេបថ្នាំទាំងនេះ។

ការរំលូតដោយប្រើថ្នាំពេទ្យមានសុវត្ថិភាពរហូតដល់ទៅ ៩សប្តាហ៍ (៦៣ថ្ងៃ) ក្រោយថ្ងៃទី១ នៃការមករដូវចុងក្រោយ។

សូមអានសៀវភៅ *ទីណាស្ត្រីគ្មានវេជ្ជបណ្ឌិត* ដើម្បីទទួលបានព័ត៌មានបន្ថែមអំពីថ្នាំពេទ្យសម្រាប់រំលូត (ទំព័រ 508) និងការរម្ងាប់មេរោគលើឧបករណ៍ និងសម្ភារ (ទំព័រ 526 ដល់ 529)។

ការរំលូតដោយគ្មានសុវត្ថិភាព

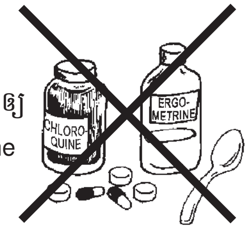
ការរំលូតគឺនឹងគ្មានសុវត្ថិភាពទេនៅពេលដែលធ្វើឡើងក្នុងលក្ខខណ្ឌមិនស្អាតដោយនរណាម្នាក់ដែលមិនមានការបណ្តុះបណ្តាលត្រឹមត្រូវ។ ការរំលូតមានគ្រោះថ្នាក់ខ្ពស់នៅពេលដែលបញ្ចូលឧបករណ៍មិនស្ទេរីលទៅក្នុងស្បូនស្ត្រី។ មធ្យោបាយខាងក្រោមសុទ្ធតែគ្មានសុវត្ថិភាព និងមិនត្រូវប្រើប្រាស់ជាដាច់ខាត។

- មិនត្រូវដាក់បញ្ចូលវត្ថុមុតស្រួច ដូចជា ឈើ លួស ឬបំពង់ប្លាស្ទិករឹងចូលទៅក្នុងទ្វារមាស ឬស្បូនឡើយ។ វត្ថុទាំងនេះអាចធ្វើឲ្យរហែកស្បូន និងបង្កគ្រោះថ្នាក់ធ្លាក់ឈាម និងឆ្លងរោគបាន។

- មិនត្រូវដាក់ថ្នាំបុរាណ រុក្ខជាតិ ឬសារធាតុគីមីពុលទៅក្នុងទ្វារមាសឬស្បូនស្ត្រីឡើយ។ អ្វីទាំងអស់នេះអាចធ្វើឲ្យរលាក ឬក្រហល់ក្រហាយដែលបង្កឲ្យខូចខាត ឆ្លងរោគ និងហូរឈាមបាន។

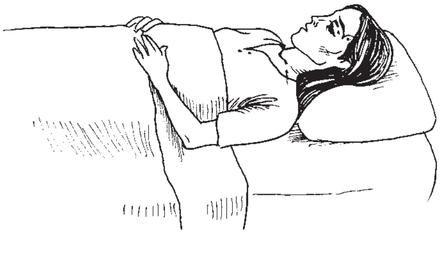
- មិនត្រូវដាក់សារធាតុដូចជាទឹកអូសាវែល ទឹកក្បុង ផេះ សាប៊ូដុសខ្លួន ប្រេងកាត ឬសារធាតុរំលាយចូលទៅស្បូនឡើយ។ ហើយក៏មិនត្រូវផឹកពួកវាដែរ។

- មិនត្រូវទទួលទានថ្នាំពេទ្យ chloroquine (សម្រាប់ព្យាបាលជំងឺគ្រុនចាញ់) និងថ្នាំ ergometrine (ដើម្បីបញ្ឈប់ការធ្លាក់ឈាមក្រោយពេលសម្រាលកូន) ឡើយ។ ពួកវាអាចធ្វើឲ្យអ្នកស្លាប់មុននឹងបង្កការរំលូតទៅទៀត។ ចូរប្រើប្រាស់តែថ្នាំ Misoprostol និង mifepristone សូមមើលចំណុចការរំលូតដោយប្រើថ្នាំពេទ្យ (ទំព័រ 250)។



- មិនត្រូវវាយពោះ (ក្បាលពោះ) ឬរុញស្ត្រីឲ្យធ្លាក់ពីកាំជណ្តើរឡើយ។ នេះអាចបង្ករបួសស្នាម និងហូរឈាមក្រៅរាងកាយ ប៉ុន្តែអាចនឹងមិនបង្កការរំលូតទេ។

មធ្យោបាយគ្មានសុវត្ថិភាពទាំងនេះ អាចសម្លាប់ស្ត្រី ឬបណ្តាលឲ្យមានរបួសឬជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ ទម្រាំតែកូនរលូត។ ប្រសិនបើស្ត្រីរស់រានពីរបួសទាំងនេះ គាត់អាចនឹងមានការខូចខាតយូរអង្វែងឬអចិន្ត្រៃយ៍ដល់រូបរាងកាយរបស់គាត់ ដូចជារបួសប្រដាប់ភេទ ពៃងមានកូន និងបញ្ហាផ្លូវទឹកនោមនិងពោះវៀន ជាដើម។



ដឹកនាំការពិភាក្សាក្នុងសហគមន៍អំពីការរំលូតកូន

មានមូលហេតុជាច្រើនដែលធ្វើឲ្យការពិភាក្សាអំពីការរំលូតកូន ជាការលំបាកជាខ្លាំង។ វប្បធម៌និងសាសនាមួយចំនួនជឿថា គភ៌ក្នុងផ្ទៃគឺជាមនុស្សទៅហើយ ដូច្នេះបើពួកគេរំលូតវាចេញ ពួកគេគឺជាឃាតក។ សូម្បីតែជីវិតស្ត្រីកំពុងស្ថិតក្នុងគ្រោះថ្នាក់ ឬផ្ទៃពោះរបស់ស្ត្រីកើតឡើងដោយសារការរំលោភក៏ដោយ ពួកគេនៅតែជឿថា គួរតែការពារគភ៌នោះ។ អ្នកខ្លះទៀតជឿថា ស្ត្រីមានសិទ្ធិសម្រេចថាទុកគភ៌នោះឬក៏អត់, និងថាស្ត្រីគ្រប់រូបគួរមានលទ្ធភាពទទួលបានសេវារំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាពនិងតម្លៃសមរម្យ។

ម្យ៉ាងទៀត ការនិយាយអំពីការមានផ្ទៃពោះមិនចង់បាន មានន័យថាជាការនិយាយអំពីមនុស្សរួមភេទនឹងគ្នា ដែលធ្វើឲ្យមនុស្សជាច្រើនមិនមានអារម្មណ៍ល្អ ឬរឹតតែពិបាកទៅទៀតបើពិភាក្សាពីស្ត្រីវ័យក្មេងឬមិនទាន់រៀបការដែលសកម្មក្នុងផ្លូវភេទ។

យើងអាចមើលឃើញយ៉ាងងាយ ថាហេតុអ្វីសហគមន៍ពិបាកនឹងពិភាក្សាអំពីការរំលូតកូន។ ប៉ុន្តែដរាបណានៅតែមានស្ត្រីស្លាប់ដោយសារការរំលូតគ្មានសុវត្ថិភាព យើងចាំបាច់ស្វែងរកវិធីជជែកអំពីបញ្ហានេះ។

មុននឹងដឹកនាំការពិភាក្សាអំពីការរំលូតកូន ជាការសំខាន់គឺត្រូវឆ្លុះបញ្ចាំងលើឥរិយាបថរបស់អ្នក ហើយស្វែងរកការគាំទ្រ ប្រសិនបើមិនទុកចិត្តក្នុងបញ្ហានេះ។ សូមមើល "ការត្រៀមលក្ខណៈដឹកនាំការពិភាក្សាអំពីការរួមភេទ និងចំណូលចិត្តផ្លូវភេទ" (ទំព័រ 82) និងសកម្មភាពនានានៅក្នុងឧបសម្ព័ន្ធ ខ សម្រាប់គំនិតខ្លះៗអំពីរបៀបត្រៀមលក្ខណៈជជែកអំពីប្រធានបទដែលអ្នកមិនសូវទុកចិត្ត។

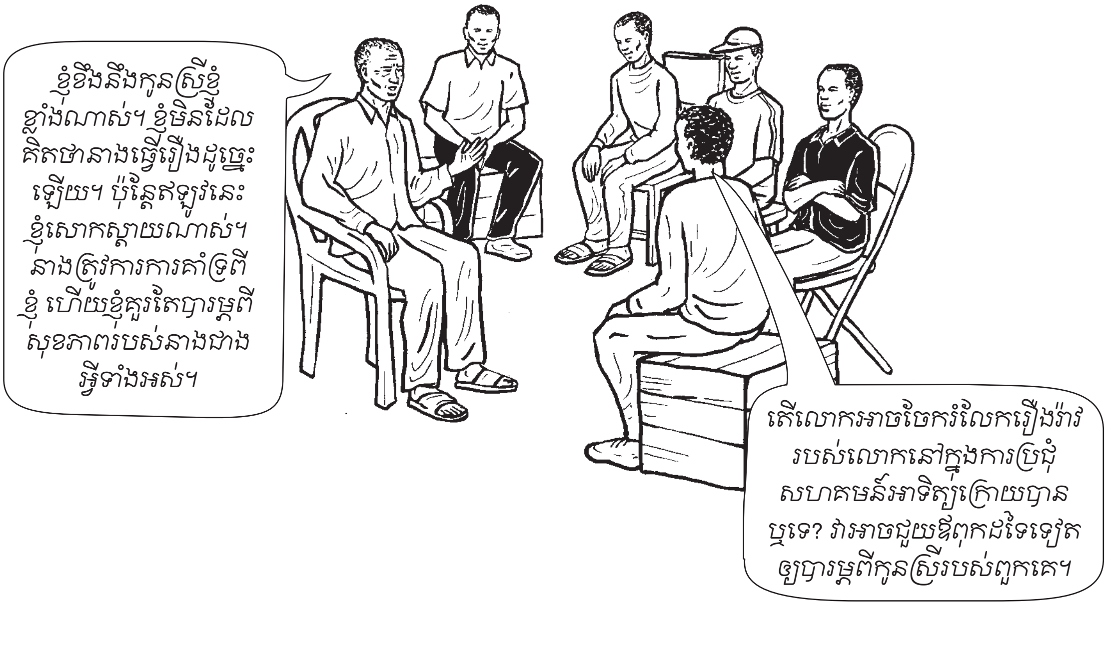
ចូរប្រើប្រាស់សាច់រឿងដូចនៅក្នុងទំព័រ 255 និងសកម្មភាពនៅក្នុងទំព័រ 254 ដល់ 261 ដើម្បីជួយឲ្យអ្នកចូលរួមពិភាក្សាថាហេតុអ្វីការរំលូតកូនមិនមែនជាសំណួរខុសឬត្រូវនោះទេ។

រួមបញ្ចូលបុរសទៅក្នុងការពិភាក្សាអំពីការរំលូតកូន

ខណៈដែលស្ត្រីគ្រប់វ័យគួរជជែកអំពីការរំលូតកូនជាមួយគ្នា ប្រការសំខាន់គួរតែរួមបញ្ចូលបុរសផងដែរ ដែលអាចតាមរយៈការប្រជុំក្នុងសហគមន៍ ឬតាមរយៈសកម្មភាពសម្រាប់តែពួកគេ។ បុរសក៏រងការប៉ះពាល់ពីការមានផ្ទៃពោះមិនចង់បានផងដែរ!

អ្នកអាចអនុវត្តសកម្មភាពភាគច្រើននៅក្នុងជំពូកនេះជាមួយក្រុមបុរស ដើម្បីជួយឲ្យពួកគេអាចនិយាយអំពីការរំលូតកូននិងសុខភាពរបស់ស្ត្រី។

ការសន្ទនាគ្រប់យ៉ាងអំពីការរំលូតកូន នឹងនាំឲ្យមានសំណួរពាក់ព័ន្ធនឹងយេនឌ័រ។ លើកទឹកចិត្តបុរសឲ្យស្តាប់សាច់រឿងរបស់ស្ត្រី ដើម្បីយល់ពីអារម្មណ៍របស់ពួកគេ។ ពួកគេក៏អាចរៀនបានរយៈការចែករំលែកសាច់រឿងជាមួយគ្នាអំពីអ្វីដែលបានកើតឡើង ឬអាចនឹងកើតឡើងចំពោះប្រពន្ធ ម្តាយ និងកូនស្រីរបស់ខ្លួន។ បុរសជាច្រើនគាំទ្រឲ្យមានសេវារំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាព ហើយពួកគេអាចជាដៃគូដ៏សំខាន់ក្នុងការចូលរួមកិច្ចសន្ទនាក្នុងសហគមន៍ ក៏ដូចជាផ្តល់ជំនួយជាក់ស្តែង ដូចជាការដឹកជញ្ជូនស្ត្រីដែលចាំបាច់ទទួលសេវារំលូតដោយសុវត្ថិភាពជាបន្ទាន់។



សាច់រឿងដែលអាចជួយឲ្យការពិភាក្សាចាប់ផ្ដើម

សាច់រឿងអាចជាមធ្យោបាយដ៏ល្អដើម្បីចាប់ផ្ដើមការពិភាក្សាអំពីផ្ទៃពោះមិនចង់បាន អំពីមូលហេតុដែលស្ត្រីជ្រើសរើសការបញ្ចប់ផ្ទៃពោះ និងអំពីគ្រោះថ្នាក់ដែលពួកគេប្រឈមនៅពេលដែលគ្មានសេវារំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាព។ ការនិទានរឿងអាចជួយឲ្យប្រជាជនស្រមៃពីស្ត្រីដែលពួកគេស្គាល់ ដូចជាបងឬប្អូនស្រី មិត្តភក្តិ ឬកូនស្រី ដែលប្រឈមនឹងស្ថានភាពដូចគ្នាក្នុងសាច់រឿង។ សាច់រឿងក៏អាចជួយឲ្យប្រជាជនមើលឃើញកាន់តែច្បាស់ថាការរំលូតកូនគឺជាបញ្ហាសុខភាពមួយរបស់ស្ត្រី។

សកម្មភាព — **ការស្រមៃពីស្ថានភាពរបស់គាត់**

1. និទានរឿងអំពីស្ត្រីដែលមានផ្ទៃពោះ ហើយមិនចង់បានទេ។ អ្នកអាចប្រើប្រាស់សាច់រឿងមួយនៅទំព័របន្ទាប់ ឬរៀបចំសាច់រឿងមួយដែលអាចនឹងកើតឡើងលើស្ត្រីក្នុងសហគមន៍របស់អ្នក។ ឲ្យអ្នកចូលរួមទាំងអស់បិទភ្នែក រួចស្រមៃថាពួកគាត់ជាស្ត្រីនៅក្នុងសាច់រឿង។

2. ដើម្បីជួយពួកគេឲ្យស្រមៃពីស្ថានភាពរបស់ស្ត្រី ចូរសួរសំណួរដូចនេះ ៖

   បើអ្នកជាស្ត្រីនៅក្នុងសាច់រឿង ៖

   - តើអ្នកនឹងមានអារម្មណ៍បែបណាប្រសិនបើដឹងថាខ្លួនមានផ្ទៃពោះ?
   - តើអ្នកនឹងប្រាប់នរណាទេ? តើជាអ្នកណា? តើនរណាដែលអ្នកនឹងមិនប្រាប់ជាដាច់ខាត? ហេតុអ្វីអ្នកប្រាប់ ឬហេតុអ្វីមិនប្រាប់?
   - តើអ្នកនឹងភ័យខ្លាចឬបារម្ភពីអ្វីខ្លះ?
   - តើអ្នកអាចនឹងធ្វើដូចម្ដេចចំពោះផ្ទៃពោះនេះ?

3. ផ្ដល់ពេលពីរបីនាទីដើម្បីឲ្យពួកគេចែករំលែកជាមួយគ្នាអំពីអារម្មណ៍របស់ខ្លួនក្នុងពេលធ្វើលំហាត់នេះ។ រំឭកក្រុមថាឲ្យផ្ដល់ឱកាសគ្នានិយាយម្ដងម្នាក់ដោយការគោរព។ គ្រប់គ្នាគួរតែស្ដាប់ឲ្យបានច្រើនជាងនិយាយ។

ជំហានសម្រាប់ការបង្កើតសាច់រឿងសម្រាប់ការពិភាក្សាអំពីផ្ទៃពោះមិនចង់បាន៖

- ព្យាយាមបង្កើតសាច់រឿងដែលទាមទារដំណោះស្រាយស្មុគស្មាញ។ បង្ហាញពីភាពលំបាកជាក់ស្ដែងនៃផ្ទៃពោះមិនចង់បាន។ បញ្ចូលក្ដីសង្ឃឹមនិងផែនការអនាគតសម្រាប់ស្ត្រី អ្នកដែលជួយគាំទ្រស្ត្រី និងអ្នកដែលដាក់សម្ពាធឲ្យស្ត្រីធ្វើការសម្រេចចិត្តបែបណាមួយ។
- កុំប្រើឈ្មោះមនុស្សពិត ឬឧទាហរណ៍ណាមួយដែលហាក់ដូចជារឿងរ៉ាវពិតរបស់នរណាម្នាក់នៅក្នុងសហគមន៍។ វាអាចនាំឲ្យមានការនិយាយដើមនិងយល់ច្រឡំដែលគួរឲ្យឈឺចាប់ដល់ស្ត្រីនោះ។
- មនុស្សជាច្រើនគិតថា មានតែស្ត្រីប្រភេទខ្លះប៉ុណ្ណោះដែលធ្វើការរំលូតកូន ឬមានផ្ទៃពោះមិនចង់បាន។ ដូច្នេះត្រូវនិទានរឿងអំពីស្ត្រីក្នុងវ័យផ្សេងៗ មានប្រវត្តិផ្សេងៗ និងមានវណ្ណៈសង្គមផ្សេងៗគ្នាដែរ។

សាច់រឿងគំរូចំនួន៤ អំពីផ្ទៃពោះមិនចង់បាន

ដូរីកាមានកូន ៤នាក់។ ក្រោយពេលប្ដីរបស់គាត់ទៅធ្វើការនៅប្រទេសជិតខាង គាត់ក៏ដឹងថាមានផ្ទៃពោះ។ ដោយសារតែប្ដីរបស់គាត់មិនអាចរកការងារធ្វើនៅក្នុងស្រុក គាត់មិនប្រាកដថាប្ដីនឹងត្រឡប់មកវិញដែរឬទេ ហើយគាត់មានអារម្មណ៍ថាគ្មានលទ្ធភាពចិញ្ចឹមកូនម្នាក់ទៀតបានទេ។ គាត់ស្គាល់ស្ត្រីម្នាក់ដែលផ្ដល់ការរំលូតកូនដោយប្រើថ្នាំរុក្ខជាតិ ប៉ុន្តែគាត់ខ្លាចមានគេដឹងពីរឿងនេះ។ ប៉ុន្មានឆ្នាំមុន មិត្តភក្តិម្នាក់របស់ដូរីកា ស្ទើរតែស្លាប់ដោយសារការធ្លាក់ឈាមក្រោយការរំលូតកូនគ្មានសុវត្ថិភាព។ នៅពេលគាត់ទៅមន្ទីរពេទ្យ ប៉ូលិសបានសួរចម្លើយគាត់ ហើយឥឡូវនេះមនុស្សគ្រប់គ្នាក្នុងសហគមន៍ និយាយពីនាង។

ម្ដាយរបស់អាមីណា ស្លាប់នៅពេលនាងមានអាយុ ៨ឆ្នាំ។ ឪពុករបស់នាងបញ្ជូននាងទៅរស់នៅភូមិជនបទមួយ ជាមួយមីងនិងពូរបស់នាង។ ពូរបស់នាងបានរំលោភនាងអស់រយៈពេល៥ឆ្នាំ ហើយគំរាមមិនឲ្យប្រាប់នរណាទាំងអស់។ អាមីណាមិនដែលបានទៅរៀនឡើយ។ នាងលក់ផ្កានៅផ្សារ ហើយត្រូវឲ្យប្រាក់ទាំងអស់ទៅពូរបស់នាង។ នៅអាយុ១៣ឆ្នាំ អាមីណាដឹងថានាងមានផ្ទៃពោះ។ នាងមិនចង់មានកូនរបស់ពូនាងឡើយ ប៉ុន្តែនាងភ័យខ្លាចមិនហ៊ានប្រាប់អ្នកណាពីការរំលោភឬមានផ្ទៃពោះ ព្រោះនាងគិតថាពូរបស់នាងនឹងបណ្ដេញចេញពីផ្ទះ។

សាន់សាឡា មានកូនតូច២នាក់។ ប្ដីរបស់គាត់បានចាកចេញពីគាត់២ខែមុន បន្ទាប់ពីធ្វើតេស្ដឃើញថានាងមានមេរោគអេដស៍វិជ្ជមាន។ ប្ដីបានចោទនាងថាមានសាហាយ ប៉ុន្តែមិនព្រមធ្វើតេស្ដខ្លួនឯងទេ។ សាន់សាឡាមិនទាន់ប្រាប់នរណាម្នាក់ថាមានមេរោគអេដស៍ទេ ព្រោះខ្លាចអ្នកភូមិធ្វើអាក្រក់ជាមួយអ្នកផ្ទុកមេរោគអេដស៍។ នាងទើបដឹងថាមានផ្ទៃពោះ ១០សប្ដាហ៍។ នាងដឹងថាគ្មានលទ្ធភាពចិញ្ចឹមកូនម្នាក់ទៀតទេ ហើយនាងមានអារម្មណ៍ឯកោនិងភ័យខ្លាច។

រ៉ានីយ៉ាមានអាយុ ១៦នៅពេលមានផ្ទៃពោះ។ ស្រោមអនាម័យដែលមិត្តប្រុសរបស់នាងប្រើពេលនោះ បានធ្លាយ។ ពួកគេស្រឡាញ់គ្នា ហើយគិតថានឹងរៀបការជាមួយគ្នា ប៉ុន្តែពួកគេទាំងពីរនាក់ចង់រៀនឲ្យចប់វិទ្យាល័យសិន។ ពួកគេមិនទាន់ត្រៀមខ្លួននឹងមានកូនឡើយ។ ឪពុកម្ដាយរបស់រ៉ានីយ៉ា ខឹងខ្លាំងណាស់នៅពេលដឹងដំបូង ប៉ុន្តែឥឡូវពួកគេបានអភ័យទោសឲ្យនាងហើយ ព្រមទាំងប្រាប់ថានឹងជួយនាងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ។ ពួកគេធ្វើការទាំងពីរនាក់ ហើយនឹងមិនអាចជួយមើលចៅបានទេ។

មូលហេតុ និងផលលំបាកនៃផ្ទៃពោះមិនចង់បាន

មុននឹងក្រុមចាប់ផ្តើមពិភាក្សាពីសកម្មភាពដើម្បីបង្ការការរំលូតកូនគ្មានសុវត្ថិភាព គួរត្រិះរិះឲ្យកាន់តែស៊ីជម្រៅអំពីមូលហេតុនៃផ្ទៃពោះមិនចង់បាន ជម្រើសនានាដែលស្ត្រីមានផ្ទៃពោះមាន និងថាតើជម្រើសនីមួយៗមានន័យដូចម្តេចសម្រាប់ស្ត្រី។ សកម្មភាពជាច្រើននៅក្នុងសៀវភៅនេះ អាចមានប្រយោជន៍ក្នុងការត្រិះរិះនេះ។ នេះជាឧទាហរណ៍មួយនៃការកែសម្រួលសកម្មភាព "ដើមឈើនៃបញ្ហា" ដើម្បីដឹកនាំការពិភាក្សាលើបញ្ហាទាំងនេះ។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីដើមឈើនៃបញ្ហា សូមមើលទំព័រ 202។

សកម្មភាព ដើមឈើនៃបញ្ហាដើម្បីពិភាក្សាពីផ្ទៃពោះមិនចង់បាន

ត្រៀមរៀបចំសាច់រឿងអំពីស្ត្រីដែលមានផ្ទៃពោះដោយមិនចង់បាន ដូចនៅក្នុងទំព័រមុន។ រៀបចំ "ដើមឈើនៃបញ្ហា" រួចសរសេរ "ផ្ទៃពោះមិនចង់បាន" នៅលើគល់ និង "ការរំលូតកូនគ្មានសុវត្ថិភាព" "ការរំលូតកូនមានសុវត្ថិភាព" និង "មិនរំលូត" នៅលើមែក។

1. ណែនាំសកម្មភាព រួចនិទានរឿងដែលអ្នកបានរៀបចំ។

2. បន្ទាប់មកសួរក្រុមថា "ហេតុអ្វីបានជាស្ត្រី មានផ្ទៃពោះដោយមិនចង់បាន?"

   នៅពេលពួកគេនិយាយពីមូលហេតុផ្សេងៗ ចូរសរសេរវាលើក្រដាសមួយសន្លឹក រួចបិតវានៅជាប់នឹងឫស។ ជួយឲ្យក្រុមគិតពីគំនិតទាំងឡាយដែលពាក់ព័ន្ធនឹងមូលហេតុឫសគល់ផ្សេងៗ។ (បើចាំបាច់ គួរនិទានរឿងច្រើន)។ ចូរចងចាំះបិតក្រដាស "មូលហេតុ" ដែលស្រដៀងគ្នា នៅលើឫសតែមួយដើម្បីឲ្យងាយមើលឃើញពីមូលហេតុផ្សេងៗនៃការមានផ្ទៃពោះដែលមិនចង់បាន។

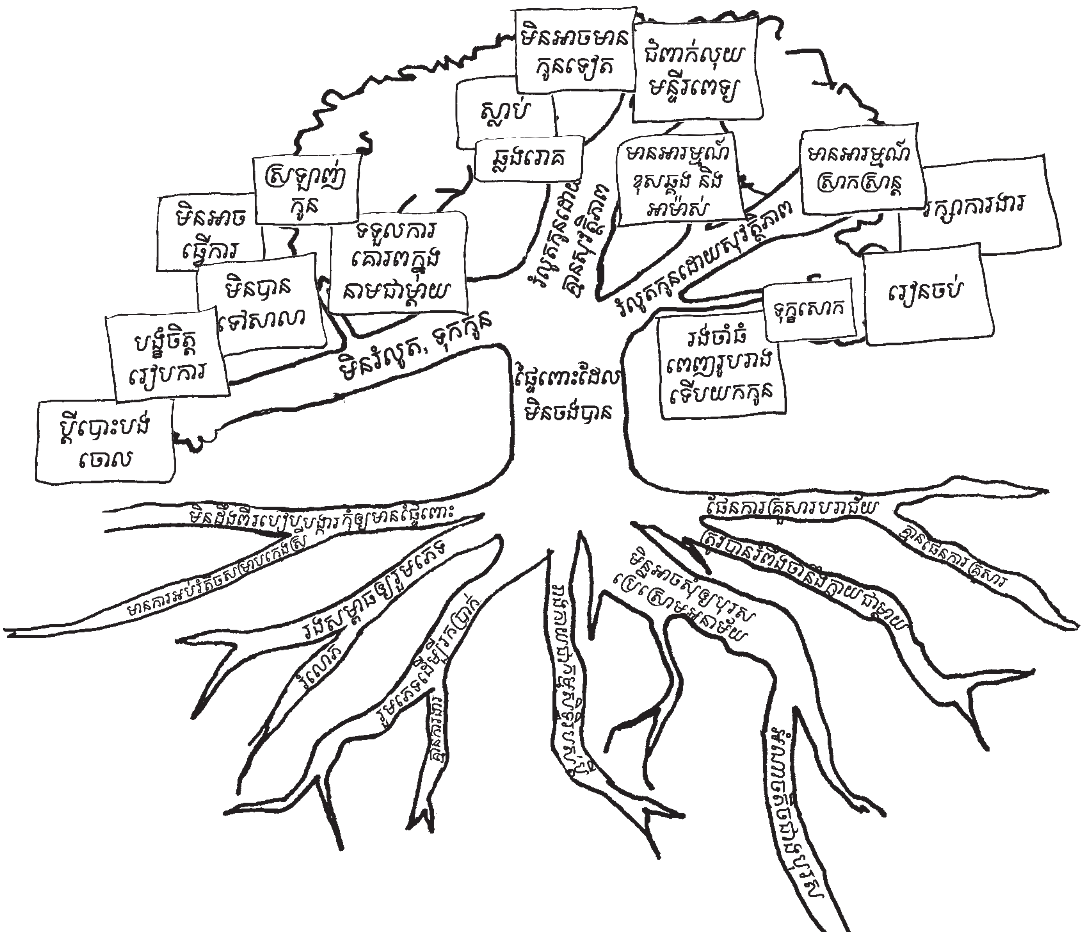
3. បញ្ជាក់ថាស្ត្រីនៅក្នុងរឿង មាន៣ជម្រើសដែលស្ថិតនៅលើមែកឈើះ រំលូតកូនដោយគ្មានសុវត្ថិភាព, រំលូតដោយសុវត្ថិភាព, ឬមិនរំលូត។

4. ប្រាប់ក្រុមឲ្យពិភាក្សាពីអ្វីដែលអាចកើតឡើងលើស្ត្រី ចំពោះជម្រើសនីមួយ។ សំណួរមួយចំនួនដែលអាចសួរះ
   - តើអ្នកគិតថាជីវិតស្ត្រីនឹងផ្លាស់ប្តូរដូចម្តេចខ្លះ ប្រសិនបើគាត់មិនរំលូតកូន ហើយកើតទារកមក?
   - តើអាចនឹងមានអ្វីកើតឡើងចំពោះស្ត្រី ប្រសិនបើគាត់ធ្វើការរំលូតកូនដោយគ្មានសុវត្ថិភាព?
   - តើអាចនឹងមានអ្វីកើតឡើងចំពោះស្ត្រី ប្រសិនបើគាត់ធ្វើការរំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាព?

   សរសេរចម្លើយនៅលើក្រដាស រួចបិត "ស្លឹកឈើ" ទាំងនេះនៅលើមែកនៃជម្រើស។

   អ្នកចូលរួមអាចនឹងរៀបរាប់ពីចំណុចល្អនិងអាក្រក់ដែលអាចកើតឡើងពីជម្រើសនីមួយ។ ប្រសិនបើមាន ពណ៌ផ្សេងគ្នា អ្នកអាចធ្វើជាស្លឹកឈើ២ប្រភេទ គឺមួយពណ៌សម្រាប់ចំណុចល្អ ហើយមួយពណ៌ទៀតសម្រាប់ចំណុចអាក្រក់។

សកម្មភាព ដើមឈើនៃបញ្ហាដើម្បីពិភាក្សាពីផ្ទៃពោះមិនចង់បាន (ត)



❺ ដើម្បីបញ្ចប់ ចូរប្រាប់ក្រុមឲ្យគិតអំពីវិធីដែលអាចធ្វើការផ្លាស់ប្តូរបាន។ ឧទាហរណ៍ អ្នកអាចសួរថា "តើយើងអាចធ្វើអ្វីខ្លះដើម្បីឲ្យដើមឈើមានស្លឹកកាន់តែល្អ កាន់តែវិជ្ជមាន នៅលើមែកទាំងអស់?" ឬសួរក្រុមថាតើគួរដោះស្រាយបញ្ហាឫសគល់នៃផ្ទៃពោះមិនចង់បានតាមរបៀបណាខ្លះ?

ចូរចាំថា ផ្ទៃពោះមិនចង់បាន មិនមែនតែងតែជាបញ្ហាគ្រប់ពេលនោះទេ។ ស្ត្រីជាច្រើនបានទទួលយកវា ហើយមិនដែលគិតអំពីការរំលូតកូនឡើយ។ ស្ត្រីជាច្រើនដែលមិនទាន់ចង់មានផ្ទៃពោះ ក៏មិនចង់ធ្វើការរំលូតកូនដែរ ទោះបីការមានកូនធ្វើឲ្យផែនការជីវិតរបស់ពួកគេប្រែប្រួលយ៉ាងណាក៏ដោយ។

ការរំញែកឲ្យដាច់ពីគ្នារវាងការណ៍ពិត និង ព័ត៌មានយល់ច្រឡំ

ព័ត៌មានមិនសុក្រិតអំពីការរំលូតកូន ត្រូវបានប្រទះឃើញជាញឹកញាប់នៅតាមស្លាកសញ្ញា ខិត្តប័ណ្ណ និងលើគេហទំព័រ។ ជួនកាលមនុស្សទាំងនោះប្រឆាំងនឹងការរំលូតយ៉ាងខ្លាំងក្លា រហូតហ៊ាននិយាយកុហក ឬបំភ្លៃការពិត ដោយសង្ឃឹមថាស្ត្រីនឹងមិនធ្វើការរំលូតកូនទេ។ ការកុហកអំពីការរំលូតកូនក៏ធ្វើឲ្យការគាំទ្រពីសហគមន៍ លើសិទ្ធិស្របច្បាប់នៃការរំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាព ចុះខ្សោយផងដែរ។ អ្នកដែលប្រឆាំងនឹងការរំលូតកូន អាចនឹងមិនដឹងថាខ្លួនកំពុងនិយាយពីរឿងមិនពិតទៀតផង។ ពួកគេគ្រាន់តែថាតាមអ្វីមិនពិត ដែលខ្លួនបានឮតៗគ្នាតែប៉ុណ្ណោះ។

មនុស្សជាច្រើនគិតថា សាសនាទាំងអស់ប្រឆាំងនឹងការរំលូតកូន ព្រោះអ្នកដឹកនាំសាសនាខ្លះបង្រៀនថាការរំលូតកូនគឺជាទង្វើខុសឆ្គង។ ប៉ុន្តែវាមិនពិតទេ។ អ្នកកាន់សាសនាផ្សេងៗជាច្រើន ជឿថាស្ត្រីមានសិទ្ធិទទួលបានការរំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាព។

ខ្ញុំស្ថិតនៅក្នុងអង្គការសាសនាមួយដែលមានឈ្មោះថា កាតូលិកដើម្បីជម្រើស។ វិហារកាតូលិកបង្រៀនថា ការរំលូតកូនគឺជាទង្វើខុសឆ្គង។ ប៉ុន្តែក៏បង្រៀនផងដែរថា មនសិការរបស់មនុស្សម្នាក់ ជាអ្នកសម្រេចថាតើទង្វើមួយជាកម្មឬទេ។ យើងជឿថា ប្រសិនបើស្ត្រីពិនិត្យលើមនសិការរបស់គាត់យ៉ាងល្អិតល្អន់ រួចសម្រេចចិត្តថាមានតែការរំលូតប៉ុន្តែដែលជាជម្រើសល្អបំផុតក្នុងស្ថានភាពរបស់គាត់ នោះគាត់មិនបានធ្វើអំពើបាបនោះទេ។

សកម្មភាព ទស្សនៈជាច្រើន!

សកម្មភាពនេះអាចជួយឲ្យក្រុមរិះរកគំនិតផ្សេងៗជាច្រើនអំពីប្រធានបទលំបាក និងពិនិត្យមើលយ៉ាងល្អិតល្អន់ពីរបៀបផ្សេងៗក្នុងការបង្ហាញព័ត៌មាន។

ដើម្បីរៀបចំ៖ ប្រមូលព័ត៌មានពីកាសែត ខិត្តប័ណ្ណ និងសម្រង់សម្ដីពីមនុស្សដែលជឿថាការរំលូតកូនជាទង្វើខុសឆ្គង ឬពីអ្នកដែលគិតថាស្ត្រីគួរអាចសម្រេចចិត្តដោយខ្លួនឯង។

1. អានខ្លាំងៗនូវសម្ភារៈទាំងឡាយដែលប្រមូលបាន។

2. ចំពោះព័ត៌មាននីមួយៗ ចូរសួរក្រុមឲ្យចែករំលែកពីអារម្មណ៍ និងការយល់ឃើញរបស់ខ្លួន។ ឧទាហរណ៍ តើព័ត៌មាននេះព្យាយាមធ្វើឲ្យមនុស្សព្រួយបារម្ភ ភ័យខ្លួន ឬអាម៉ាស់ដែរឬទេ? តើអត្ថបទនោះប្រើប្រាស់ពាក្យពេជន៍ ឬរូបភាពដែលវាយប្រហារអារម្មណ៍របស់អ្នកអានដែរឬទេ?

3. ប្រៀបធៀបទស្សនៈទាំងឡាយដែលបានលើកឡើង ហើយពិនិត្យមើលលើប្រភពនៃព័ត៌មានដែលប្រើក្នុងការដេញដោលនេះ។

4. ដើម្បីបញ្ចប់ អ្នកអាចសុំឲ្យក្រុមធ្វើការប្រៀបធៀបពីទស្សនៈផ្សេងៗគ្នាចំពោះការរំលូតកូន។ សួរថា៖ តើទស្សនៈទាំងនេះមានឫជាញឹកញាប់ឬទេ? តើទស្សនៈខ្លះឮញឹកញាប់ជាងទស្សនៈខ្លះទៀតដែរទេ? តើព័ត៌មានដែលមាន មានឥទ្ធិពលដូចម្ដេចខ្លះទៅលើទស្សនៈក្នុងចំណោមមិត្តភក្តិ គ្រួសារ និងសហគមន៍របស់យើង? តើប្រភពព័ត៌មានណាខ្លះដែលហាក់ដូចជាគួរឲ្យទុកចិត្តបំផុត?

វាជាសិទ្ធិរបស់អ្នកក្នុងការសម្រេចថា តើអ្នកត្រូវការការរំលូតកូនឬអត់។

ល្បែងកំសាន្តដើម្បីពិភាក្សាពីការណ៍ពិតនិងជំនឿមិនពិតអំពីការរំលូតកូន

នៅពេលដែលមនុស្សមានជំនឿមិនពិត លើចំណុចខ្លះនៃការរំលូតកូន នោះវាធ្វើឲ្យការពិភាក្សាពីការរំលូតកូន កាន់តែពិបាក។ ហើយការសម្រេចចិត្តផ្នែកសុខភាព ដោយផ្អែកលើព័ត៌មានមិនពិត គឺជាបញ្ហាគ្រោះថ្នាក់។ ល្បែងកំសាន្តអាចជួយឲ្យពួកគេរៀនសូត្រពីភាពខុសគ្នានៃការណ៍ពិតនិងជំនឿមិនពិតពាក់ព័ន្ធនឹងការរំលូតកូន។

នេះជាឧទាហរណ៍មួយពីរបៀបកែសម្រួលសកម្មភាពល្បែងក្តារបន្ទះ ដើម្បីជួយឲ្យក្រុមតូចមួយរៀនសូត្រនិងពិភាក្សាពីការណ៍ពិតពាក់ព័ន្ធនឹងការរំលូតកូន។ នេះជាភាពចម្រុះនៃល្បែងកំសាន្តនានាដែលបានរៀបរាប់នៅទំព័រ 124 ដល់ 125, និងទំព័រ 197 ដល់ 199។

សកម្មភាព — ល្បែងក្តារបន្ទះអំពីការរំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាព

ដើម្បីរៀបចំ៖ បង្កើត "សំណួរការណ៍ពិត" សម្រាប់ល្បែងកំសាន្ត។ បញ្ចូលការយល់ច្រឡំអំពីការរំលូតកូន ដែលកើតឡើងញឹកញាប់នៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នក ហើយបញ្ចូលការណ៍ពិតផងដែរ!

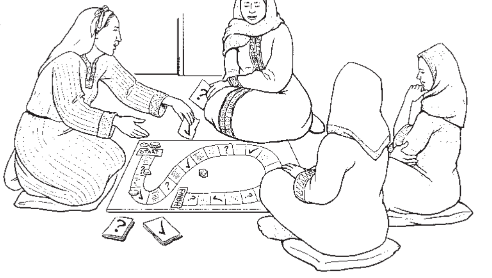
សម្រាប់ការណ៍ពិតបន្ថែមទៀតពាក់ព័ន្ធនឹងការរំលូតកូន សូមមើលសៀវភៅ *ទីណាស្ត្រីគ្មានវេជ្ជបណ្ឌិត*។ ព្យាយាមស្វែងរកចម្លើយចំពោះ៖

- នៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នក តើពេលណាទើបស្ត្រីអាចទទួលការរំលូតកូនយ៉ាងស្របច្បាប់?
- តើនរណាខ្លះអាចសម្រេចថាតើស្ត្រីអាចទទួលការរំលូតកូនស្របច្បាប់ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព?
- តើច្បាប់ស្តីពីការរំលូតកូន ដូចគ្នាសម្រាប់ស្ត្រីរៀបការ មិនទាន់រៀបការ និងក្មេងស្រីជំទង់ដែរឬទេ?
- តើទីណាដែលស្ត្រីអាចទទួលការរំលូតដោយសុវត្ថិភាព ឬព័ត៌មានត្រឹមត្រូវអំពីការរំលូតកូន?
- តើទីណាដែលស្ត្រីអាចទទួលការថែទាំបន្ទាន់ ប្រសិនបើមានបញ្ហាណាមួយកើតឡើងក្រោយពេលរំលូត?

បង្កើត "សំណួរពិភាក្សា។ អ្នកអាចប្រើប្រាស់សាច់រឿងនៅទំព័រ 255 រួចសួរក្រុមថាតើស្ត្រីម្នាក់ៗគួរធ្វើអ្វី, ហេតុអ្វី? នេះជាឧទាហរណ៍ខ្លះៗអំពីសំណួរដែលអ្នកអាចប្រើ៖

- នៅពេលព្យាយាមសម្រេចចិត្តថាគួរបន្តទុកផ្ទៃពោះដែលមិនចង់បានទៀតឬអត់ តើស្ត្រីគិតពីចំណុចអ្វីខ្លះ?
- តើបុរសអាចមានឥទ្ធិពលដូចម្តេចលើការសម្រេចចិត្តរបស់ស្ត្រីអំពីការរំលូតកូន? តើវាមានភាពខុសគ្នាដូចម្តេច បើសម្ព័ន្ធមេត្រីភាពរបស់ពួកគេមានភាពស្មើគ្នា ឬបើបុរសមានអំណាចច្រើនជាង?
- តើអ្វីដែលធ្វើឲ្យក្មេងស្រីជំទង់ពិបាកនឹងទទួលបានការរំលូតកូន?

បន្ទាប់ពីល្បែងកំសាន្ត ៖ តើសំណួរណាខ្លះដែលពិបាកឆ្លើយ។ តើវាដោយសារការណ៍ពិតនោះ មិនច្បាស់ ឬដោយសារក្រុមមានទស្សនៈខុសៗគ្នា? កត់សម្គាល់ប្រធានបទនិងការបារម្ភនានាដែលអាចពិភាក្សានៅក្នុងការប្រជុំថ្ងៃមុខ។



ជួនកាល ការដែលគ្រាន់តែសុំឲ្យពួកគេបញ្ចេញយោបល់ ក៏ពិបាកណាស់ទៅហើយ, សូម្បីតែសួរសំណួរពាក់ព័ន្ធនឹងប្រធានបទរំលូតកូនដ៏ចម្រូងចម្រះនេះ ក៏ពិបាកផងដែរ! វាក៏អាចជាការពិបាកផងដែរ ចំពោះអ្នកចូលរួមខ្លះដែលគ្រាន់តែអង្គុយស្តាប់ពីទស្សនៈផ្សេងៗរបស់ក្រុម។ ដូច្នេះវាត្រូវការរចនាសម្ព័ន្ធនិងការជួយគាំទ្រពីអ្នកសម្របសម្រួល។

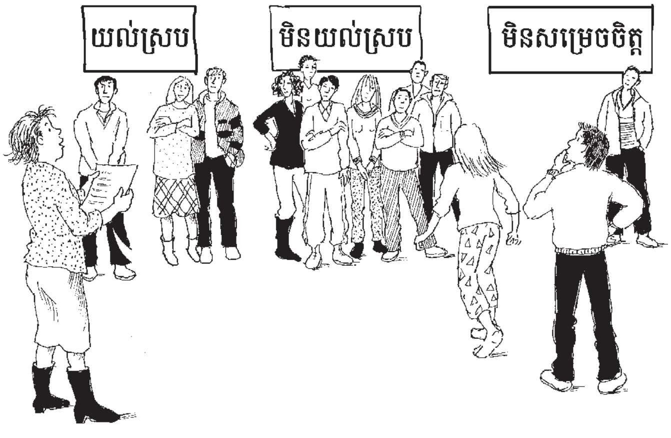
សកម្មភាពបន្ទាប់នេះ ជួយក្រុមឲ្យចាប់ផ្តើមបញ្ចេញយោបល់ គំនិត និងសំណួររបស់ខ្លួន។ បន្ទាប់មកវាអាចបង្កើតឱកាសឲ្យអ្នកដើម្បីចែករំលែកព័ត៌មាន និងដើម្បីបំភ្លឺលើទស្សនៈទាំងឡាយដែលផ្អែកលើព័ត៌មានខុស។

សកម្មភាព — ការប្រកាន់យកជំហរមួយ

ដើម្បីរៀបចំ៖ សរសេរនូវមតិញឹកញាប់នានាដែលឆ្លុះបញ្ចាំងពីគំនិត ជំនឿមិនពិត និងឥរិយាបថដែលគាំទ្រ និងប្រឆាំងនឹងការរំលូតកូន។ ចំនួននៃមតិប្រឆាំងនិងស្រប គួរមានស្មើគ្នា។ សរសេរលើផ្ទាំងក្រដាសធំ ៣សន្លឹក៖ យល់ស្រប, មិនយល់ស្រប, និងមិនសម្រេចចិត្ត។ អ្នកក៏អាចគូររូបមុខញញឹម ជ្រួញចិញ្ចើម ឬមិនច្បាស់ នៅលើក្រដាសផងដែរសម្រាប់អ្នកដែលមិនចេះអក្សរ។ ដាក់ក្រដាសធំ ៣ផ្ទាំងនេះនៅកន្លែងផ្សេងៗគ្នាក្នុងបន្ទប់។

1. ពន្យល់ក្រុមថា បន្ទាប់ពីអ្នកអានមតិនីមួយៗរួចហើយ ពួកគេត្រូវដើរទៅកាន់ផ្ទាំងក្រដាសណាមួយដែលត្រូវនឹងគំនិតរបស់ខ្លួន។ អានមតិទីមួយ រួចប្រាប់ឲ្យពួកគេឈរក្បែរផ្ទាំងក្រដាសដែលឆ្លុះបញ្ចាំងគំនិតយោបល់របស់ពួកគេ។

2. បន្ទាប់ពីក្រុមឡើងឈរក្បែរផ្ទាំងក្រដាសនីមួយៗរួចហើយ ចូរឲ្យពួកគេចែករំលែកគំនិតរបស់ខ្លួន និងជួយឲ្យពួកគេពិភាក្សាពីគំនិតខុសគ្នាទាំង។ ប្រាប់ពួកគេថា អាចប្តូរទៅផ្ទាំងក្រដាសផ្សេងបាន ប្រសិនបើប្តូរគំនិតនៅពេលស្តាប់អ្នកដទៃរួច។



3. បន្តអនុវត្តសកម្មភាពនេះរហូតទាល់តែបញ្ចប់មតិទាំងអស់។

4. ដើម្បីបញ្ចប់ ចូរសួរក្រុមថាតើមានសំណួរអ្វីដែលចង់បានព័ត៌មានបន្ថែមទៀតដែរឬទេ ឬថាតើពួកគេបានរៀនពីអ្វីខ្លះតាមរយៈការស្តាប់មតិរបស់អ្នកដទៃ។ (អ្នកអាចអញ្ជើញបុគ្គលិកសុខាភិបាលដែលមានចំណេះដឹងផ្នែករំលូតកូន ឲ្យចូលរួម ដើម្បីជួយឆ្លើយសំណួរនៅពេលបញ្ចប់សកម្មភាពនេះ)។

ការប្រឆាំងនឹងរបៀបដែលមនុស្សវិនិច្ឆ័យលើការរំលូតកូន

មានការនិយាយមិនពិតនិងនិយាយអាក្រក់ជាច្រើន អំពីស្ត្រីដែលបានរំលូតកូន។ នៅពេលគ្មាននរណាដេញដោលទៅនឹងមតិយោបល់ទាំងនោះទេ វាធ្វើឲ្យប្រជាជនកាន់តែបន្ទោសទៅលើស្ត្រី ជាជាងមើលឃើញថាស្ត្រីជាមនុស្សដែលកំពុងស្ថិតក្នុងស្ថានភាពលំបាកទៅវិញ។ សកម្មភាពបន្ទាប់នេះអាចជួយឲ្យក្រុមគិតអំពីវិធីឆ្លើយតបចំពោះមតិអយុត្តិធម៌ចំពោះស្ត្រីដែលបានរំលូតកូន និងដើម្បីផ្លាស់ប្តូរឥរិយាបថនិងការស្អប់ខ្ពើមរបស់សហគមន៍។

សកម្មភាព — **និយាយថាទេ ចំពោះការស្តីបន្ទោស និងធ្វើឱ្យអាម៉ាស់**

ដើម្បីរៀបចំ៖ មុននឹងអនុវត្តសកម្មភាព ចូររៀបចំមតិគ្រោះថ្នាក់មួយចំនួនដែលឮជាញឹកញាប់នៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នក។ មតិញឹកញាប់មួយចំនួនដែលស្តីបន្ទោសឬធ្វើឲ្យស្ត្រីអាម៉ាស់ មានដូចជា ៖

មានតែស្ត្រីដែលគ្មានសីលធម៌ប៉ុណ្ណោះដែលរំលូតកូន។

ស្ត្រីដែលមានផ្ទៃពោះមុនរៀបការ គួរតែរស់នៅជាមួយនឹងផលវិបាកទាំងនោះទៅ។

ការរំលូតកូនជាឃាតកម្ម។

1. ពន្យល់សកម្មភាពឲ្យក្រុមយល់ថា មូលហេតុតែមួយគត់ដែលអ្នកលើកឡើងនូវមតិដែលស្តីបន្ទោសនិងធ្វើឲ្យស្ត្រីឈឺចាប់ព្រោះតែការរំលូតកូននេះ គឺដើម្បីរៀនពីរបៀបឆ្លើយតបចំពោះមតិទាំងនោះតាមរយៈការបង្ហាញពីភាពយោគយល់ បើកចិត្តទូលាយ និងសណ្តោសប្រណីតែប៉ុណ្ណោះ។

2. ជ្រើសរើសមតិណាមួយដែលអ្នកបានរៀបចំ រួចសុំឲ្យក្រុមពិភាក្សាពីមតិនោះ។ សួរថា៖
   - តើនរណាអាចនឹងនិយាយពាក្យទាំងនេះ?
   - តើមតិនេះធ្វើឲ្យស្ត្រីមានភាពអាម៉ាស់ ភ័យខ្លាច ឬសោកសង្រេងដូចម្តេចខ្លះ?

3. សួរសំណួរដូចខាងក្រោមនេះ ដើម្បីឲ្យក្រុមគិតពីអ្វីដែលពួកគេអាចនិយាយដោយភាពអាណិតអាសូរ យកចិត្តទុកដាក់ ឬបើកចិត្តទូលាយ៖
   - តើការពិចារណាពីមូលហេតុដែលរុញច្រានឲ្យស្ត្រីស្ថិតក្នុងស្ថានភាពនេះ បានជួយអ្វីខ្លះដល់អ្នក?
   - តើយើងអាចជួយឲ្យអ្នកដទៃទៀតមើលឃើញពីស្ថានភាពរបស់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ តាមរបៀបណា?

សកម្មភាព និយាយថាទេ ចំពោះការស្តីបន្ទោស និងធ្វើឱ្យអាម៉ាស់ (ត)

4 បន្ទាប់មក សុំឲ្យក្រុមពិចារណាពីវិធីនិយាយជាមួយអ្នកដទៃនៅក្នុងសហគមន៍ ដើម្បីឲ្យពួកគេផ្តល់ការគោរពនិងអាណិតអាសូរចំពោះស្ត្រីដែលបានរំលូតកូន។ តើពួកគេអាចធ្វើអ្វីខ្លះដើម្បីលើកកម្ពស់ភាពយោគយល់និងសណ្តោសប្រណីនៅពេលដែលប្រជាជនគិតនិងនិយាយអំពីការរំលូតកូន?

សម្រាប់ស្ត្រីខ្លះ វាមានន័យថាពួកគេគួរចែករំលែករឿងរ៉ាវផ្ទាល់ខ្លួនដោយបើកចំហរ ដើម្បីឲ្យស្ត្រីដទៃទៀតបានដឹង។ ក្រុមការងារខ្លះបានផលិតជាកម្មវិធីវិទ្យុឬទូរទស្សន៍ ដែលនិទានប្រាប់ពីរឿងរ៉ាវពិតរបស់ស្ត្រីដែលបានជ្រើសរើសការរំលូតកូន។ (សូមមើលសាច់រឿងរបស់វេជ្ជបណ្ឌិត អារុណ នៅទំព័រ 270)។

សម្រាប់អ្នកខ្លះទៀត អាចនឹងឈានទៅរកសកម្មភាពនយោបាយ ដូចជាចូលរួមដង្ហែរក្បួន ឬស្វែងរកការគាំទ្រពីរដ្ឋាភិបាល។ អ្នកខ្លះទៀត ប្រើប្រាស់សិល្បៈដូចជា គូររូប ឬតែងកំណាព្យអំពីសិទ្ធិស្ត្រីក្នុងការទទួលបានការរំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាព។ វាក៏អាចមានន័យផងដែរថា អ្នកគួរតែបញ្ចេញយោបល់នៅពេលដែលឮមតិអាក្រក់ឬមតិបង្កភាពឈឺចាប់ដល់ស្ត្រីដែលស្ថិតក្នុងស្ថានភាពទាំងនេះ។

ការសង្គ្រោះជីវិត តាមរយៈការថែទាំក្រោយរំលូត

ការរំលូតដែលធ្វើឡើងដោយអ្នកមានជំនាញ កម្រនឹងបង្កគ្រោះថ្នាក់ណាស់ (មើលទំព័រ 250 សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីការធ្វើឲ្យមានសុវត្ថិភាពដល់ការរំលូតកូន)។ ប៉ុន្តែការរំលូតជាច្រើន គឺគ្មានសុវត្ថិភាពទេ ហើយបណ្តាលឲ្យមានរបួស ឆ្លងរោគ និងធ្លាក់ឈាមដ៏គ្រោះថ្នាក់។ ការថែទាំក្រោយរំលូត គឺជាការថែទាំបន្ទាន់សម្រាប់បញ្ហាទាំងនេះ។

ស្ត្រីត្រូវការការថែទាំបន្ទាន់ ដោយមិនពន្យារពេលឡើយ

មូលហេតុមួយដែលធ្វើឲ្យស្ត្រីស្លាប់បន្ទាប់ពីរំលូតកូនដោយគ្មានសុវត្ថិភាព គឺដោយសារគាត់ឬក្រុមគ្រួសាររង់ចាំយូរពេកមុននឹងស្វែងរកជំនួយ។ មានចំណុចជាច្រើនដែលសហគមន៍អាចធ្វើបានដើម្បីជួយលើកទឹកចិត្តឲ្យប្រជាជនស្វែងរកការថែទាំបន្ទាន់ដោយមិនពន្យារពេល។

ដើម្បីស្វែងយល់ពីមូលហេតុទាំងឡាយថាហេតុអ្វីប្រជាជននៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នក ទទួលបានជំនួយយឺតយ៉ាវបន្ទាប់ពីរំលូតកូនគ្មានសុវត្ថិភាព ចូរព្យាយាមកែសម្រួលការពិភាក្សាអំពីការពន្យារពេល ៤យ៉ាង នៅទំព័រ 227។

សកម្មភាពនិទានរឿងបន្ទាប់នេះ អាចជួយឲ្យក្រុមស្វែងយល់ពីសារសំខាន់នៃការស្វះស្វែងរកការថែទាំឲ្យស្ត្រីយ៉ាងឆាប់រហ័ស ប្រសិនបើគាត់មានសញ្ញាគ្រោះថ្នាក់ណាមួយបន្ទាប់ពីការរំលូតគ្មានសុវត្ថិភាព។ មធ្យោបាយដ៏ល្អមួយទៀត គឺឲ្យក្រុមរៀនសូត្របន្ថែមពីសញ្ញាគ្រោះថ្នាក់ក្រោយពេលរំលូតកូន និងពីរបៀបស្វែងរកជំនួយ។ សកម្មភាពនេះហៅថា "ល្ខោនសម្តែងសារឡើងវិញ" ពីព្រោះសាច់រឿងត្រូវបានសម្តែង២លើក ដើម្បីសួរទស្សនិកជនពីរបៀបជួយសង្គ្រោះស្ត្រី។ សូមមើលសកម្មភាព "ការបញ្ចប់ដោយភាពរីករាយ" ផងដែរដើម្បីពិចារណាពីការផ្លាស់ប្តូរ (ទំព័រ 153)។

សកម្មភាព ល្ខោនសម្តែងសារឡើងវិញ៖ ការសង្គ្រោះជីវិតបន្ទាប់ពីការរំលូតកូន

ដើម្បីរៀបចំ៖ បង្កើតស្ថានភាពតានតឹងមួយសម្រាប់សញ្ញាគ្រោះថ្នាក់នីមួយៗ៖ ធ្លាក់ឈាម សញ្ញានៃការឆ្លងរោគ ស្លុក និងរបួស។ បង្កើតស្ថានភាពដែលមានភាពជាក់ស្តែងសម្រាប់សហគមន៍របស់អ្នក ប៉ុន្តែកុំប្រើឈ្មោះពិត ឬសាច់រឿងដែលហាក់ដូចជាបង្ហាញមនុស្សពិតណាម្នាក់នៅក្នុងសហគមន៍។

1. ណែនាំសកម្មភាព រួចរំឭកឡើងវិញជាមួយក្រុម អំពីសញ្ញាគ្រោះថ្នាក់ក្រោយពេលរំលូត និងថាត្រូវធ្វើដូចម្តេច (មើលទំព័របន្ទាប់ពីព័ត៌មាននេះ)។
2. បង្កើតក្រុមតូចៗដែលមានគ្នា ៣ ឬ៤នាក់ ហើយផ្តល់ឲ្យក្រុមនីមួយៗនូវស្ថានភាពមួយ។ ពន្យល់ថាពួកគេនឹងសម្តែងពីសាច់រឿងនោះ ២លើក។ លើកទីមួយ ស្ត្រីមិនទទួលបានជំនួយ ហើយស្លាប់។ លើកទីពីរ ទស្សនិកជននឹងចូលធ្វើអន្តរាគមន៍ដើម្បីសង្គ្រោះស្ត្រី។ រំឭកគ្រប់គ្នាឲ្យបង្ហាញភាពអាណិតអាសូរដល់ស្ត្រីនៅក្នុងសាច់រឿង និងកុំស្តីបន្ទោស ឬប្រើសម្តីអសុរោះ។
3. បន្ទាប់ពីសម្តែងពីស្ថានភាពនីមួយៗរួច តួសម្តែងឈប់ រួចសួរទស្សនិកជនថា "តើយើងគួរបានធ្វើអ្វីដើម្បីសង្គ្រោះជីវិតស្ត្រី?"
4. សម្តែងសាច់រឿងលើកទីពីរ ប៉ុន្តែធ្វើតាមការណែនាំរបស់ក្រុមដើម្បីសង្គ្រោះជីវិតស្ត្រី។ ទស្សនិកជនដែលមានយោបល់ច្រើន អាចធ្វើជាតួសម្តែងដែលជួយសង្គ្រោះស្ត្រី។
5. ដើម្បីបញ្ចប់ សួរក្រុមថាតើពួកគេបានរៀនអ្វីខ្លះពីរបៀបជួយស្ត្រីដែលមានបញ្ហាក្រោយរំលូត។ អ្នកក៏អាចសួរក្រុមឲ្យពិចារណាផងដែរថា តើអន្តរាគមន៍បែបនេះអាចធ្វើបានដោយរបៀបណានៅក្នុងសហគមន៍របស់ពួកគេ។

ក្រុមអ្នកលើកកម្ពស់សុខភាពរបស់ពួកគេ ធ្វើការសម្តែងសាច់រឿងសម្រាប់ក្រុមបុរស ពីព្រោះថានៅពេលដែលស្ត្រីមានបញ្ហាអាសន្ន គឺជាញឹកញាប់មានតែបុរសនៅក្នុងគ្រួសារទេដែលមានប្រាក់ ឬអាចធ្វើការសម្រេចចិត្តដើម្បីនាំនាងទៅកាន់មន្ទីរពេទ្យ។

សញ្ញាគ្រោះថ្នាក់ក្រោយរំលូត ឬរលូត

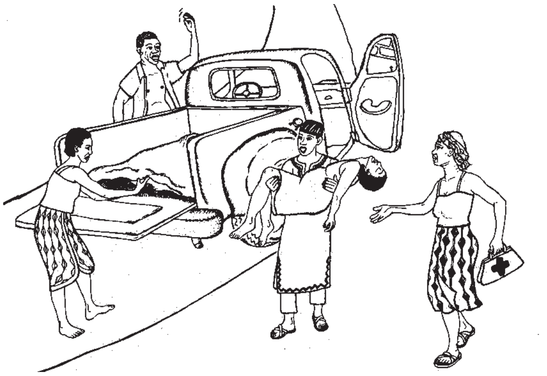
បញ្ហាគ្រោះថ្នាក់ធំបំផុត២យ៉ាង ដែលស្ត្រីប្រឈមបន្ទាប់ពីរំលូតឬរលូតកូន គឺការធ្លាក់ឈាមធ្ងន់ធ្ងរ ឬការបង្ករោគ។ បញ្ហាទាំង២នេះអាចកើតឡើងនៅពេលដែលជាលិកាផ្ទៃពោះនៅមានសេសសល់ក្នុងស្បូន ឬនៅពេលដែលស្បែនរហែកឬធ្លាយដោយវត្ថុមុតស្រួច។ ការបង្ករោគនៅក្នុងស្បូន ក៏អាចកើតឡើងនៅពេលដែលដាក់វត្ថុអ្វីមួយទៅក្នុងទ្វារមាសរបស់ស្ត្រី ហើយវត្ថុនោះមិនស្អាត(មិនស្ទេរីល)។ ស្ត្រីដែលមានសញ្ញាទាំងនេះ អាចស្លាប់យ៉ាងឆាប់រហ័ស ប្រសិនបើមិនទទួលបានជំនួយវេជ្ជសាស្ត្រភ្លាម។ នៅពេលប្រជានជនស្គាល់ពីសញ្ញាគ្រោះថ្នាក់ ពួកគេនឹងអាចត្រៀមលក្ខណៈជួយស្ត្រីនៅពេលត្រូវការ។

អ្វីដែលត្រូវធ្វើ

នៅពេលដែលអ្នកដឹងពីសញ្ញាគ្រោះថ្នាក់នៃបញ្ហានីមួយៗ មានចំណុចខ្លះដែលអ្នកអាចធ្វើខណៈពេលដឹកជញ្ជូនស្ត្រីទៅទទួលការថែទាំវេជ្ជសាស្ត្រ។

ធ្លាក់ឈាមធ្ងន់ធ្ងរពីទ្វារមាស ៖ ធ្លាក់ឈាមជោគទ្រនាប់២ ក្នុងរយៈពេល១ម៉ោង, ហើយមានរយៈពេល២ម៉ោង។ ការហូរជ្រាបតិចៗប៉ុន្តែជាប់ជានិច្ច នៃឈាមពណ៌ស្រស់ ក៏ជាសញ្ញាគ្រោះថ្នាក់ផងដែរ។

អ្វីដែលត្រូវធ្វើ ៖ ជួយឲ្យស្ត្រីអង្គុយច្រហោងដូចបន្ទោរបង់លាមក។ វាអាចជួយឲ្យសំណល់ធ្លាក់ចេញពីស្បូន។ ខណៈពេលដឹកជញ្ជូនស្ត្រី សង្កត់ឲ្យខ្លាំងលើពោះផ្នែកខាងក្រោម លើឆ្អឹងថ្ងាសបន្តិច ពេលស្ត្រីដេកផ្ងារ ឬអង្គុយច្រហោង។ បែបនេះអាចជួយឲ្យស្បូនកន្ត្រាក់ និងមិនសូវធ្លាក់ឈាម។ មើលទំព័រ 251 នៃសៀវភៅទីណាស្ត្រីគ្មានវេជ្ជបណ្ឌិត។



នាំស្ត្រីដែលមានសញ្ញាគ្រោះថ្នាក់ទាំងនេះណាមួយទៅកាន់គ្លីនិកឬមន្ទីរពេទ្យជាបន្ទាន់!

សញ្ញានៃការបង្ករោគ ៖ គ្រុនក្តៅលើស 38°C (100.4°F), ញាក់, ឈឺចាប់ក្នុងពោះ, ធ្លាក់សក្លិនអាក្រក់ពីទ្វារមាស, ឬខ្សោយ។

អ្វីដែលត្រូវធ្វើ ៖ ផ្តល់ថ្នាំពេទ្យសម្រាប់ការបង្ករោគក្នុងស្បូន។ មើលទំព័រ 256 នៃសៀវភៅ *ទីណាស្ត្រីគ្មានវេជ្ជបណ្ឌិត។*

ការរលូតកូន និងការរំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាព ជាទូទៅមិនបណ្តាលឲ្យមានបញ្ហាសុខភាពទេ ប៉ុន្តែបន្ទាប់ពីផ្ទៃពោះបញ្ចប់ទោះបីដោយមូលហេតុអ្វីក៏ដោយ សញ្ញាគ្រោះថ្នាក់គឺដូចគ្នា។

www.hesperian.org health guides

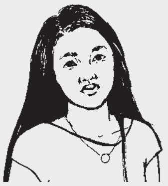
សញ្ញានៃស្តុក ៖ ត្រជាក់ ស្លេកស្លាំង ឬស្បែកសើម, ដកដង្ហើមញាប់ (ច្រើនជាង ៣០ដងក្នុងមួយនាទី), ចង្វាក់បេះដូងញាប់ខ្លាំង (ច្រើនជាង ១០០ដងក្នុងមួយនាទី), ខ្សោយខុសពីធម្មតា, វិលមុខ ឬធេងធោង, ហើយសូម្បីតែសន្លប់។

អ្វីដែលត្រូវធ្វើ ៖ ឲ្យស្ត្រីដេកផ្ងារ ជើងខ្ពស់ជាងក្បាល, ដណ្តប់ភួយ, ហើយជួយឲ្យគាត់ស្ងប់ស្ងៀម។ បើគាត់អាចផឹកទឹកបាន ឲ្យគាត់ផឹកទឹកឬទឹកអូរ៉ាលីត្រមួយចឹប។ បើគាត់សន្លប់ ដាក់គាត់ឲ្យដេកផ្អៀង ក្បាលទាប។ ប្រាកដថាជើងរបស់គាត់នៅខ្ពស់ជាងក្បាល។

សញ្ញានៃរបួសនៅក្នុងរាងកាយ ៖ ឈឺចាប់ជាខ្លាំងនៅក្នុងពោះ ជាពិសេសពេលមានចលនា, រឹងពោះ, គ្មានសំឡេងនៅក្នុងពោះ, គ្រុនក្តៅ ចង្អោរ និងក្អួត, ឈឺចាប់នៅស្មាតែម្ខាងឬពីរខាង។

អ្វីដែលត្រូវធ្វើ ៖ មិនត្រូវផ្តល់អ្វីតាមមាត់ឡើយ (មិនផ្តល់អាហារ ឬទឹក) បើគាត់នឹងទៅដល់មណ្ឌលសុខភាពមុនរយៈពេល ២ម៉ោង។ គាត់អាចនឹងត្រូវការការវះកាត់។ បើត្រូវការពេលច្រើនជាង ២ម៉ោងដើម្បីទៅដល់មណ្ឌលសុខភាព ចូរផ្តល់ទឹកឲ្យស្ត្រី ប៉ុន្តែមិនត្រូវផ្តល់អាហាររឹងទេ ព្រោះអាហារនៅក្នុងក្រពះធ្វើឲ្យការវះកាត់កាន់តែមានគ្រោះថ្នាក់។

កាលណាស្ត្រីទទួលបានជំនួយកាន់តែឆាប់ នោះកាន់តែមានឱកាសច្រើនក្នុងការជួយសង្គ្រោះជីវិតគាត់។ ដើម្បីស្វែងយល់បន្ថែមអំពីផលវិបាកនៃការរំលូតកូន និងពីអ្វីដែលត្រូវធ្វើ សូមមើលសៀវភៅ ទីណាស្ត្រីគ្មានវេជ្ជបណ្ឌិត ឬ សៀវភៅសម្រាប់ឆ្មប។ អ្នកក៏អាចមើលទំព័រ 336 ដល់ 337 នៅក្នុងផ្នែក "ព័ត៌មានបន្ថែម" ផងដែរ។



ស្ត្រីវ័យក្មេងទំនងជាមានបញ្ហាធ្ងន់ធ្ងរច្រើនជាងនៅក្រោយពេលរំលូត ប៉ុន្តែពួកយើងមិនសូវជាដឹងពីការថែទាំក្រោយពេលរំលូតនោះទេ។ យើងត្រូវការព័ត៌មាននិងការគាំទ្រ ហើយនិងការអាណិតអាសូរ និងមិនមើលងាយ។

នៅក្នុងការប្រជុំសហគមន៍ដើម្បីកៀរគររកការគាំទ្រសម្រាប់ការថែទាំក្រោយរំលូត យើងបានពិភាក្សាពីគ្រោះថ្នាក់នៃការរំលូតកូនគ្មានសុវត្ថិភាព និងថាតើការថែទាំនេះខុសគ្នាពីការរំលូតដូចម្តេច។ យើងបានធ្វើការ ប្រជុំនិងពិភាក្សាជាច្រើនលើកច្រើនសារ ទើបទទួលបានភាពជឿជាក់ពីថ្នាក់ដឹកនាំសាសនាក្នុងសហគមន៍។ យើងចាប់ផ្តើមដោយការពិភាក្សាគ្នាពីផលប្រយោជន៍នៃផែនការគ្រួសារសម្រាប់ប្តីប្រពន្ធបន្ទាប់មកការពន្យារកំណើតនៅក្រៅអាពាហ៍ពិពាហ៍។ វាក៏នាំទៅដល់ការពិភាក្សាពីផ្ទៃពោះមិនចង់បាន និងតម្រូវការការថែទាំបន្ទាន់។

www.hesperian.org health guides

ការគាំទ្រស្ត្រីបន្ទាប់ពីរំលូត

ស្ត្រីអាចនឹងមានអារម្មណ៍ផ្សេងៗបន្ទាប់ការរំលូតកូន បើទោះជានាងដឹងថាបានសម្រេចចិត្តត្រឹមត្រូវដើម្បីខ្លួនឯងនិងក្រុមគ្រួសារក៏ដោយ។ ស្ត្រីខ្លះមានអារម្មណ៍ច្របូកច្របល់ ហាក់ដូចជាធូរស្រាល ទុក្ខព្រួយ សោកសង្រេង ខុសឆ្គង និងអាម៉ាស់។ ជាញឹកញាប់ស្ត្រីក៏មានអារម្មណ៍ទុក្ខព្រួយនិងសោកសង្រេងផងដែរ នៅពេលដែលផ្ទៃពោះបានបញ្ចប់ដោយការរលូត។ អារម្មណ៍ទាំងនេះគឺជារឿងធម្មតាទេ ប៉ុន្តែការដែលត្រូវលាក់អារម្មណ៍ និងធ្វើជាមិនមានអ្វីកើតឡើង អាចធ្វើឲ្យស្ត្រីមានអារម្មណ៍កាន់តែដុនដាប។ ស្ត្រីជាច្រើនបានធូរស្រាលនៅពេលនិយាយជាមួយស្ត្រីដែលធ្លាប់មានបទពិសោធន៍ដូចគ្នា។

ការធ្វើពិធីសាសនាក៏អាចជួយឲ្យស្ត្រីបំភ្លេចចោលនូវបទពិសោធន៍អាក្រក់ និងបន្តជីវិតទៅមុខទៀតផងដែរ។ ឧទាហរណ៍ ការកប់ឬដុតវត្ថុដែលពាក់ព័ន្ធនឹងការរំលូតកូន អាចតំណាងឲ្យការបិទបញ្ចប់។ នៅក្នុងសហគមន៍ខ្លះ ស្ត្រីអាចនឹងដាំដើមឈើ ឬធ្វើពិធីនៅទីសក្ដិសិទ្ធិ។

ការរៀបចំដើម្បីធ្វើឲ្យមានការរំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាព

ការផ្លាស់ប្ដូរច្បាប់អំពីការរំលូតកូន អាចត្រូវការពេលជាច្រើនឆ្នាំ។ នៅពេលការរំលូតកូនជាករណីខុសច្បាប់ ឬត្រូវបានរឹតបន្តឹងខ្លាំង ហើយក្រុមមានអំណាចជាច្រើនប្រឆាំងនឹងច្បាប់នេះ នោះការផ្លាស់ប្ដូរស្ទើរតែមិនអាចកើតឡើងបានទេ។ ប៉ុន្តែច្បាប់ពិតជាប្រែប្រួល ហើយជាការណ៍ពិត នៅតំបន់ខ្លះដែលការរំលូតកូនជាករណីខុសច្បាប់ទាំងស្រុង ស្ត្រីអាចទទួលបានការរំលូតដោយសុវត្ថិភាពនិងស្របច្បាប់។

មនុស្សជាច្រើនចង់បញ្ឈប់គ្រោះថ្នាក់ដែលកើតឡើងការរំលូតកូនគ្មានសុវត្ថិភាព។ របៀបដែលពួកគេរៀបចំសកម្មភាពនេះ ជាទូទៅគឺពឹងផ្អែកលើអ្វីដែលអាចកែប្រែបាននៅក្នុងសហគមន៍របស់ពួកគេ។ ក្រុមការងារខ្លះចាប់ផ្ដើមដោយការជួយស្ត្រីឲ្យទទួលបានការថែទាំក្រោយរំលូត។ ក្រុមការងារខ្លះទៀតរៀនសូត្រពីវិធីជួយស្ត្រី ឲ្យទទួលបានការរំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាព។ ហើយក្រុមការងារជាច្រើនទៀតធ្វើការងារដើម្បីធានាថាស្ត្រីនិងបុរសដឹងពីរបៀបបង្ការការមានផ្ទៃពោះដែលមិនចង់បាន។

ខ្សែទូរស័ព្ទសម្រាប់ព័ត៌មានការរំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាព

នៅប្រទេសមួយចំនួនដូចជា ប៉ាគីស្ថាន ឥណ្ឌូនេស៊ី អេក្វាឌ័រ និង ប៉េរូ ស្ត្រីបានបង្កើតខ្សែទូរស័ព្ទដើម្បីផ្ដល់ព័ត៌មានដល់ស្ត្រីដែលចង់ដឹងពីរបៀបប្រើប្រាស់ថ្នាំពេទ្យដោយសុវត្ថិភាពដើម្បីរំលូតកូន។

ស្ត្រីវ័យក្មេងដឹកនាំផ្លូវ ៖ មូលនិធិ Maria

នៅឆ្នាំ២០០៧ ទីក្រុងម៉ិចស៊ីកូបានអនុម័តច្បាប់មួយ ដែលធ្វើឲ្យទីក្រុងនេះជាកន្លែងតែមួយគត់នៅទូទាំងប្រទេស ដែលអនុញ្ញាតឲ្យស្ត្រីធ្វើការរំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាពនិងស្របច្បាប់ រហូតដល់ផ្ទៃពោះអាយុ ១២សប្តាហ៍។ នេះគឺជាជំហានដ៏សំខាន់មួយនៅក្នុងទិសដៅត្រឹមត្រូវ។ នៅផ្នែកដទៃទៀតនៃប្រទេសម៉ិចស៊ីកូ ស្ត្រីបានស្លាប់ ឬត្រូវបានដាក់ពន្ធនាគាររយៈពេលយូរដោយសារការរំលូតកូនខុសច្បាប់។ ប៉ុន្តែស្ត្រីក្រីក្រនៅទីក្រុងម៉ិចស៊ីកូ នៅតែមិនមានលទ្ធភាពទទួលសេវារំលូតដោយសុវត្ថិភាព ហើយស្ត្រីដែលនៅក្រៅទីក្រុង ត្រូវធ្វើដំណើរមកទីក្រុងម៉ិចស៊ីកូដើម្បីទទួលបានសេវានេះដោយស្របច្បាប់ និងត្រូវចំណាយលើការធ្វើដំណើរ និងតម្លៃព្យាបាល។

ដោយសារភាពអយុត្តិធម៌នេះ នៅឆ្នាំ២០០៩ ស្ត្រីវ័យក្មេង២នាក់បានបង្កើតមូលនិធិ MARIA សម្រាប់យុត្តិធម៌សង្គម ដើម្បីជួយឲ្យមានសេវារំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាពដល់ស្ត្រីទាំងអស់។ សេវាដែលមូលនិធិ MARIA ផ្តល់ជូន រួមមាន ៖

- បង់ប្រាក់ខ្លះឬទាំងអស់នៃការរំលូត
- ដឹកជញ្ជូននៅក្នុងទីក្រុងម៉ិចស៊ីកូ
- នៅជាមួយស្ត្រីមុនពេល ក្នុងពេល និងក្រោយពេលរំលូត
- ខ្សែទូរស័ព្ទសម្រាប់ជួយឲ្យស្ត្រីថ្លឹងថ្លែងពីជម្រើសរបស់ពួកគាត់

ចាប់ពីពេលដំណើរការមក មូលនិធិបានជួយគាំទ្រដល់ស្ត្រីប្រមាណ ១៥០០នាក់ទូទាំងប្រទេស តាមរយៈបណ្តាញក្រុមការងារស្ម័គ្រចិត្ត។ លើសពីការធ្វើឲ្យស្ត្រីទទួលបានសេវារំលូតកូន មូលនិធិក៏ព្យាយាមធ្វើឲ្យមានការគាំទ្រលើបញ្ហានេះផងដែរ។ ហើយមូលនិធិ MARIA មានភាពជោគជ័យរហូតទល់សព្វថ្ងៃ។ ផ្នែកខ្លះនៃថវិកាសម្រាប់កម្មវិធី បានមកពីអង្គការសាសនាទាំងឡាយដែលយល់ថាច្បាប់ប្រឆាំងនឹងការរំលូត គឺធ្វើឲ្យស្ត្រីប្រឈមគ្រោះថ្នាក់ដល់ជីវិត។

ការការពារស្ត្រី និងបុគ្គលិកសុខាភិបាល

វិធីដ៏ល្អបំផុតដើម្បីការពារទាំងស្ត្រីដែលរំលូតកូន និងបុគ្គលិកសុខាភិបាលដែលគាំទ្រដល់ស្ត្រី គឺត្រូវបង្កើតបណ្តាញការងារមួយជាមួយមនុស្សដែលមានការប្តេជ្ញាចិត្តដូចគ្នា។

ក្រុមការងារដែលរៀបចំដើម្បីជួយស្ត្រីឲ្យទទួលបានការរំលូតដោយសុវត្ថិភាព ជាញឹកញាប់ប្រឈមនឹងជម្រើសមួយរវាងការគោរពតាមច្បាប់ និងធ្វើអ្វីដែលពួកគេគិតថាត្រឹមត្រូវ។ នៅប្រទេសភាគច្រើន មានស្ថានភាពខ្លះដែលការរំលូតកូនជារឿងស្របច្បាប់ រីឯស្ថានភាពមិនស្របច្បាប់ទៅវិញ។ ប្រការសំខាន់គឺត្រូវយល់ដឹងឲ្យច្បាស់ថាតើច្បាប់ចែងដូចម្តេចអំពីការរំលូតកូន និងដឹងពីផលវិបាកនៃការបំពានច្បាប់ ចំពោះស្ត្រីនិងអ្នកដែលជួយដល់គាត់។

នៅប្រទេសហ្វីលីពីន ការរំលូតកូនគឺខុសច្បាប់ ហើយការរៀបចំឲ្យមានការរំលូតដោយសុវត្ថិភាព គឺជាកិច្ចការលំបាកជាខ្លាំង។ ដូច្នេះយើងបានតស៊ូមតិយ៉ាងស្ងៀមស្ងាត់ក្នុងចំណោមមិត្តភក្តិ និងបណ្តាញអង្គការដៃគូនានា ហើយយើងប្រាប់ប្រជាជនពីរបៀបទទួលបានព័ត៌មានត្រឹមត្រូវតាមអ៊ីនធឺណែត។

នៅផ្នែកដំបូងនៃជំពូកនេះ នៅទំព័រ 248 យើងបានចែករំលែកផ្នែកមួយនៃសាច់រឿងរបស់វេជ្ជបណ្ឌិត អារុណា។ នៅក្នុងប្រទេសណេប៉ាល់ គាត់បានក្លាយជាសកម្មភាពដើម្បីការរំលូតដោយសុវត្ថិភាព នៅពេលដែលគាត់មិនអាចសង្គ្រោះជីវិតរបស់ម្តាយវ័យក្មេងម្នាក់ដែលមានរបួសដោយសារការរំលូតកូនខុសច្បាប់ គ្មានសុវត្ថិភាព។ នេះជាសាច់រឿងបន្តរបស់វេជ្ជបណ្ឌិត អារុណា។

ការតស៊ូដ៏យូរអង្វែងដើម្បីឱ្យមានសេវារំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាពនិងស្របច្បាប់ នៅក្នុងប្រទេសណេប៉ាល់

ករណីស្លាប់របស់ម្តាយវ័យក្មេងម្នាក់នោះ ធ្វើឲ្យខ្ញុំយល់ឃើញថា ស្ត្រីក្រីក្រដែលមានផ្ទៃពោះមិនចង់បាន មានជម្រើសតិចតួចបំផុត។ ខ្ញុំបានសម្រេចចិត្តផ្សព្វផ្សាយសាច់រឿងរបស់ស្ត្រីម្នាក់នោះ ព្រមទាំងធ្វើការងារដើម្បី ផ្លាស់ប្តូរច្បាប់ដែលអនុញ្ញាតឲ្យស្ត្រីទទួលបានការរំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាពនិងស្របច្បាប់នៅពេលដែលពួកគេត្រូវការ។ ខ្ញុំបានសរសេរអត្ថបទនៅក្នុងកាសែតតូចមួយ ហើយទទួលបានលិខិតឆ្លើយតបជាច្រើនដែលខឹងសម្បារនឹងនាងខ្ញុំ។ ប៉ុន្តែខ្ញុំនៅតែបន្តការសរសេរ ដោយនិទានរឿងរបស់ស្ត្រីដែលបានស្លាប់ ព្រមទាំងប្រឆាំងនឹងភាពអយុត្តិធម៌ដែលស្ត្រីក្រីក្របានប្រឈម។

នៅឆ្នាំ១៩៩០ មានការប្រែប្រួលស្ថានភាពនៅក្នុងប្រទេស។ បន្ទាប់ពីការតវ៉ាជាច្រើន ពួកយើងបានបង្កើតសភានិងរដ្ឋធម្មនុញ្ញថ្មី។ កាលពីមុន កាសែតនិងវិទ្យុត្រូវបានរឹតបន្តឹង។ បច្ចុប្បន្នមានកាសែតនិងកម្មវិធីវិទ្យុជាច្រើន ហើយមានកម្មវិធីខ្លះមានឆន្ទៈក្នុងការនិយាយអំពីបញ្ហារំលូតកូន។ ពេលវេលាក៏សមស្របសម្រាប់ការកែប្រែច្បាប់។

ក្នុងអំឡុងពេលនេះ ខ្ញុំបានជួបជាមួយអ្នកកាសែតម្នាក់ឈ្មោះថា Gujraj ដែលបានក្លាយជាសម្ព័ន្ធមិត្តដ៏សំខាន់របស់ខ្ញុំ។ គាត់មិនត្រឹមតែបោះពុម្ពផ្សាយអត្ថបទរបស់ខ្ញុំប៉ុណ្ណោះទេ តែថែមទាំងបញ្ជូនអ្នកយកព័ត៌មានទៅកាន់ភូមិដែលមានពុករណីស្លាប់ដែលពាក់ព័ន្ធនឹងការរំលូតកូនទៀតផង។ បុរសដែលបានបាត់បង់ប្រពន្ធរបស់ខ្លួន ចាប់ផ្តើមនិយាយរឿងរ៉ាវផ្ទាល់ខ្លួននៅទីសាធារណៈ។ សម្ព័ន្ធមិត្តម្នាក់ទៀតគឺជាអ្នកនយោបាយដែលមានឈ្មោះថា Sunil ។ គាត់គាំទ្រដល់សិទ្ធិរបស់ស្ត្រីក្នុងការទទួលបានការរំលូតកូនដោយសុវត្ថិភាព។ ការគាំទ្រពីបុរសបែបនេះ បានជួយឲ្យមនុស្សកាន់តែច្រើនស្វែងយល់ពីការរំលូតកូនដោយគ្មានសុវត្ថិភាព និងមើលឃើញថាវាមិនមែនជាបញ្ហារបស់ស្ត្រីតែម្នាក់ទេ។ បុរសក៏រងទុក្ខពីការបាត់បង់ប្រពន្ធ កូនស្រី បងប្អូនស្រី និងមិត្តភក្តិស្រីរបស់ពួកគេដែរ។

ខ្ញុំក៏បានចាប់ផ្តើមនិយាយនៅក្នុងវិទ្យុ។ ថ្ងៃមួយ បន្ទាប់ពីខ្ញុំនិយាយរឿងរបស់ស្ត្រីម្នាក់ដែលបានស្លាប់ ខ្ញុំក៏បាននិយាយពីរឿងរ៉ាវផ្ទាល់របស់ខ្ញុំ។ ខ្ញុំបានរៀបរាប់ពីការរំលូតដែលខ្ញុំបានធ្វើបន្ទាប់ពីដឹងថាមានផ្ទៃពោះនៅពេល កូនដំបូងរបស់ខ្ញុំអាយុបាន ៦ខែ។ ហើយខ្ញុំបាននិយាយថា “ប្រសិនបើរដ្ឋាភិបាលហ៊ានចាប់ខ្លួនខ្ញុំ ខ្ញុំនឹងរីករាយឲ្យពួកគេចាប់។ បើពួកគេមិនចាប់ខ្លួនវេជ្ជបណ្ឌិតដែលទទួលឬផ្តល់សេវារំលូតកូនទេ ហេតុអ្វីគេចាប់ខ្លួនស្ត្រីនៅក្នុងភូមិ ហើយធ្វើឲ្យពួកគេខូចអនាគត?”

www.hesperian.org health guides

ខ្ញុំគិតថា ប្រជាជនត្រូវតែមើលឃើញនូវមុខមាត់របស់ស្ត្រីដែលបានស្លាប់ ឬដែលបានចូលពន្ធនាគារ ហើយខ្ញុំបានចាប់ផ្តើមប្រមូលរូបថតរបស់ស្ត្រី និងរឿងរ៉ាវរបស់ពួកគេ។ ខ្ញុំបានសុំការអនុញ្ញាតពីពួកគេ ឬក្រុមគ្រួសាររបស់គេជាមុន។ សកម្មជនដទៃទៀតបានដឹងពីចំនួនស្ត្រីដែលបានស្លាប់ ហើយខ្លះទៀតបានធ្វើការស្ទង់មតិពីការផ្លាស់ប្តូរឥរិយាបថរបស់ប្រជាជនចំពោះបញ្ហារំលូតកូន។ យើងបានធ្វើបទបង្ហាញពីព័ត៌មានទាំងនេះនៅក្នុងជំនួបប្រជុំរវាងអ្នកនយោបាយ និងអ្នកជំនាញផ្នែកសុខភាព ដោយបាននិយាយថា ប្រសិនបើពួកគេយកចិត្តទុកដាក់លើការបញ្ឈប់មរណភាពរបស់ស្ត្រីពីការសម្រាលកូន អ៊ីចឹងពួកគេក៏ត្រូវតែបញ្ឈប់ការរំលូតកូនដោយគ្មានសុវត្ថិភាពនិងខុសច្បាប់ផងដែរ។ គំនិតយោបល់របស់ពួកគេក៏ចាប់ផ្តើមផ្លាស់ប្តូរ ប៉ុន្តែច្បាប់មិនបានផ្លាស់ប្តូរទេ។

អស់រយៈពេលជាយូរ ខ្ញុំបានធ្វើការងារជាមួយក្រុមការងារដើម្បីព្រាងច្បាប់ដែលធ្វើឲ្យការរំលូតកូនមានភាពស្របច្បាប់។ លើកទីមួយដែលយើងបានដាក់ស្នើច្បាប់ថ្មី វាមិនត្រូវបានអនុម័តទេ។ នៅឆ្នាំ១៩៩៩ យើងបានព្យាយាមម្តងទៀត។ យើងបានស្នើសុំថា ស្ត្រីគ្រប់រូបអាចទទួលបានការរំលូតដោយសុវត្ថិភាព រហូតផ្ទៃពោះបាន ១២សប្តាហ៍។ ប្រសិនបើស្ត្រីត្រូវបានចាប់រំលោភ ឬមានមូលហេតុផ្លូវចិត្តឬផ្លូវកាយដែលធ្វើឲ្យផ្ទៃពោះមានគ្រោះថ្នាក់ នោះគាត់អាចទទួលបានការរំលូតរហូតដល់ផ្ទៃពោះ ១៨សប្តាហ៍។ បន្ទាប់ពីសមាជិកសភាដ៏មានឥទ្ធិពលម្នាក់ បានផ្លាស់ប្តូរជំហររបស់គាត់ ច្បាប់នេះក៏ត្រូវបានអនុម័ត។

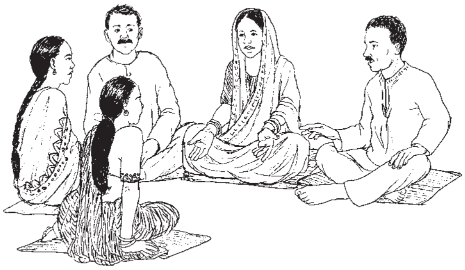
បច្ចុប្បន្ន នៅក្នុងប្រទេសណេប៉ាល់ ការរំលូតកូនជាសេវាស្របច្បាប់ និងមានសុវត្ថិភាព ប៉ុន្តែនៅមានកិច្ចការដែលត្រូវធ្វើបន្តទៀត។ នៅពេលខ្ញុំជួបជាមួយអ្នកភូមិដែលនៅឆ្ងាយពីទីក្រុង វេជ្ជបណ្ឌិតមួយចំនួននៅតែគិតថាការរំលូតត្រូវបានអនុញ្ញាតតែចំពោះករណីចាប់រំលោភ ឬមានការអនុញ្ញាតពីប្តីប៉ុណ្ណោះ។ ការងាររបស់យើងនៅពេលនេះ គឺផ្សព្វផ្សាយឲ្យប្រជាជនដឹងថាស្ត្រីមានសិទ្ធិស្របច្បាប់ក្នុងការទទួលបានសេវារំលូតដោយសុវត្ថិភាព។ យើងបានស្នើសុំឲ្យរដ្ឋាភិបាលបង្កើតមជ្ឈមណ្ឌលបណ្តុះបណ្តាល ដើម្បីឲ្យវេជ្ជបណ្ឌិតនិងគិលានុបដ្ឋាករៀនសូត្រពីរបៀបផ្តល់ការរំលូតដោយសុវត្ថិភាព។ ក្នុងពេលជាមួយគ្នា យើងចាំបាច់ត្រូវបង្រៀនមនុស្សវ័យក្មេងអំពីផែនការគ្រួសារ ដើម្បីកុំឲ្យពួកគេត្រូវការការរំលូត។

មធ្យោបាយតស៊ូមតិដើម្បីការរំលូតស្របច្បាប់និងមានសុវត្ថិភាព

ជាទូទៅមិនមានមធ្យោបាយតែមួយដែលធានាថានឹងរៀបចំឲ្យមានជោគជ័យនោះទេ។ ទាំងនេះជាកិច្ចប្រឹងប្រែងចម្រុះដែលក្រុមការងារបានប្រើប្រាស់នៅក្នុងការតស៊ូរបស់ពួកគេ ដើម្បីធ្វើឲ្យការរំលូតកូនមានសុវត្ថិភាពនិងភាពស្របច្បាប់៖

និយាយអំពីមរណភាពមាតា (ស្ត្រីស្លាប់ដោយសារផ្ទៃពោះ) គឺមិនមែនអំពីការរំលូតទេ។

និយាយរឿងរ៉ាវBរបស់ស្ត្រីពិតដែលបានស្លាប់ ឬជាប់ពន្ធនាគារដោយសារទទួលការរំលូតកូន។



ធ្វើការងារជាមួយអ្នកដទៃដែលមានទស្សនៈវិស័យដូចអ្នក។ អ្នកនឹងផ្តល់ការលើកទឹកចិត្តនិងគាំទ្រទៅវិញទៅមក ហើយអ្នកអាចបង្កើតជាចលនារួមមួយ។

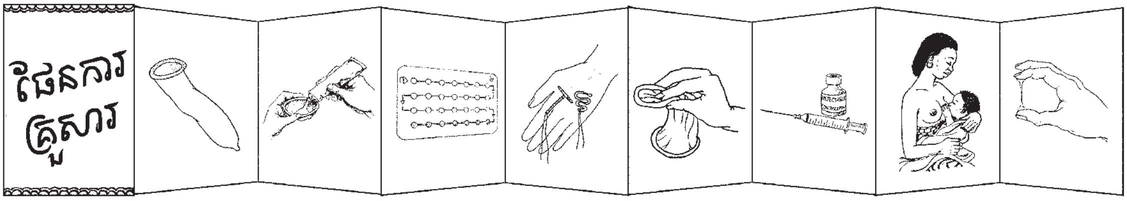
រួមបញ្ចូលបុរស។ ពួកគេដើរតួនាទីដ៏សំខាន់ក្នុងការបើកការសន្ទនាអំពីការរំលូតកូន។

ប្រើប្រាស់ភាសាដែលធ្វើឲ្យប្រជាជនរួមសាមគ្គីគ្នា គឺមិនមែនញុះញង់ឲ្យឈ្លោះប្រកែកគ្នាទេ។ នៅប្រទេសណេប៉ាល់ ប្រជាជនហាក់ដូចជាអាចទទួលយក "ការបញ្ឈប់ការរំលូតខុសច្បាប់និងគ្មានសុវត្ថិភាព" ប៉ុន្តែមិនទាន់អាចទទួលយក "ការធ្វើឲ្យសេវារំលូតមានភាពស្របច្បាប់" នៅឡើយទេ។ នៅប្រទេសខ្លះ អ្នកដែលប្រឆាំងនឹងពាក្យ "រំលូតកូន" គឺមិនប្រឆាំងនឹង "ការពន្យារកំណើត" ទេ។ នៅពេលដែលស្ត្រីបាត់រដូវ គាត់អាចទៅជួបគ្រូពេទ្យដើម្បី "ធ្វើឲ្យមានរដូវឡើងវិញ។

ពេលវេលាជាអ្វីៗទាំងអស់។ ក្នុងស្ថានភាពនយោបាយខ្លះ ដូចជាចលនាគាំទ្រប្រជាធិបតេយ្យជាដើម កិច្ចប្រឹងប្រែងនេះអាចចម្រើនទៅមុខយ៉ាងឆាប់រហ័ស។

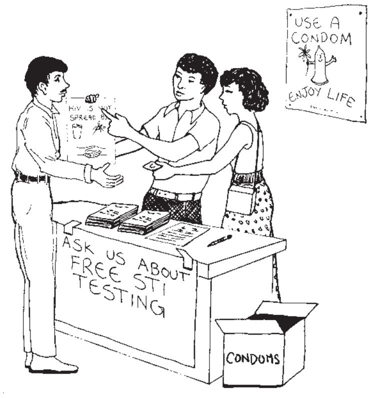
បន្ទាប់ពីការរំលូតកូនត្រូវបានដាក់ឲ្យមានភាពស្របច្បាប់ហើយ ត្រូវធ្វើ**ឲ្យវាមានទៅដល់ស្ត្រីគ្រប់កន្លែង**។ វេជ្ជបណ្ឌិតនិងបុគ្គលិកសុខាភិបាលដទៃទៀត ត្រូវទទួលការបណ្តុះបណ្តាល, ត្រូវមានមូលនិធិ, ហើយស្ត្រីត្រូវដឹងថាស្វែងរកសេវារំលូតដោយសុវត្ថិភាពនៅទីណា។

www.hesperian.org health guides



នៅពេលសេវាផែនការគ្រួសារ **មានទៅដល់ស្ត្រីកាន់តែច្រើន** នោះស្ត្រីកាន់តែតិចដែលត្រូវការការរំលូតកូន។ ធ្វើការងារដើម្បីផ្លាស់ប្តូរឥរិយាបថរបស់សហគមន៍ដែលបដិសេធនូវសិទ្ធិរបស់ស្ត្រីក្នុងការសម្រេចចិត្តលើបញ្ហាសុខភាពរបស់ខ្លួន។

ប្រើប្រាស់ថ្នាំពេទ្យសម្រាប់ការរំលូត និងសម្រាប់ការថែទាំបន្ទាន់ក្រោយរំលូត។ រៀនពីរបៀបប្រើប្រាស់ថ្នាំទាំងនេះ និងថាតើអាចរកវាបាននៅទីណាខ្លះ។ តស៊ូមតិដើម្បីធ្វើឲ្យព័ត៌មានទាំងនេះ មានសម្រាប់ស្ត្រីនិងសម្រាប់បុគ្គលិកសុខាភិបាលក្នុងសហគមន៍។



ធ្វើការងារដើម្បីឲ្យព័ត៌មានអំពីសុខភាពផ្លូវភេទ មានទៅដល់បុរសនិងស្ត្រីវ័យក្មេង ដើម្បីឲ្យពួកគេសម្រេចចិត្តបានត្រឹមត្រូវក្នុងនាមជាមនុស្សពេញវ័យ។

កុំបោះបង់ឲ្យសោះ! បើការព្យាយាមលើកដំបូងបរាជ័យ ចូរសាកល្បងមធ្យោបាយផ្សេងទៀត។ ចុងក្រោយអ្នកនឹងឈ្នះ!