༄༅། །བཙས་རྗེས་ཚ་བ་རྒྱས་པའི་གསོ་ཐབས།

MANAGEMENT OF PUERPERAL PYREXIA

སྨན་རམས་པ་པ་སངས་སྒྲོལ་མ།

ཝཱ་ཎ་དབུས་བོད་ཀྱི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་གསོ་རིག་སྡེ་ཚན་གྱི་གདན་ཞུའི་སློབ་དཔོན་དང་བརྟག་དཔྱད་སྨན་པ།

Dr. Passang Dolma (MD)
Department of Sowa Rigpa
CUTS, Sarnath, Varanasi

ས་བཅད།

༡༽ བང་ཞག་ནད་གཞིའི་ངོ་སྤྲོད།

༢༽ རྒྱུ་རྐྱེན།

༣༽ དབྱེ་བ།

༤༽ བཅོས་ཐབས།

༡༽ བང་ཞག་ནད་གཞི། (Abnormalities of the Puerperum)

ཏུན་ཧོང་ནས་ཐོན་པའི་བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ཡིག་ཆ་བདམས་བསྒྲིགས་ལས། བང་ཞག་ཞེས་པ་ནི། བུད་མེད་ཕྲུ་གུ་སྐྱེས་ནས་མངལ་སྒོ་རྒྱུན་ལྡན་ལྟར་མ་གྱུར་པའི་རིང་གི་ཞག་གྲངས་ལ་བང་ཞག་ཟེར། ཞེས་དང་། དེ་བཞིན་བང་ཞག་ནད་གཞི་ཞེས་པ་ནི་བུ་བཙས་པའི་རྗེས་སུ་ནད་ཀྱི་ལྷག་མ་ཁྲག་དང་ཆུ་སེར་སོགས་འདྲིལ་ནས་བུད་མེད་ཀྱི་སྐྱེ་དབང་ལ་ཟུག་གཟེར་དང་གཉན་ཚད་ལྡང་བ། བཙས་རྗེས་ཟས་དང་སྤྱོད་ལོག་ནས་མཁྲིས་ཚད་རྒྱས་པ་སོགས་ལ་ཟེར།

མན་རྒྱུད་མོ་ནད་ཕལ་པ་གསོ་བའི་ལེའུ་ལས། བཙས་རྗེས་ནད་ལྷག་འདྲིལ་ནས་ཟུག་སྐྱེས་ན། ཞེས་དང་། མོ་ནད་དུག་ཐབས་བཙས་རྗེས་ཤ་མར་རླིང་། །ཉིན་གཉིད་དྲག་ཤུལ་རྐྱེན་གྱིས་མཁྲིས་ཚད་སྐྱེད། ཞེས་གསུངས་ཡོད།

༢ རྒྱུ་རྐྱེན།

བྱ་དོན་མ་ལས། མངལ་དུ་རོ་དང་ནད་ལུས་གཉིས། །རོ་ནི་དང་པོ་གཅིག་ཆགས་ཏེ། །ཕྱི་རུ་མ་བཅས་ཕོང་དུ་ཤི །དེའི་ཤ་རུས་ལུས་ལས་བྱུང་། །ནད་ལུས་བུ་བཙས་ཁྲག་ལུས་འདྲིལ། །སྐྲན་ཆགས་ཁ་འཆུས་རྒྱུ་ལས་བྱུང་། ཞེས་གསུངས་པ་དང་།

བང་ཞག་ནད་ཀྱི་རྒྱུ་རྐྱེན་ནི། ཟས་བཅུད་མ་ལྡང་བ་དང་། ཟུངས་ཁྲག་ཞན་པ། གཙོང་ནད་རིགས་བྱུང་བ། བྱིས་པའི་མགོ་ཆུ་རྫོལ་སྡ་བ་དང་རྫོལ་ནས་ཆུ་ཚོད་བཅོ་བརྒྱད་ལས་ལྷག་འདས་པ། དུས་མིན་བཙས་པ། བྱིས་པའི་གནས་སྟངས་སོགས་ཤེས་རྟོགས་ཕྱིར་དུ་སྐྱེ་ལམ་ནང་མཛུབ་མོས་ལན་མང་བརྟག་པ། མ་ཡི་ཆུ་ཁམས་སྐམ་པ། བྱིས་པ་མ་བཙའི་གོང་དང་བཙས་རྗེས་སུ་ཁྲག་ཤོར་ཆེ་བ། ཤ་མའི་ལྷག་རོ་ལུས་པ། ཤ་མའི་གནས་སྟངས་ཐ་མལ་མིན་པ། གཞག་བཅོས་ཀྱིས་བྱིས་པ་བཏོན་པ་བཅས་ཡིན།

སྤྱིར་མཚན་མར་བྱིས་པ་མ་བཙའ་གོང་དང་བཙས་པའི་རྗེས་སུ་མཚན་མའི་སྲིན་མ་རྣ་ཅེ་དང་ཨ་སོ་ལི་ཀ་ལ་སོགས་པ་འདི་རྣམས་ (Doderlein’s bacillus (60-70%), Yeast like fungus (25%), Staphylococcus albus or aureas, Streptococcus, E.coli and Bacteroids group, Cl. Welchii on occasion) གཙོ་ཆེ་བར་གནས་པ་ཡིན། བྱིས་པ་བཙའ་དུས་དང་བཙས་རྗེས་སུ་གཙང་སྦྲ་ངོ་སྣང་བྱས་ན། ནད་སྲིན་འདི་རྣམས་མི་ཁྲོ། གལ་ཏེ་གནས་དེར་ཕྱི་ནས་ནད་སྲིན་གཞན་རིགས་ཞུགས་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་ཟུངས་ཉམས་པ། སྨན་གྱིས་ཕྲ་སྲིན་རིགས་སེལ་མ་ཐུབ་པ་བཅས་བྱུང་ཚེ། མཚན་དབྲག་དང་། སྐྱེ་ལམ། མངལ་ཁ། བུ་སྣོད་རྨས་སྐྱོན་ཤོར་བ་དང་། ཁྲག་རོ་དང་ནད་རོ་ལུས་པ་བཅས་ལ་ཕྲ་སྲིན་ཕོག་པས་གནས་དེར་གཉན་ཚད་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་ཡིན།

དབྱེ་བ།

བང་ཞག་ནད་གཞིའི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ལ་གསུམ། དང་པོ་བཙས་རྗེས་འཕྲལ་དུ་བྱུང་བའི་ནད་གཞིའི་རིགས། གཉིས་པ་བདུན་གཅིག་ནང་ཁུལ་དུ་བྱུང་བའི་ནད་གཞི། གསུམ་པ་བདུན་གཅིག་གི་རྗེས་སུ་བྱུང་བའི་ནད་གཞི་བཅས་ཡོད།

དང་པོ། བཙས་རྗེས་འཕྲལ་དུ་བྱུང་བའི་ནད་གཞི་ནི།

༡༽ བཙས་རྗེས་ཁྲག་ཤོར་བ་དང་། (Postpartum heamorrhage)

༢༽ འགོག་པ། (Shock)

༣༽ བཙས་རྗེས་སུ་ཁྲག་ཤེད་རྒྱུན་གྱིས་བརྒྱལ་ (Postpartum Eclampsia) བའི་ནད་གཞི།

༤༽ བཙའ་དུས་ཀྱི་རླུང་ལྷུ་དང་ཁྲག་འཁྱུག་སོགས་ཁྲག་རྩར་ཞུགས་པས་གློ་བའི་ཁྲག་རྩ་འགག་པ་ (Pulmonary embolism) བཅས་ཡིན།

གཉིས་པ། བདུན་གཅིག་ནང་ཚུད་དུ་བྱུང་བའི་ནད་གཞི་ནི།

༡༽ གཅིན་ནད། (Urinary problems)

༢༽ ཚ་བ་རྒྱས་པ། (Puerperal pyrexia)

༣༽ ནུ་མའི་ནད། (Mastitis and breast Abscess) བཅས་ཡིན།

གསུམ་པ། བདུན་གཅིག་གི་རྗེས་སུ་བྱུང་བའི་ནད་གཞི་ནི།

༡༽ བཙས་རྗེས་ཀྱི་ཁྲག་ཤོར་ཕྱི་མ་དང་། (Secondary postpartum haemorrhage)

༢༽ བཙས་རྗེས་ཀྱི་རླུང་ལྷུ་དང་ཁྲག་འཁྱུག་སོགས་ཁྲག་རྩར་ཞུགས་པས་གློ་སྙིང་སོགས་ཀྱི་ཁྲག་རྩ་འགག་པ། (Throboembolicmanifestation pulmonary embolism, Thrombophebitis)

༣༽ བཙས་རྗེས་ཀྱི་སེམས་ནད། (Psychosis)

༤༽ བཙས་རྗེས་ཀྱི་སྙིང་ནད། (Postpartum cardiomyopathy) བཅས་ཡིན།

བཤད་གཞི་དངོས།

༡། མོ་ནད་དུག་ཐབས། (བང་ཚད་) (Puerperal Sepsis)

༢། གཅིན་ལམ་གཉན་ཚད། (Urinary tract infection)

༣། ནུ་མ་སྐྲངས་པ། (Mastitis)

༤། ལྟོ་བར་གཤག་བཅོས་བྱེད་སའི་རྨ་ལ་གཉན་ཚད་རྒྱས་པ་ (Infection of the caesarian section wound) བཅས་ཡིན།

༥། ནད་སྲིན་གྱི་དུག་ཐོག་པས་བརྒྱལ་འགོག་ཏུ་སོང་བ། (Endotoxic shock/septic shock)

༧ མོ་ནད་དུག་ཐབས་ཡཔད་པ།
(Puerperal Sepsis)

མོ་ནད་དུག་ཐབས་སམ་བང་ཚད་ཞེས་པ་ནི། བྱིས་པ་བཙས་རྗེས་སམ་ཡང་ན་མངལ་གནས་བཀོག་པའི་རྗེས་ཀྱི་ཉིན་བདུན་ནས་ཉིན་ཤུ་རྩ་གཅིག་གི་བར་ན་བུད་མེད་ཀྱི་དབང་པོར་གཉན་ཚད་ཕོག་པ་ཞིག་ལ་ཟེར།

མན་རྒྱུད་མོ་ནད་གསོ་བའི་ལེའུ་ལས། མོ་ནད་དུག་ཐབས་བཙས་རྗེས་ཤ་མར་རྙིང་། །ཉིན་གཉིད་དྲག་ཤུལ་རྐྱེན་གྱིས་མཁྲིས་ཚད་སྐྱེད། རྩ་རྒྱུད་ཕྲ་མགྱོགས་ཤེད་མེད་སྐོམ་དང་ཆེ། རོ་སྟོད་གཟེར་ཕྲན་འཕོ་ཞིང་ལུད་པ་དམར། ཞེས་གསུངས་པ་དང་།

གཙང་སྟོད་ཟིན་ཐིག་དང་ཡང་ཐིག་ལས། མོ་ནད་དུག་ཐབས་ཞེས་བྱ་བ། །བཙས་རྗེས་ཤ་ཆང་བཏང་དྲགས་དང་། གཉིད་ལོག་དྲག་ཤུལ་རྐྱེན་གྱིས་འབྱུང་། ཞེས་དང་།

ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་གཞུང་ལས་བསྡུས་པ་ནོར་བུའི་འཕྲེང་བ་ལས། མངལ་ནད་དུག་ཐབས་ཞེས་བྱ་བ། །བུ་བཙས་རྗེས་ལ་བཙུད་དྲག་ཤུལ་བྱས། །ཚ་བ་སྐྱེས་ན་གློ་དང་སྙིང་གཟེར་འབྱུང་། །ཡང་ན་མངལ་ན་ལ་རུལ་རྣག་ཁྲག་འཛག །ཚ་གྲང་འདོམས་པས་ཁ་ཟས་(ཤ་)གསར་བཙུད་གཏོང་། །ག་བུར་(ཚ་རབ་)གུར་གུམ་(འབྲིང་)སྦྱར་བས་ཚ་སྙོབས་སྦྱར། །གཟེར་དང་སྦྱར་ལ་གཏར་ཀ་བྱ། །མངལ་ཁྲག་ཤ་རུལ་སྤྱིའི་རྩ་གཤེར་གྱིས་གདོན། ཞེས་དང་།

བུ་དོན་མ་ལས། བུད་མེད་རྣམས་ཀྱི་མངལ་གྱི་ནད། །རླུང་མ་གཏོགས་པར་འབྱུང་མི་འགྱུར། །དུག་ཐབས་ཞེས་པ་བཙས་རྗེས་ལ། །ཤ་ཆང་བཏང་དྲག་ཉེན་གཉེད་ཡོག །དྲག་ཤུལ་རྐྱེན་གྱིས་དུག་ཐབས་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་སོ།།

དཔེ་བ།

རང་གནས་སུ་གཉན་ཚད་ཐོག་པ་དང་། གནས་གཞན་དུ་ཁྱེར་བ་བཅས་གཉིས་ཡོད།

རྟགས།

༡༽ རང་གནས་སུ་གཉན་ཚད་ཐོག་པའི་རྟགས།

ཀ༽ མཚན་དཔྲག་ཏུ་གཉན་ཚད་རྒྱས་པ་དང་།

ཁ༽ སྐྱེ་ལམ་དུ་གཉན་ཚད་རྒྱས་པ།

ག༽ ཐུ་སྣོད་དུ་གཉན་ཚད་རྒྱས་པ།

ང༽ མངལ་ཁ་རུ་གཉན་ཚད་རྒྱས་པ་བཅས་བཞི་ལས།

ཀ༽ མཚན་དཔྱག་ཏུ་གཉན་ཚད་རྒྱས་པའི་རྟགས་ནི།

མཚན་དཔྱག་རྨས་སྐྱོན་ཕོར་བའི་རྨ་འཚེམ་ཡོད་མེད་གང་ཡང་རུང་ནད་འབུས་འགོས་ཁྱབ་བྱས་ན། རྨ་ཁར་སྐྲང་སྦོ་བྱུང་བ་དང་། མདོག་དམར་པོར་གྱུར་བ། རྣག་ཆུ་མང་བ། རྨ་ཁ་རལ་བ། རྣག་དྲི་མནམ་པ་བཅས་ཡོད།

ཁ༽ སྐྱེ་ལམ་དུ་གཉན་ཚད་རྒྱས་པའི་རྟགས།

སྐྱེ་ལམ་དུ་མཚན་དཔྱག་བརྒྱུད་ནས་ནད་གཞི་ཐོག་པའམ། ནད་སྲིན་ཐད་ཀར་སྐྱེ་ལམ་སར་ཐོག་པ་བཅས་ཡོད། སྐྱེ་ལམ་སྐྲངས་སྦོ་དང་། གནས་དེར་ཁྲག་གི་འཁོར་རྒྱུག་ཆེ་བས་རིམ་བཞིན་ཐོད་ཉམས་པ་དང་། རྨ་སློགས་བྱེ་བ་སོགས་ཡོད།

ག༽ བུ་སྨྲོད་དུ་གཉན་ཚད་རྒྱས་པའི་རྟགས།

བུ་སྨྲོད་ནང་ཕྱེབས་སུ་ཤ་མའི་ཆ་ཤས་ལུས་པས་གནས་དེར་གཉན་ཚད་རྒྱས་པར་བྱེད། རྨ་དྲི་ཤིན་ཏུ་མནམ་པ་དང་། དྲོད་ཉམས་པ། རྨ་སྐྱོགས་བྱེ་ཞིང་ཚ་བ་རྒྱས་པ། (བང་ཚད་) གྲང་ཤུམ་བྱེད་པ། རྩའི་འཕར་འདེགས་དང་གྲངས་མྱུར་བ། བུ་སྨྲོད་ལས་རྣག་ཆུ་དྲི་མནམ་པ་འཛག་པ་དང་རེག་མི་བཟོད་པ་བཅས་ཡོད། བུ་སྨྲོད་ཀྱི་གཉན་ཚད་ཐོག་ཏུ་མངལ་ཁ་དང་། མཚན་དབྲག སྐྱེ་ལམ་བཅས་ལའང་གཉན་ཚད་རྒྱས་པ་ཡོད།

མན་རྒྱུད་མོ་ནད་ཕལ་པ་གསོ་བའི་ལེའུ་ལས། རྩ་རྒྱུད་ཕྲ་མགྱོགས་ཤེད་མེད་སྙོམ་དང་དང་ཆེ། །ཪོ་སྙོད་གཟེར་ཕྲན་འཕོ་ཞིང་ལུད་པ་དམར། ཞེས་དང་།

བུ་དོན་མ་ལས། རྩ་ནི་ཕྲ་མགྱོགས་ཤེད་ཡང་ཆུང་། །སྟོད་དུ་གཟེར་ཕྲན་འཕོ་ཞིང་འབྱུང་། །ཆུ་སེར་ཤ་ཏུལ་རྣག་ཁྲག་འཛག །དེ་མ་བྱུང་ན་ལུད་པ་ལ། །ཁྲག་གམ་ཤ་ཏུལ་འབྱུང་བ་ཡིན། ཞེས་དང་།

གཙང་སྟོད་ཟིན་ཐིག་དང་ཡང་ཐིག་ལས། རྩ་ནི་ཕྲ་མགྱོགས་ཤེད་ཀྱང་ཆུང་། །སྟོད་དུ་གཟེར་ཐུན་ཡོང་ན་ཡིན། །ཆུ་སེར་ཤེ་རུལ་ཁྲག་རྣག་འཛག །དེ་མ་བྱུང་ན་ལུད་པ་ལ། །ཁྲག་དང་ཤེ་རུལ་འབྱུང་ན་ཡིན། །མཚན་མ་རྒྱུ་ཞབས་ཚ་འབྲབ་ཆེ། །སྐྲག་པར་སྙོམ་དད་ཆེ་བ་ཡིན། ཞེས་དང་།

དཀའ་སྟོན་རོལ་པའི་རྒྱན་ལས། དུག་ཐབས་བཙས་རྫེས་དྲོད་བཙུད་ཉེན་གཉིད་དང་། ཁྲག་ཚད་སྐྱེས་ན་རྩ་གྲིམས་ལུས་ཤེད་ཆུང་། སྙོམ་དད་ཆེ་ཞིང་སྟོད་གཟེར་ལུད་པ་དམར། ཞེས་གསུངས་སོ།།

ང༽ མངལ་ཁར་གཉན་ཚད་རྒྱས་པའི་རྟགས།

བྱེས་པ་བཙས་པའི་རྗེས་སུ་མངལ་ཁ་རྣམས་སྐྱོན་དུ་ཕྱིན་པས་དེར་ཕྲ་སྲིན་འགོས་ཁྱབ་སླ་བ་ཡོད། རྟགས་སུ་ཚ་བ་རྒྱས་པ་དང་། མགོ་གཟེར། རྣག་ཆུ་ཐོན་པ། རྣ་ཁ་སྐྲངས། གྲང་ཤུམ་རྒྱབ་པ་སོགས་བྱེད།

༢༽ ནད་གཞི་གནས་གཞན་དུ་ཕྱེར་བའི་རྟགས་ནི།

གཉན་ཚད་གནས་གཞན་དུ་ཕྱེར་བའི་རྟགས་བཤད་པ་ལ་བཞི་ཡོད།

ཀ༽ ཕུ་སྟོད་འཕྲེལ་ཕྱེད་ཀྱི་ཆུ་རྒྱུས་སར་གཉན་ཚད་རྒྱས་པ་དང་།

ཁ༽ ཁམས་འདྲེན་ཕུ་གར་སྐྲངས་སྦོ་ཕྱུང་བ།

ང༽ གཉན་ཚད་ཀྱི་རྩ་སྦུབ་འགག་པ།

ཅ༽ ཕྲག་རྩར་ནད་སྲིན་ཁྱབ་པ་བཅས་བཞི་ལས།

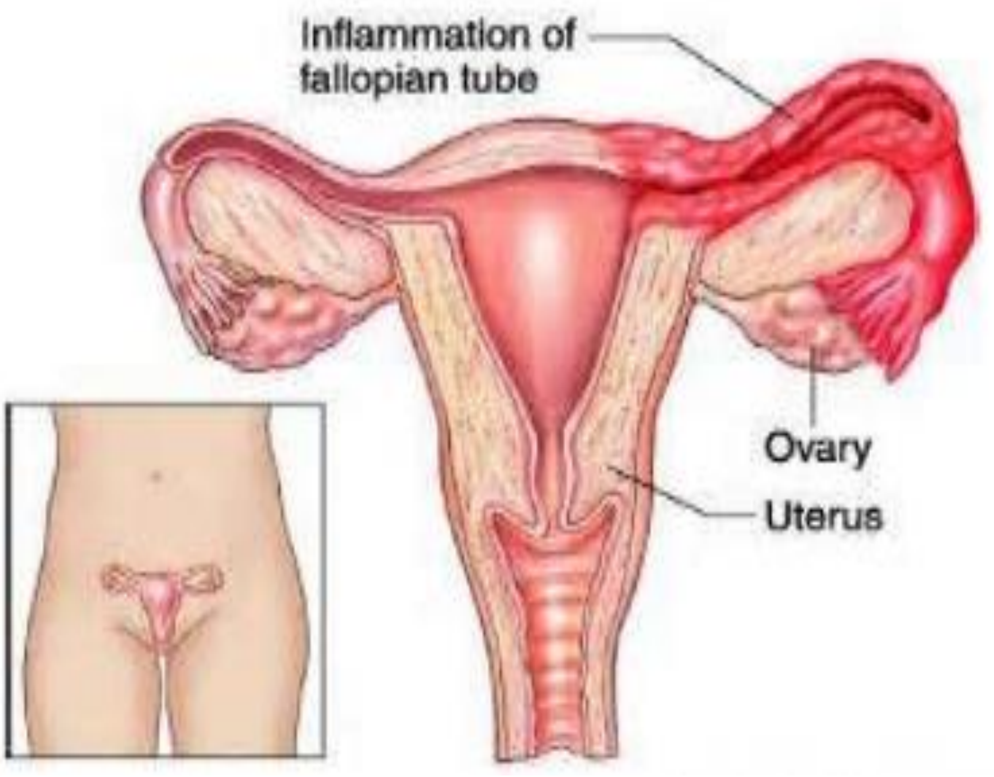
ཀ༽ བུ་སྣོད་འབྲེལ་ཐེབ་ཀྱི་ཚུ་རྒྱུས་སར་གཉན་ཚད་རྒྱས་པ།

/Pelvic cellulites (Perametritis)

གཉན་ཚད་དེ་བུ་སྣོད་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་གི་མཚམས་ན་སྒོང་ནས་གནས་པ་དང་རིམ་བཞིན་དེ་ལས་ཁྲག་རྡག་འཛག་པར་ཐེབ། བུ་སྣོད་ཡང་ཕྱོགས་གཅིག་གི་སར་འབུད་པ་ལྟར་ (contralateral side) ཐེབ་པ་ཡིན། དེ་ནས་བུ་སྣོད་ནང་ལྷེབས་ལས་རིམ་བཞིན་བུ་སྣོད་ཀྱི་ཡོལ་བ་དང་ཚུ་རྒྱུས་སུ་གཉན་ཚད་(བང་ཚད་)ཁྱབ་འཕེལ་ཐེན་པ་ཡིན།

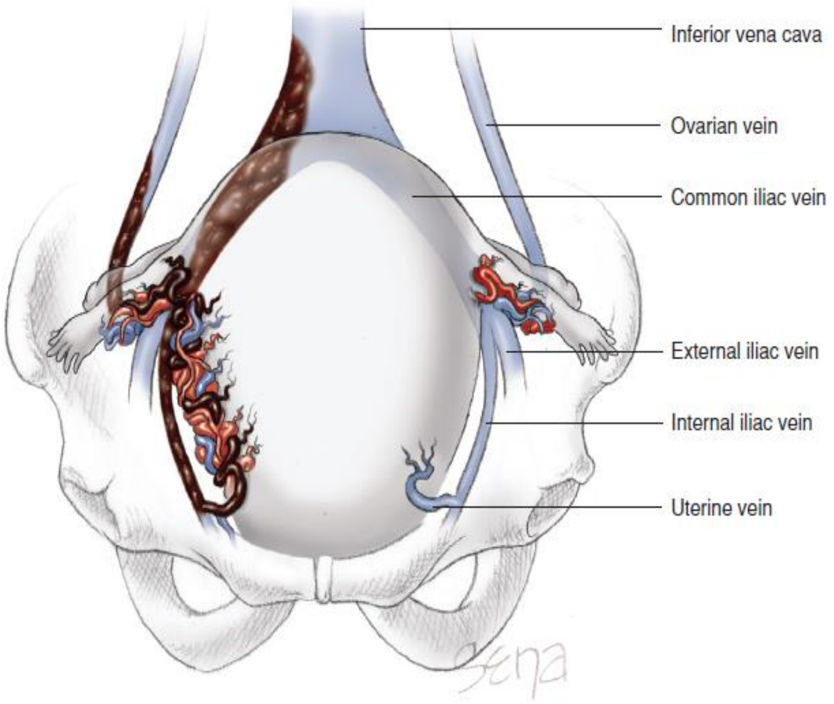
ཁ༽ ཁམས་འདྲེན་བུ་གར་སྐྲངས་སྲོ་བྱུང་བ། (Salpingitis)

སྐྱེ་ལམ་དང་བུ་སྣོད་སོགས་ནས་ཁམས་འདྲེན་བུ་གའི་སར་གཉན་ཚད་(བང་ཚད་)ཁྱབ་པ་ཞིག་དང་། རིམ་བཞིན་གནས་དེར་སྐྲངས་སྲོ་དང་། རྣག་ཆུ་སོགས་འཛག་པར་བྱེད་པ་ཡིན།



ག༽ གཉན་ཚད་ཀྱིས་རྩ་སྡུག་འགག་པ། (Septic pelvic thrombophlebitis)

རྣག་རོ་དང་ཁྲག་རོ་སོགས་ནད་རོ་ལུས་པ་རྣམས་རིམ་བཞིན་མོ་འབྲས་དང་། བུ་སྣོད། ཚང་རའི་རྩ་སྦུབ་ནང་སོང་བ་ཡིན། ནད་རོ་རྣམས་རྣག་ཏུ་སྨིན་པའམ་ཡང་ན་དུམ་བུར་སོང་བས། སྐབས་རེ་ནད་རོ་གློ་བ་དང་མཁལ་མ་སོགས་ཀྱི་ཁྲག་གི་འཁོར་རྒྱུག་སར་ཞུགས་ནས་རྩ་ལམ་འགགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན།



ང༽ ཁྲག་རྩར་ནད་སྲིན་ཁྱབ་པ།
(Septicemia and Septic Shock)

ནད་སྲིན་ (anaerobic Streptococci) ཁྲག་རྩར་ཁྱབ་ན་གློ་བར་རྣག་རྫོལ་དང་། གླད་པར་གཉན་ཚད་རྒྱས་པ། སྙིང་གི་སྐྱི་ལྤགས་དང་། སྙིང་གི་སྦྲུག སྙིང་གི་གཅད་སྒོ་བཅས་ལ་སྐྲངས་སྦྲོ་དང་། དོན་སྣོད་ཀུན་གྱི་བྱེད་ལས་ཉམས་པ་སོགས་ཀྱི་ནད་པ་འཆི་སྐྱུར་བ་དང་། དེ་ཡང་བརྒྱ་ཆ་སུམ་ཅུ་ཙམ་འཆི་བ་ཡོད།

བརྟག་ཐབས།

བྱངས་ཁྲག་ཞན་པའི་ནད་གཞི་དང་། བྱིས་པ་མ་བཙའ་གོང་ལ་ཁྲག་ཕོར་བ། སོར་སྨིན་འབྲུམ་ཐོས་པ། སོ་རྙིལ་དང་། གྲེ་བའི་གཉན་ཚད། གཅིན་སྙིའི་ནད་གཞི། གློ་གཙོང་། གཅིན་ལམ་གཉན་ཚད། དུག་སྦྲང་རྨུག་པའི་ཚད་པ་སོགས་བྱུང་མིན་ནད་པར་འདྲི་རྩད་བྱེད་དགོས།

དེ་བཞིན་བྱིས་པ་བཙས་སྐྱ་བ་དང་། མགོ་ཆུ་རྫོལ་ནས་ཡུན་རིང་ལུས་པ། སྐྱེ་ལམ་ནང་མཛུབ་མོས་ལན་ཇི་ཙམ་བརྟག་པ། བྱིས་པའི་བཙའ་ཡུན། བཙའ་ཐབས། བཙས་རྗེས་ཚ་བ་ལྡང་མིན་བཅས་ལའང་འདྲི་རྩད་བྱེད་དགོས་པ་གལ་ཆེ།

ནད་པའི་རྩའི་འཕར་གྲངས་དང་ཚ་བ་སོགས་ལན་མང་འཇལ་དགོས། གྲེ་བ་དང་། ནུ་མ། གློ་བ། སྙིང་། མཆིན་པ། མཆེར་པ། རྐང་པ་བཅས་ལ་རེག་ནས་ཐ་མལ་ཡིན་མིན་བརྟག་དགོས། ལྟོ་བར་རེག་ནས་བུ་སྣོད་སྲ་སྙི་དང་གཞོམ་མ་གཞོམ། རེག་པ་བཟོད་མི་བཟོད་བཅས་ལ་བརྟག་པ་དང་། སྐྱེ་ལམ་ནང་སྦྲུལ་ནས་རྨའི་གནས་སྟངས་དང་རྨ་ལས་འབབ་པའི་རྣག་ཆུ་སོགས་ཀྱི་མདོག་ཀྱང་ཤེས་རྟོགས་ཐུབ་པར་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན།

ཆེ་ཤེལ་འོག་ཏུ་ཕྲ་སྲིན་བྱེ་བྲག་གང་ཡིན་ངོས་བཟུང་བྱེད་པ་དང་། ནད་པའི་དྲི་ཆུར་བརྟག་པས་གཉན་ཁ་རྒྱས་ཡོད་མེད་དང་། གཉན་འཛོམས་སྨན་ཅི་རིགས་ཞིག་འཕྲོད་མ་འཕྲོད་གསལ་བར་ཐོན་པ་ཡིན། ཟུངས་ཁྲག་བརྟག་པ་ལས་ཟུངས་ཁྲག་གི་ལྷུང་ཚད་དང་། ཁྲག་ནང་གཉན་སྲིན་ཁྱབ་ཡོད་མེད་ཤེས་རྟོགས་ནུས་པ་ཡིན། སྒྲ་རླབས་ཡོ་བྱད་ཀྱིས་བརྟག་པས་ཕྲ་མའི་ལྷག་རོ་དང་། རྣག་འབུར་སོགས་གནས་གང་ན་ཡོད་པ། རྩ་སྦྲུབ་འགག་སའི་གནས་སོགས་མངོན་གསལ་ཐོན། གློ་བའི་ནད་གཞི་དོགས་ན་གློག་པར་རྒྱབ་པས་ཁ་གསལ་ཤེས་རྟོགས་ཐུབ་པ་ཡིན།

ལྷ་པ་བཅོས་ཐབས།

བཅོས་ཐབས་ལ་སྤྱིའི་གསོ་ཐབས་དང་བྱེ་བྲག་གི་གསོ་ཐབས་གཉིས་ཡོད་པ་ལས།

༡༽ གསོ་ཐབས་སྤྱི་ནི།

ནད་པའི་ཟྭངས་ཁྲག་ཏུ་ནད་འབུ་འདི་ (haemolytic streptococcus) ཐོན་ན་གཞན་ལ་འགོ་བས་ནད་པ་ཁེར་རྐྱང་དུ་འཛོག་དགོས་པ་ཡིན། ཟྭངས་ཁྲག་ཞན་པ་དང་ཆུ་ཁམས་སྐམས་པ་གཉིས་གསོ་ཐབས་ལེགས་པར་བྱེད་དགོས། ཟུག་གཟེར་འཛོམས་བྱེད་ཀྱི་སྨན་བཏང་བ་དང་། གལ་ཏེ་རྣག་སྐྱོན་ཆེ་བའི་དབང་གི་ལྷང་པ་མནན་བཙིར་བྱེད་ན། གཅིན་འདྲེན་སྦུ་གུས་གཅིན་ཕྱིར་འདྲེན་དགོས། ནད་པའི་ཁྲག་ཤེད་དང་། རྩའི་འཕར་གྲངས། ཕྱི་ནང་དབུགས་ཀྱི་རྒྱུ་བ། ལུས་ཀྱི་ཚ་དྲོད། གཅིན་དང་རྣག་གི་བུངས། མངལ་གྱི་གཤེར་ཁུའི་མདོག་དང་བུངས་བཅས་ལ་ལེགས་པར་བརྟག་དགོས་པ་ཡིན། ཕྱི་ལུགས་ཀྱི་གཉན་འཛོམས་སྨན་རིགས་ (Gentamycin, Ampicillin, Clindamycin, Cefotaxime, Metronidazole) ནད་འབུ་དང་བསྟུན་ནས་གཏོང་དགོས། སྨན་འདི་རྣམས་བདུན་ཕྲག་གཅིག་ནས་ཉིན་བཅུའི་བར་བཏང་ན་གཉན་སྲིན་འཛོམས་པས་ནད་པ་སོས་པ་ཡིན།

དེ་བཞིན་མན་རྒྱུད་མོ་ནད་ཕལ་པ་གསོ་བའི་ལེའུ་ལས། དེ་ལ་ཁ་ཟས་བསིལ་དྲོད་སྤྱིལ་ལ་བཏང་། །རུ་ཐུང་སྣོད་ཀ་མཁྲིས་རྩ་ཡོང་རྩ་གཏར། །ཨ་རུ་ལྷུམ་རྩ་དུར་བྱེད་ཐང་གིས་སྦྱང་། །བཏབ་སེང་ཏིག་ཏའི་ཐང་བཏང་ག་བུར་རམ། །གུར་གུམ་བདུན་སྙིང་དོམ་མཁྲིས་བསྣན་ལ་བཏང་། །སྨན་དང་ཟས་གཉིས་བསིལ་དྲོད་བསྡོལ་བྱས་ཏེ། །ཚ་གྲང་སྤྱིལ་བཅོས་བཅུད་ལ་སྦྱ་བར་དབབ། ཞེས་དང་།

མན་ངག་ལྷན་ཐབས་དང་ཐེ་སེག་ལས། དེ་ལ་ཏིག་ཏ་བརྒྱད་པས་མཁྲིས་ཚད་བསད། །གུར་གུམ་བདུན་སྙིང་དོམ་མཁྲིས་བསྣན་ལ་བཏང་། །ཤིན་ཏུ་ཚ་ཤུགས་ཆེ་ལ་གསོ་བོ་བརྒྱད། །ག་བུར་གསུམ་སྦྱར་ཁོང་བཏང་གྱི་ལྡེ་དང་། །ཁ་ཝོ་སྦྱར་བ་ཕྱི་ནས་བྱུགས་པར་བྱ། །རྩེ་ཆུང་རུ་ཐུང་སྣོད་ཀ་གཤའ་རིངས་དང་། །ཡོང་རྩ་གཡས་པ་གང་བབས་གཏར་བར་བྱ། །རྗེས་སུ་ཐུར་སེལ་རླུང་ཞུགས་འཛམ་རྩེ་བྱ། །ཟས་དང་སྨན་གཉིས་ཚ་གྲང་སྤྱིལ་མར་བཅོས། ཞེས་དང་།

གསོ་རིག་ཟིན་ཏིག་མ་བུ་ལས། བཙས་རྗེས་ཚད་པ་སྐྱེས་པའི་བང་ཚད་ལ་སྨ་དྲོ་ཞི་དྲུག ཉིན་གུང་གཙོ་བོ་བརྒྱད་པ། དགོང་མོ་ཨ་གར་རིགས་བཏང་། ཡང་ན་ཙནྡན་དཀར་པོ་ཏོང་ལེན་བ་ཤ་ཀ །པདྨ་གེ་སར་ནཱ་ག་ཕྱུགྲ་དང་། །བཙའ་སྨན་སྤང་སྤོས་དུག་ཞུང་གསེར་མེ་ཏོག །བིམྦ་པ་ཏོལ་ཛ་ཏི་འབྲས་བུ་གསུམ། །སུག་སྨེལ་ཀ་རས་བུད་མེད་རིམས་བཏབ་དང་། །བཙས་རྗེས་ཚད་པ་སྐྱེས་པ་སེལ་བར་བྱེད། ཅེས་དང་། གསོ་རིག་ཟིན་ཏིག་ཡང་ཏིག་ལས་ཀྱང་འདི་དང་གཅིག་མཚུངས་གསུངས་ཡོད།

དཀའ་སྟོན་རོལ་བའི་རྒྱན། ཚབས་ཆེ་གཙོ་བརྒྱད་བསྟེན་ལ་ཀྲི་ཤྭེ་དང་། །བ་ཞོ་སྦྱར་བ་ཕྱེ་ལ་བྱུག་པ་དང་། །རྩེ་ཚུང་རྡུ་ཐུང་སྔོད་ཀ་ལོང་རྩ་སོགས། །གང་འོས་གཏར་ལ་ཨར་བརྒྱད་བཏང་བ་གཅེས། །ཟས་སྤྱོད་ལ་སོགས་ཚ་གྲང་སྐབས་བསྟུན་བཅོས། ཞེས་དང་།

ཟུར་འཚོ་བ་ཕྱག་རྡོར་མགོན་པོའི་གཅེས་བསྡུས་རིན་ཆེན་འཕྲེང་བ་ལས། བཙས་རྗེས་མངལ་ཚད་ཡོག་པ་ན། །མཆིན་པ་སྙོད་ཚད་སེལ་བའི་ཕྱིར། །གུར་ཀུམ་ཅུ་གང་ཀླུ་ཤུང་གཙོ་བོ་ལ། །ཨུཏྤལ་བ་ཤ་ཀ་དང་ཕྲི་ཡང་ཀུ། །ཁྲག་ཞུན་བསྲེབས་པ་ཁོང་དུ་བཏང་། །ཁྲི་ཏོང་ཞོ་སྦྱར་ཕྱི་ནས་བྱུག །ཡོང་རྩ་་གཡས་ལ་གཏར་ཁ་བྱ། །ཚད་ཤུགས་ཆེ་ན་རྩེ་ཚུང་གཏར། །གཙོ་བརྒྱད་ག་བུར་གསུམ་སྦྱར་བཏང་། །ཁྲག་ཤུགས་ཆེ་ན་རྩེ་ཚུང་གཏར། །རྗེས་སུ་ཕྱུར་སེལ་རླུང་ཞུགས་ན། །མས་བཏང་འཇམ་རྩེའི་སྦྱོར་བ་བྱ། ཞེས་དང་།

ཕྱག་རྡོར་གསོ་རིག་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་ལས། བུད་མེད་རིམས་བཏབ་བཙས་རྗེས་ཚད་པ་སྐྱེས། །སྙོད་ཚད་སེལ་བའི་གུར་གུམ་བདུན་པའམ། །རྒྱུད་ཆེན་ཆུ་སྲིན་སྡེར་མོ་དགུ་པ་བཏང་། །ཡང་ན་ཕྱི་རྒྱུད་བིལ་བ་བཅུ་བདུན་འཕྲོད། །བུད་མེད་ནད་རིགས་ཀུན་ལ་ཕན་བྱེད་སྨན། །འོལ་མོ་སེར་གྲགས་ཟླ་བ་ལྔ་པ་ཡི། །ཚེས་ལྔ་དྲུག་པའི་དྲུག་དང་བདུན་པའི་བདུན། །འཛུ་བ་གྲིབ་སྐམ་ཞིབ་བཏགས་སྦྱང་རྩིས་སྦྲུས། །ཤ་རིལ་ཙམ་བསྒྲིལ་ཆུ་བསྐོལ་ཞུལ་བཏང་བས། །མངལ་དུ་སྲིད་ཆགས་རྐྱེན་གཞན་དག་གིས་ནི། །བུ་སྙོད་བསྒྱུར་འགྱུལ་ལྟེ་འོག་ན་བར་ཕན། ཞེས་གསུངས་ཡོད།

གཅེས་བསྡུས་རིན་ཆེན་འཕྲེང་བ་ལས། ཁོང་དུ་གཙོ་བརྒྱད་ཕྱི་རུ་ལོང་རྩ་གདར། །དེས་ཀྱང་ཚ་བ་ཆོགས་པར་མ་གྱུར་ན། །དཀར་པོ་དྲུག་སྦྱོར་ཁྲུས་ཀྱིས་ཚད་རོ་འདོན། །མགོ་བོ་ཤིན་ཏུ་གཟེར་ཞིང་ན་བ་ལ། །བང་ནད་གྱེན་དུ་ལོག་པས་རྟགས་ཡིན་པས། །ཐོག་མར་གསེར་གྱིས་མེ་ཏོག་ཏིག་ཏ་དང་། །མི་ཐོད་སྙིང་པ་འབྲུག་རུས་ཐང་གིས་བཙོམ། །དེ་རྗེས་ཆུང་རྩེ་སྨུར་གོང་འཕྱུག་རྩ་གདར། །དེ་ཡིས་ནད་ལས་གྲོལ་བར་ངེས་པ་ཡིན། ཞེས་དང་། བཙས་རྗེས་མགོ་བོ་ན་བ་ལ། །རྩེ་མར་གྲོད་པར་བླུག་པས་བདུག །གལ་ཏེ་བང་ཚད་ཟློག་སྲིད་ན། །སྙོད་དུ་འགྲིམས་པས་གསོ་དཀའ་ཡིན། །སྨན་ནི་ཨ་གར་བརྒྱད་པ་བཏང་། །གཙོ་བོ་བརྒྱད་དང་ཞུག་པ་སྦྱད། །ཞྲ་དྲོ་གཙོ་བོ་བརྒྱད་པ་བཏང་། །དགོངས་མོ་ཨ་ཀར་བརྒྱད་པ་བཏང་།

ཙ་ནི་སྙིང་ཙ་སྒོར་ཙ་གདར། ཞེས་དང་། ཨ་རུ་ཚུ་རིང་༠༥༠མ་ནུ་༠༢༠རུ་རྟ་༠༣༠དང་། །བྲག་ཞུན་༠༣༠སྣ་སྐྱ་༡༣༠ཞིམ་ཐིག་༠༨༠འོལ་མོ་སེ་༠༥༠། ཤ་རུ་༠༢༠ཚ་ལ་༠༡༠མཁན་དཀར་༠༢༠ཤུག་ཚེར་ཙན། །གི་ཝང་༠༠༣ལི་ཤི་༠༡༠གུར་གུམ་༠༣༠ཅོག་ལ་མ་༠༠༥། །དབྱར་ཙ་དགུན་འབུ་༠༡༠དོམ་མཁྲིས་༠༠༡སྣར་བུ་༠༥༠རྣམས། །ཚད་ལྡན་སྦྱར་བ་སྦྱང་རྩིས་སྦྲུས་པ་ཡི། །བཀྲ་ཤིས་རྣམ་རྒྱལ་ཚུ་གང་འོས་ཕུལ། །སོ་ནད་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་བུ་བཙས་རྗེས། །ཚད་པ་སྐྱེས་ནས་རླུང་ཁྲག་གཡེན་འབར་ཞིང་། །ལུས་ལྡེ་རྡུལ་འབྱུང་ལུས་སྦོས་བབ་ཅོལ་སྣ། །ཚ་གྲང་འཐབ་ནས་མགོ་དང་རྐང་ལག་གི །ཚིགས་དང་མཁལ་རྐེད་ན་སོགས་ཀུན་ལ་ཕན། ཞེས་དང་།

དཀའ་སྟོན་རོལ་བའི་རྒྱན་ལས། དེ་ལ་ཏིག་ཏ་བརྒྱད་པ་བཏང་བའམ། །གུམ་གུམ་བདུན་སྟེང་དོམ་མཁྲིས་བསྣན་པའམ། །ཙན་དན་དཀར་དམར་ཧོང་ལེན་བ་ལེ་ཀ །གེ་སར་གཉིས་དང་བཅའ་སྐ་སྤང་སྤོས་དང་། །དུག་ཞུང་གསེར་མེ་ཕིལ་བ་པར་པ་ཏ། །རྡོ་ཏི་འབྲས་གསུམ་སུག་སྨེལ་སྦྱུར་བཏང་བས། །བུད་མེད་རིམས་བཏབ་བཙས་རྗེས་ཚད་པ་སེལ། །ཚབས་ཆེ་གཙོ་བརྒྱད་བསྙེན་ལ་གྱི་ལྕེ་དང་། །བ་ཞོ་སྦྱུར་བ་བཏང་གྱི་ལྕེ་དང་། །བ་ཞོ་སྦྱུར་བ་ཕྱི་ནས་བྱུག་པར་བྱ། །རྩེ་ཆུང་ཙུ་ཁུང་སྟོད་ཀ་གཤའ་རིངས་དང་། །ཡོང་རྩ་གཡས་པ་གང་བབས་གཏར་བར་བྱ། །རྗེས་སུ་ཐུར་སེལ་རླུང་ཞུགས་འཛམ་རྩེ་བྱ། །ཟས་དང་སྨན་གཉིས་ཚ་གྲང་སྙེལ་མར་བཅོས། ཞེས་དང་།

ཡབ་སྐྱབས་མགོན་གྱི་སྨན་ཡིག་ལས། བཙོས་རྗེས་དུག་ཐབས་ཁྲག་གཟེར་ལྡིང་བ་ནི། །སྤྲ་དྲོ་གཙོ་བོ་བརྒྱུད་པ་ཡང་ཡང་བཏང་། །དགོང་མོ་ཨ་གར་བརྒྱུད་བཏང་ཕྱིན་གཞུག་གཏར། །མོ་ནད་ཀུན་ལ་སྣོད་ཁ་ཏུ་ཐུང་དང་། །ཕྱིན་གཞུག་ལོང་རྩ་གང་འོས་གཏར་བར་བྱ། ཅེས་དང་།

མན་ངག་རིན་ཆེན་གསེར་སྒྲོམ་ལས། བཙོས་རྗེས་དུག་ཐབས་ལ་ནག་པོ་བཞི་ཐང་དང་། །བཙོས་རྗེས་རླུང་ལ་ཨ་གར་སོ་ཟླ་དགོས། །ཤིན་ཏུ་ཚབས་ཆེ་རྣམ་ཤེས་སོར་ཆུད་གཏོང་། །དེ་ལས་རིགས་འདྲེས་ཚ་གྲངས་རླུང་གསུམ་ཟླ་གཉན་སྤོང་ཟླ་སོགས་དངོས་པོ་གསོ། ཞེས་དང་།

༤ ཁྱེ་བྲག་ཏུ་གསོ་ཐབས།

༡) མཚན་དབྲག་བཙེམ་ཡོད་ན།

འཚེམ་བུ་དཀྲོལ་ནས་རྣག་ཆུ་འཛག་ཏུ་བཅུག་དགོས་པ་ཡིན། རྨ་ཁར་ཚ་དུགས་དང་རྨ་རྩེ་བཏབ་ནས་གསོ་དགོས།

༢) མངལ་ནང་ཤ་མའི་ཆ་ཤས་ལུས་པ།

ཤ་མའི་ཆ་སེནཊི་མིཊར་༢-༣ ལས་ཆུང་བ་ཡོད་ན་རང་སོལ་དུ་འཛག་ན་རུང་། དེ་མིན་གཉན་འཇོམས་སྨན་བཏང་བའི་ཆུ་ཚོད་ཉི་ཤུ་རྩ་བཞིའི་རྗེས་སུ་ཆ་བྱད་ཀྱིས་ལེན་ཐབས་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན།

༣༽གཉན་ཚད་ཀྱིས་རྩ་སྦུབ་འགག་པ།

གཉན་ཚད་དམ་གཉན་སྲིན་རྐྱེན་པས་རྩ་སྦུབ་འགག་པར་ཁྲག་ལིང་ཤེག་སྨན་ (i.v heparin) ཉིན་བདུན་ནས་བཅུའི་བར་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན།

༤༽རྣག་སྐྲན་བསྒྲོངས་པ།

ཐོག་མ་སྒྲ་རླབས་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱིས་རྣག་སྐྲན་ཡོད་པའི་སར་བརྟན་པོར་བརྟག་ནས་རྣག་འདོན་བྱེད་ཀྱི་ཆ་བྱད་ (colpotomy) ཀྱིས་རྣག་ཕྱིར་སྦྱང་བར་བྱེད་དགོས།

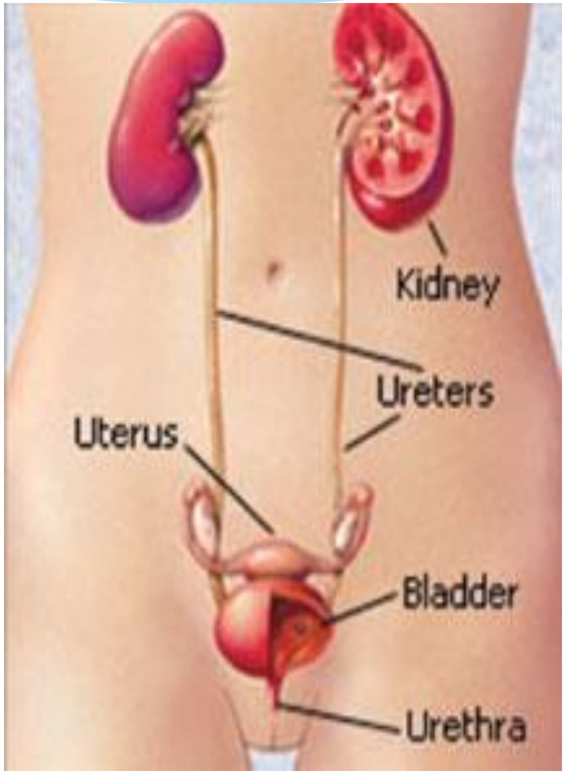
༢༡ གཅིན་ལམ་གཉན་ཚད།/(UTI)

རྒྱུ་རྐྱེན།

བཙས་རྗེས་ཚ་བ་འཕར་བའི་ནད་གཞི་གཙོ་བོ་ནི་གཅིན་ལམ་གཉན་ཚད་འདིས་བྱས་པ་ཡིན། ནད་འདིའི་རྒྱུ་ནི། ཕྲ་སྲིན་(E.coli, Klebsiella, Proteus and Staphylococcus aureus) འདི་རྣམས་ཡིན། རྐྱེན་ནི། མ་དེར་སྔར་ཡོད་པའི་གཅིན་གྱི་ནད་གཞི་རྣམས་ལྡང་བ་དང་། མཚན་མར་གནས་པའི་སྲིན་ཁྲོས་པ། སྨན་ཁང་དུ་གཅིན་འདྲེན་འཁྱིལ་སྦྲུབ་ལན་མང་སྤྱོད་པ། བྱིས་པ་བཙས་རྗེས་ལྷག་པར་དྲི་ཆུ་ཁེངས་པས་འཚོར་བ་ཉམས་པས་དྲི་ཆུ་ཡུན་རིང་ལྷག་པར་ལུས་པ་རྣམས་ཡིན།

ནད་རྟགས་།

རྒྱུ་སྨད་གཟེར་ཆེ། གཟེར་དེ་སྐབས་རེ་རྩ་ནག་གི་སར་འགྱོ། གྲང་ཤུམ་དང་བཅས་པར་ཚ་བ་འཕར། (spiky 40°C) རྫུལ་རྗེས་ལུས་ཀྱི་དྲོད་ཚད་ཉམས། (34°C) གཅིན་ལམ་བསྲེག་པ། ཞེ་མེར་ལྡང་། སྐྱུགས། དང་ག་འགག ལུས་ཀུན་གཟེར། དབུགས་མི་བདེ། གློ་རྩ་སྐྲངས་པ་བཅས་ཡིན།



བཅོས་ཐབས།

ལུས་ཀྱི་ཆུ་ཁམས་ཉམས་པ་གསོ་དགོས། ལུས་ཀྱི་དྲོད་ཚད་དང་། ཁྲག་ཤེད། རྩའི་འཕར་གྲངས་དྲི་ཆུའི་བུངས་སོགས་ལ་བརྟག་པ་དང་། ཕྱི་ལུགས་ཀྱི་གཉན་འཛོམས་སྨན་ (I.V antibiotics-Cephalosporins, Gentamicin, Cefazoline etc.) ཉིན་བདུན་ནས་བཅུའི་བར་གཏོང་དགོས། སྨན་བཏང་བའི་ཉིན་བཅུ་བཞིའི་རྗེས་ལ་དྲི་ཆུར་ནད་སྲིན་ལྷག་མ་ལུས་ཡོད་མེད་བརྟག་དགོས། གཉན་འཛོམས་སྨན་གྱིས་མ་སོས་ཚེ། མཁལ་རྗེ་ནད་གཞིར་དོགས་དགོས་པས་སྒྲ་རླབས་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱིས་བརྟག་དགོས་པ་གལ་གནད་ཆེ་བ་ཡིན།

དེ་བཞིན་རང་ལུགས་བཙས་རྫེས་ཀྱི་གཅིན་ནད་སྐོར་***སློབ་དཔོན་ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱི་གསང་ཏིག་སྒྲོན་མ་ལས།*** བཙས་རྫེས་ནད་ཞབས་ཉོམས་པ་ལ། །རྒྱུ་ཞབས་ན་ཞིང་ཆུ་གཏིག་ན། །སྲོན་ལ་སྤྲང་མའི་དུགས་ཀྱང་བྱ། །ཞག་གཅིག་འདས་ནས་ཚ་དུགས་བྱ། །དེ་ནས་ཡོང་རྩ་བཙག་མལ་གཏར། ཞེས་གསུངས་ཡོད།

༣༽ ནུ་མའི་ནད་གཞི།

དབྱེ་བ།

༡༽ ནུ་ཞོ་རྒྱས་པ། (Breast engorgement)

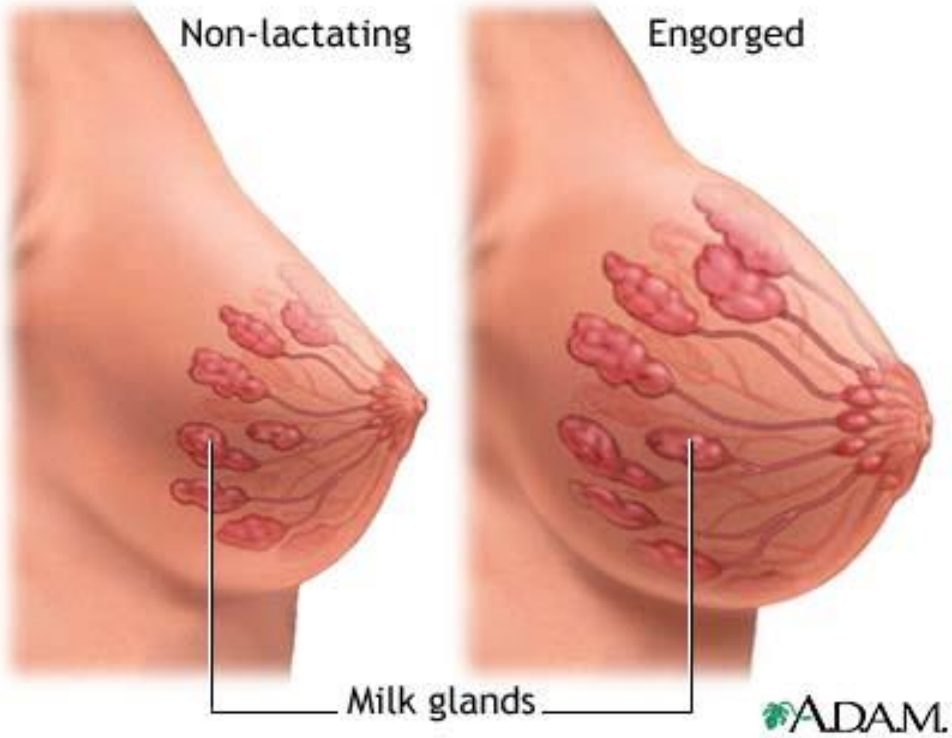
༢༽ ནུ་མ་སྐྲངས་པ། (Mastitis)

༣༽ ནུ་མར་རྣག་ཆུ་བསགས་པ། (Breast abscess)

༤༽ ནུ་རྩེ་གས་པ་དང་རྡེབ་པས་ནུ་རྩེར་གཟེར་ཟུག་འབྱུང་བ་ (Cracked and retracted nipple) བཅས་ཡོད།

༧༡ ནུ་ཞོ་རྒྱས་པའི་ནད་གཞི།
(Breast engorgement)

སྐྲོད་ཆུ་དང་རྨེན་བུའི་ཆུ་ལམ་ (Lymphatic) ནང་ནུ་ཞོ་རྒྱས་དྲགས་པའི་རྐྱེན་གྱིས་ནུ་ཞོ་རྒྱུ་སའི་བུ་ག་འགག་ནས་ནུ་ཞོ་མི་རྒྱུ་བ་ཞིག་ལ་ཟེར། ཨ་མ་གསར་པ་དང་ནུ་མ་མཁྲེག་ལ་ནར་འཁྲུམ་གྱི་བྱེད་ལས་ཉམས་པ་རྣམས་ལ་ནད་གཞི་འདི་འབྱུང་སླ་བ་ཡོད། སྤྱིར་ནུ་མར་ནུ་ཞོ་རྒྱས་དྲགས་པ་ནི་བྱིས་པས་ནུ་མ་ནུ་མ་ཐུབ་པའི་རྟགས་ཡིན། བྱིས་པ་བཙས་པའི་ཉིན་གསུམ་བཞི་རྗེས་སུ་ནད་འདི་འབྱུང་བ་ཡིན།



ནད་རྟགས།

ཟུག་གཟེར་ཆེ་བ། ནུ་མ་རྒྱངས་ཤིང་ལྷེ་བ། ལུས་མི་བདེ་བའི་རྣམས་པ་དང་ཚ་བ་ལྡང་། བྱིས་པའི་ནུ་མ་ནུ་སྐབས་ལྷག་པར་ན་ཟུག་ཆེ་བ་བཅས་ཡོད།

བཅོས་ཐབས།

ནུ་ཤུབས་སོགས་ཀྱིས་ནུ་མ་སྐྱོར་དགོས་པ་ཡིན། བྱིས་པས་ནུ་མ་ནུ་རྗེས་ནུ་ཝོ་ལྷག་མ་ལུས་ཡོད་ན་ལག་པས་འཛོ་དགོས། གཟེར་འཇོམས་སྨན་དང་དུགས་སོགས་ཀྱིས་ཕན་པ་ཆེ། དུས་ངེས་མེད་དུ་བྱིས་པར་ནུ་ཝོ་སྦྱིན་པ་དང་། ནད་ཚབས་ཆེ་ན་ནུ་ཝོ་ཆུ་མདངས་ཕྱིར་དྲངས་པར་བྱེད་ན་ནུ་མའི་ཟེར་གཟུག་ཞི་བ་དང་ནུ་ཝོ་ཡང་དེ་ཙམ་མི་འཕེལ། སྤྱིར་བྱིས་པ་བཙས་མ་ཐག་ནུ་ཝོ་སྦྱིན་དགོས་པ་དང་། བྱིས་པས་ནུ་མ་ནུ་སྐབས་ནུ་ཏོག་ཁ་ཡི་ནང་ལེགས་པར་བཅུག་དགོས། དེ་བཞིན་བྱིས་པ་དང་མ་གཉིས་ཀའི་གནས་སྟབས་ལེགས་པོ་དགོས་པ་གལ་ཆེ།

༤ ནུ་མ་སྐྲངས་པའི་ནད་གཞི། (Mastitis)

རྒྱུ་རྐྱེན་ནི།

ནུ་མ་སྐྲངས་པའི་ནད་གཞིའི་རྒྱུ་ནི། བྱིས་པར་ནུ་མར་ལེགས་པ་མ་བསྟུན་པ་དང་། ནུ་རྡོག་གས་པ་བཅས་ཡིན། རྐྱེན་ནི། ནད་སྲིན་ (Staphylococcus aureus, S.epidermidis and Streptococci) འདི་གསུམ་ནུ་མའི་གནས་སུ་ཁྱབ་འཕེལ་བྱིན་པས་ནད་འདི་སྐྱེད་པ་ཡིན།

དབྱེ་བ།

ནུ་མའི་ཁྲག་རྩ་དང་རྡུལ་ཕྲན་(breast parenchymal tissue) སར་གཉན་ཚད་རྒྱས་པ་དང་།

ཉོ་མ་འདྲེན་པའི་བུ་གར་གཉན་ཚད་རྒྱས་པ་བཅས་གཉིས་ཡོད།

གསུམ་པ་རྟགས།

སྤྱི་རྟགས་ནི། ལུས་སྐོམ། ཚ་བ་ལྡང་། (102°F) གྲང་ཤུམ་བྱེད། ནུ་མ་སྐྲངས་མདོག་དམར་ལ་གཟེར་ཟུག་ཆེ། རེག་པ་ཚ་ལ་སྲ་བ། སྐྲངས་པོའི་དབྱིབས་གྲུ་གསུམ་ལྟ་བུ་དང་དེའི་རྩེ་མོ་ནུ་རྡོག་སར་བརྟེན་པ་བཅས་ཡོད།

ཁྲག་རྩ་དང་སྦྲེལ་བྱེད་ཀྱི་རྟུལ་ཕྲན་རྣམས་གཉན་ཚད་རྒྱས་པ་ནི་བཙས་རྗེས་ཀྱི་བདུན་གཅིག་གི་རྗེས་སུ་ཡོང་བ་ཞིག་དང་། ནོ་འདྲེན་བུ་གར་གཉན་ཚད་རྒྱས་པ་ནི་བཙས་རྗེས་ཀྱི་བདུན་འགའི་རྗེས་སུ་ཡོང་བའི་ནུ་མའི་ནད་གཞི་ཞིག་ཡིན།

བཞི་པ་བཅོས་ཐབས་ནི།

ནུ་བརྟེན་སོགས་ཀྱིས་ནུ་མ་སྐྱོར་དགོས་པ་དང་། སྒོམ་རིགས་མང་དུ་བསྟེན་དགོས་ཤིང་། ནུ་མ་སྐྲངས་སྒོ་ཆེ་བ་དེ་བྱིས་པར་སྟོན་ལ་ནུ་རུ་བཙུག་པ་དང་། ནུ་ཞོ་ལྷག་མ་ལུས་པ་ལག་པས་བཞོ་ཞིང་། གཉན་འཇོམས་སྨན་(Flucloxacillin) ཉིན་བདུན་རིང་གཏོང་བ། གཟེར་འཇོམས་སྨན་(Ibuprofen) ཡང་གཏོང་དགོས་པ་བཅས་ཡིན།

མན་རྒྱུད་ལེའུ་དྲུག་ཅུ་རྩ་གཉིས་པ་ཕྲན་བུའི་ནད་གསོ་བ་ལས། ནུ་མ་སྐྲངས་ན་ཕྱོ་བཀུག་ཐང་གིས་སྦྱང་། །སྲིན་ཐལ་གནའ་བའི་གཞུག་སྤུ་རྒྱ་ཚ་རྣམས། །བྱིས་པའི་རྒྱུ་ལ་སྦྱར་ལ་ཐོ་རངས་བཏང་། །ཕིགས་ནས་དབྱི་རུས་བསྲེགས་ཐང་ཤུག་ཏུ་བཏང་། །ཟུག་ཆེ་སྤང་རྒྱན་ཐོུད་སྨན་ཤིང་མངར་ཤུག །ནུ་མའི་ཚབས་དང་སྤྲ་འགགས་སྐྲངས་པ་སྦྱོང་། ཞེས་གསུངས་ཡོད།

གསང་ཏིག་སྒྲོན་མ་ལས། ཉ་མ་སྐྱངས་པར་གྱུར་པ་ན། །ཉ་མའི་སྟེང་དུ་མཚལ་དག་གིས། །ཡི་གེ་ཉ་གཅིག་བྲི་བར་བྱ། །ཆུ་རྗོ་གྲང་མོས་བདུག་པས་ཐུབ། །ཉ་མའི་སྐྲང་མདོག་དམར་བ་དང་། །རེག་མི་བཟོད་ཅིང་ན་བ་ལ། །ལྷུམ་རྩ་ཡ་བཀྲ་གཉིས་དང་། །ཏིག་ཤིང་རྟ་མིག་བསྲེག་པའི་གཞོབ། །ཚང་དང་སྦྱར་ལ་ཕོང་དུ་གཏོང་། །སྐྲངས་པ་ལ་ཡང་བྱུག་པར་བྱ། །ཁ་ཟས་དྲོད་དུ་བྱ་བ་མིན། །དེས་མ་ཕན་ན་བྱ་བྲམ་བདུག །དེ་ནས་སྨྲང་མར་གཞུག་པར་བྱ། ཅེས་དང་།

མན་རྒྱུད་ལེའུ་བདུན་ཅུ་རྩ་ལྔ་པ་མོ་ནད་བྱེ་བྲག་བཅོས་པའི་ལེའུ་ལས། ཉ་ཚབས་ཉ་མ་སྐྲངས་ཤིང་ཟུག་གཟེར་ཆེ། ཞེས་དང་། ཉ་མའི་ཁྲག་ཚབས་མཚལ་གྱི་ཉ་དགུས་མནན། །བ་ཤ་ག་དང་ཀྱི་ལྡེ་དཀར་པོ་དང་། །ཨ་རུའི་ཐང་བཏང་འབྲུ་སྣའི་སྨན་མར་སྦྱར། །རྒྱབ་རྩ་གཏར་ཞིང་གསུམ་པ་བདུན་པ་བསྲེག ཞེས་གསུངས།

མན་ངག་རིན་ཆེན་གསེར་སྒྲོམ་ལས། ཉུ་མ་སྐྲངས་པའི་ནད་ལ། བཅོས་ཐབས་དང་པོ་ཀྱི་ལྡེ་སེང་ལྡེང་དང་། །འབྲས་གསུམ་བ་ཤ་ཀ་དང་སྲང་མ་རྣམས། །བསྡུས་ཐང་བཏང་བས་ཉུ་མ་སྐྲངས་ནད་སེལ། །ཕོང་སླན་གཙོ་ཁྱུང་གཙོ་བོར་གང་འོས་གཏོང་། །ཕྱི་ནས་སྦྱབ་ཀ་སྣ་ཏིག་ཟླུགས་ཀྱུ་སྣུག་ཤ་དང་། །ཀྱི་ལྡེ་ཏོང་ལེན་ཞུག་ཆོས་མཉམ་པ་ཡི། །ལུམས་སུ་གཞུག་པས་ཟུག་རྫུ་ཞི་བར་འགྱུར། །ཡང་ན་ཉུ་ཚབས་གུར་གུམ་བཅུ་བདུན་ནི། །གུམ་གུམ་བཅུ་གསུམ་སྙེང་དུ་ནི་(ཁྲག་ཚབས་སྲིན་ཚབས་ལ།) །ཆུ་སེར་སླན་གསུམ་སེང་ལྡེང་ཁཎྜ་བསླན། ཞེས་གསུངས་ཡོད།

མན་ངག་བྱེ་བ་རིང་བསྲེལ་ལས། ནུ་མའི་བཅོས་བདེ་བའི་འཁོར་ལོ་ནི། ནུ་མ་སྐྲངས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། བུ་བྱུང་ནས་སྐྲངས་པ་དང་། མ་བྱུང་ནས་སྐྲངས་པའོ། །དེ་གཉིས་ཀ་བཅོས་པ་ནི། རའི་རིལ་མ་ཁྱོར་བ་ཕྱེད་བརྡུངས་ཏེ་ར་གཅིན་གྱི་འདམ་པ་བྱས་ལ་ནུ་མའི་སྟེང་དུ་མཐུག་པར་བྱུག་པ་བྱའོ། །ཞག་མ་གཉིས་ལ་དེ་བཞིན་བྱས་ལ་མ་ཟག་པར་བཅིང་ངོ་། །ཞག་གསུམ་ལོན་པ་དང་རྣག་ཡོད་ན་རྫོལ་ནས་འོང་། དེ་ཡང་རླུང་ལས་གྱུར་ན་ཡང་ཞི་བར་རིགས་སོ།། རྣག་ཡོད་ན་རྫོལ་ན་ལེགས། མ་རྫོལ་ན་ཡང་ཤིང་མངར་འོམ་བུ་བརྡུངས་ཏེ་བསྐོལ་བའི་ཁུ་བ་འཇམ་ཙམ་གྱིས་བཀྲུའོ། །རྣག་འབྱམས་ན་ཤུ་དག་དཀར་པོ་འཇམ་པར་བཞོགས་ལ། གར་རྫོལ་བའི་བུ་གར་མར་གྱིས་བསྐུས་ལ་གཞུག །ཕྱིར་མི་བུད་པར་བྱ། མི་འབྱུང་བ་དམ་པར་བཅིངས་ལ་ནུ་མའི་འདབ་ཡེ་གེ་འདྲེ་ཞེས་པས་འཁོར་མར་བྲི། ཡང་ན་ཉ་བྲི། ཉིན་གཅིག་ཤུ་དག་ལན་གཉིས་བྱུག་སྟེ། སྣར་ཡང་མར་གྱིས་བྱུག བསེར་བུ་མ་ཕོག་པར་བྱས་ན་སོས་སོ། །ཡིད་ཆེས་སོ། བུ་བྱུང་ནས་སྐྲངས་ན་གནའ་བའི་སྤུ་གྲ་མ་ཉམས་པ་དང་།

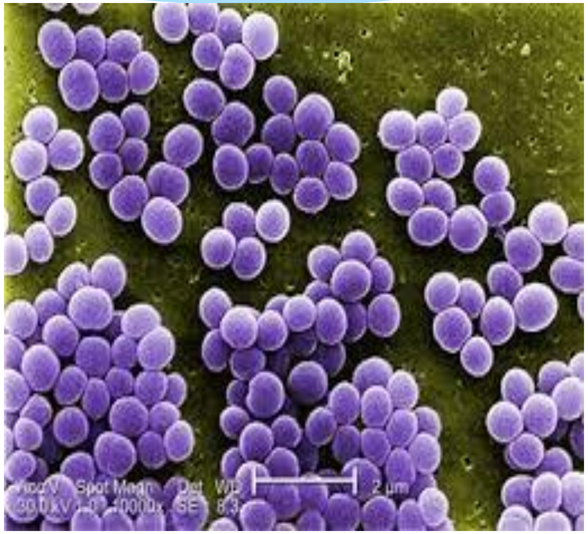
སྤྱིན་མའི་མགོ་ར་མ་ཉམས་པ་དང་། སེང་གེའི་རུས་པ་གསུམ་སླ་ངའི་ནང་དུ་བཅུག །དུ་བ་མ་ཤོར་བར་བྱས་ཏེ། ཐལ་སྨན་བྱས་ལ་ཕྱེ་མ་བགོས་ཏེ། ཕྱེ་མ་རུ་རྟ་དང་བསྲེས་ལ་རིལ་བུ་བྱས་ཏེ། སེང་རུས་ (ཁྲི་)ཐང་ལ་རྟ་བྱས་ཏེ་ཁོང་དུ་བཏང་ངོ་། །ཕྱིད་ཕག་ཚིལ་སྙིང་བ་དང་བསྲེས་ལ་ཕྱི་ནས་བྱུག་གོ། །ལག་ལེན་ཡིན་ནོ། །ཕོལ་རྫོལ་ནས་འོ་མ་ཆད་པ་འདྲ་ན། ཁྱུང་ལྡའི་སྙིང་དུ་གུ་གུལ་དཀར་ནག བྱང་བ་ཁྲ་བོ། རྒྱ་ཚྭ། མཚལ་དཀར། དེ་རྣམས་རྩ་བཞལ་དུ་བྱས་ནས་བཏང་ངོ་། །བྱུག་པ་ལ་འབྲས་བུ་གསུམ། རྒྱ་སྐྱེགས། བཙོད། ཞུན་མཁན། སོ་ཐོག རྨ་བྱའི་མདོངས། གླང་རོག་པོའི་རྭ། གུ་གུལ་ནག་པོ། དཀྱིལ་འཁོར་ས་ཚོན། དེ་རྣམས་རའི་འོ་མ་དང་སྦྱར་ནས་བྱུག་གོ། །སའི་དུང་ནི་འོད་ལྡན་དང་། སེང་གའི་རུས་པ་དང་། འདི་གཉིས་ལེགས་པར་བསྐོལ་ནས་བར་སྐབས་གཏོང་ངོ་། །ཟ་མ་ནི། སླ་དགོ་གནའ་བ་གསུམ་གྱི་ཤ་བཏང་བས་མཆོག་ཡིན་ནོ། །འོ་མ་ལྡན་པའི་མ་རྣམས་བདེ་འགྱུར་ཅིག ཞེས་གསུངས་སོ།།

༣༽ ནུ་མར་རྣག་ཆུ་བསགས་པ། (Breast abscess)

ནུ་མར་རྣག་ཆུ་བསགས་པ་ཞེས་པ་ནི།
སྤར་ནུ་མར་ནུ་ཞོ་ཁེངས་ནས་སྐྱངས་སྒོ་
བྱུང་བ་དེར་སྨན་བཅོས་མ་བྱས་པར་
ཡུན་རིང་ལོན་ཚེ་གནས་དེར་ནད་སྲིན་
ཐོག་པས་རྐྱེན་གྱིས་རྣག་ཆུ་བསགས་པ་
ཞིག་ལ་ཟེར།

གཉིས་པ་རྒྱུ་རྐྱེན།

ནུ་ཞོ་ཡུན་རིང་ལུས་པ་དང་། ནུ་རྩེའི་སྐྱེང་གས་རྨ་ཐོན་པ་སོགས་ཀྱིས་གཉན་སྲིན་ (Staphylococcus aureus) ཐོག་པས་ནད་འདིའི་རྐྱེན་བྱེད་པ་ཡིན།



གསུམ་པ་ནད་རྟགས།

ནུ་མ་སྐྲངས་མདོག་དམར། རེག་པ་ཚ་ལ་མི་བཟོད་པ་དང་། གཡོ་བ། ཚ་བ་འཕར་ཆག་བྱེད། གཉན་འཛོམས་སྨན་གྱིས་མི་ཕན་པ་བཅས་ཡོད།

བརྟག་ཐབས།

ཁྲག་ལ་བརྟག་པས་ནད་གཞི་ཚབས་ཆེ་ཆུང་དང་། ནད་འབུ་གང་གིས་རྐྱེན་བྱེད་པ། སྨན་བྱེ་བྲག་བ་གང་གཏོང་དགོས་མིན་སོགས་དང་། དེ་བཞིན་མ་ཡི་ནུ་ཞོ་ཡང་ཆེ་ཤེལ་འོག་བརྟག་པས་ནད་སྲིན་བྱེ་བྲག་བའི་དབྱེ་འབྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན།

བཅོས་ཐབས།

མན་ངག་རིན་ཆེན་གསེར་སྒྲོམ་ལས།   ནུ་ནད་རྙིང་པ་འབྲས་ལྟར་རྨ་ཁན་ལ། །ལྕུམ་ཆེན་དགུ་སྦྱོར་ཁོང་བཏང་ཕྱི་བྱུག་མཆོག །སྔགས་བཅོས་བྱུད་མེད་ནུ་སྐྲངས་སྔགས་འདི་བཟླས། །ཨོཾ་ཏུབ་ཏུབ་ཆིལ་ཆིལ་སྭཱ་ཧཱ། ཞུ་དག་ཞིབ་པ་བུད་མེད་རང་གི་མཆིལ་མས་སྦྲུས་ལ་བསྐུས། །ནུ་མ་ལ་སྔགས་བྲི་མང་དུ་བཟློད་ལ་ཕུར་བྱའོ། །རྒྱབ་རྩ་གཏར་ཞིང་གསུམ་པ་བདུན་པ་བསྲེགས། ཞེས་དང་།

གསང་ཏིག་སྒྲོན་མ་ལས། རྣག་ན་བཞིན་པའི་ས་ཏུ་དབུག །ཞ་ཐེམ་མདེའུ་ཏུ་རིག་པས་དཕྱད། །སྦང་མ་གཙབ་པ་གཏང་བར་བྱ། །ཚིངས་སྐྱིས་རིག་པའི་མདའ་ལ་དྲིས། །ཁ་ཟས་ཚ་གྲང་ཚོད་དང་སྦྱར། །འབྲས་སུ་སོང་ན་ལྷུགས་ཀྱིས་བསྲེག ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ནི།

ནུ་མར་རྣག་ཆུ་འཁྱིམས་པ་ཕྱིན་འདྲེན་ཐབས་ནི་ཐོག་མར་རྣག་འདྲེན་སའི་གནས་དེར་སྦྲིད་སྨན་བཏང་རྗེས་ཆུ་མདས་ཕྱིར་དྲངས་དགོས་པ་ཡིན། རྣག་བུངས་ཆེ་ན་རྣག་འཁྱིམས་པའི་སར་འཕྲེད་དུ་རྨ་ཁ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་གཤགས་ནས་རྣག་འདོན་དགོས། འཕྲེད་དུ་གཤགས་པས་རྨ་གསོ་སྐྱིད་སྲུར་བ་ཡོད།

རྣག་རོ་བཏོན་ཞུལ་སྟོང་ཆར་སང་རས་ཀྱི་འགེངས་པ་དང་ཚུ་ཚོད་ཉེ་ཞུ་རྩ་བཞིའི་རྗེས་སུ་ཕྱིར་འདོན་ཏེ་སླར་ཡང་སང་རས་སྐྱར་ལས་ཆུང་བ་ཞིག་ནང་དུ་ཞུགས་དགོས། རྨ་ཁ་མ་སོས་བར་འདི་ལྟར་ལན་མང་བྱེད་དགོས། རྣག་འཁྱིམས་པའི་ནུ་མ་དེའི་ནུ་ཞོ་ཚུ་ཚོད་གཉིས་རེའི་མཚམས་ནས་ཕྱིར་བཏོན་པ་དང་ནད་མེད་པའི་ནུ་མ་དེར་སྐྱར་བཞིན་བུ་ལ་ནུ་ནུ་བཙུག་དགོས་པ་ཡིན། ཕྱི་ལུགས་ཀྱི་སྲྀ་ཁྱབ་གཉན་འཛོམས་སྨན་(Cefazolin, Cephalexin, Erythromycin, Penicillins) དང་། གནས་དེར་ཚ་དུགས་དང་གྲང་དུགས་རེས་བཞིན་ལན་མང་བསྙེན་པ་སོགས་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན།

༤༽ ནུ་རྩེར་གཟེར་ཟུག་བྱུང་བ།

ནུ་རྩེར་གཟེར་ཟུག་བྱུང་བའི་རྐྱེན་ནི་ནུ་རྩེ་གས་ (Cracked) པ་དང་ཧེབ་པ་ (retracted nipple) བཅས་གཉིས་ལས།

དང་པོ་ནུ་རྩེ་གས་པ།

བྱིས་པས་ནུ་མ་ལེགས་པར་ནུ་མ་ཐུབ་པས་ནུ་རྩེའི་སྐྱི་ལྤགས་ཟད་པའམ་ནུ་རྩེར་གས་པ་བྱུང་བའི་དབང་གིས་ཟུག་གཟེར་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་ཞིག་ལ་ནུ་རྩེ་གས་པ་ཟེར།

རྒྱུ་རྐྱེན།

གཙང་སྦྲ་དོ་སྣང་མེད་པས་ནུ་རྩེར་དྲིག་པ་འཁོར་བ་དང་། ནུ་རྩེ་རྗེབ་པ། ནུ་མ་ནུ་སྐབས་ནུ་རྩེ་བྲེས་པའི་ཁ་ནང་དུ་ལེགས་པར་འཛིན་མ་ཐུབ་པས་རྨ་ཆགས་པ་སོགས་ཡིན།

ནད་རྟགས།

ནུ་རྩེ་ཚ་གཟེར་ཆེ། དེ་ཡང་བྲེས་པས་ནུ་མ་ནུ་སྐབས་དམིགས་བསལ་ན་ཟུག་གཏོང་བ་ཡིན།

བཅོས་ཐབས།

རྒྱུན་ལྡན་དུ་བྱིས་པས་ནུ་མ་ནུ་བའི་སྔ་རོལ་དང་རྗེས་སུ་གཙང་མ་བཟོད་དགོས། ནུ་རྩེར་གས་ཤོར་བྱུང་བ་དེར་བྱིས་པས་ནུས་ན་གསོ་སླ་བ་དང་སྒྱུར་བ་ཡོད། དེ་བཞིན་ནུ་ཞོ་དང་ཁ་ཆུ་ལའང་གས་པ་གསོ་བའི་ནུས་པ་ཡོད། གས་པ་ནད་ཚབས་ཆེ་ན་ནུ་ཞོ་ལག་པས་བཞོས་ནས་བྱིས་པར་སྟེར་དགོས། འབྲུབ་རྩི་(Purified lanonin) བཏབ་ན་ཕན་པ་དང་གལ་ཏེ་ནད་གཞི་འདི་ཧམ་སྤུས་(Oral thrush) སྐྱེས་པ་ཡིན་ན། ནུ་རྩེ་དང་བྱིས་པའི་ཁ་རུ་བྱུག་སྨན་ (Micanazole lotion) བྱུག་པས་ཕན། གོང་སྨན་རྣམས་ཀྱིས་མ་ཕན་ན། ནུ་མའི་རྩུལ་ཐྲན་ཆེ་ཤེལ་འོག་བརྟག་ནས་ནུ་འབྲས་ཡིན་མིན་ཤེས་རྟོགས་དགོས།

གཉིས་པ། ནུ་རྩེ་ཟིབ་པ། (retracted nipple)

ནུ་རྩེ་ཟིབ་པ་ནི་བྱིས་པ་ཐོག་མར་བཙའ་བའི་རིགས་ལ་ཡོང་བ་ཞིག་དང་བརྒྱ་ཆ་ཉི་ཤུ་ཙམ་ནི་སླར་ནས་འགྲུབ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། བྱིས་པར་ནུ་མ་ལེགས་པར་ནུ་ཏུ་བཙུག་ན་འདིས་འགལ་རྐྱེན་མི་བྱེད། ཚབས་ཆེ་ན་ལག་པས་ནུ་ཞོ་བཞོས་ནས་བྱིས་པར་སྦྱིན་པ་དང་། དེ་ལྟར་ལན་མང་བྱས་པས་ནུ་རྩེ་ཕྱིར་འབུར་ནས་ཡོང་བ་ཡིན།

༤༽ གཤག་བཅོས་བྱས་ནས་བཅོས་པའི་རྨ་ལ་གཉན་ཚད་རྒྱས་པ།
(Infection of the caesarian section wound)

བྱིས་པ་བཙས་ཕྱིར་གཤག་བཅོས་བྱས་པའི་རྨ་ལ་ནད་སྲིན་ཕོག་ནས་རྨར་གཉན་ཁ་རྒྱས་པའི་ནད་ཞིག་ཡིན། བུད་མེད་བརྒྱ་ཆ་ལྔ་ཙམ་ལ་ནད་གཞི་འདི་བྱུང་སྲིད་པ་ཡིན། ཚོ་ཆེས་པ་དང་། གཅིན་སྙིའི་ནད་གཞི། སྲིན་བུ་འཁྲུགས་པའི་ནད་གཞི། (HIV) མངལ་ཆུ་དང་བྱིས་པའི་སྐྱི་ཕྲུམ་གཉན་ཁ་ཕོག་པ། སྨན་(Steriods) སྤྱོད་བཞིན་པ་རྣམས་ལ་ནད་གཞི་བྱུང་ན་ཉེན་ཚབས་ཆེ་བ་ཡོད།

དཔེ་བ།

༡༽ པགས་པར་གཉན་ (cellulites) ཁ་རྒྱས་པ་དང་།

༢༽ རྨར་རྣག་ཆུ་བསགས་པ་(abscess) བཅས་གཉིས་ཡོད།

ནད་རྟགས།

༡༽ པགས་པར་གཉན་ཚད་རྒྱས་པའི་རྟགས་ནི།

ཚ་བ་འཕར། (101° to 103° F) རྒྱུ་རྐྱེན་གཟེར། པགས་པར་གནས་པའི་སྲིན་བུ་འདི་གཉིས་ (staphylococcal, streptococcal organisms) ཀྱིས་པགས་པར་གཉན་ཚད་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་ཡིན། པགས་པ་སྐྲངས་ལ་ཚ། མདོག་དམར་ལ་རེག་མི་བཟོད། སྐྲངས་པོ་དང་པགས་མདོག་དམར་པོ་གཉིས་རྨ་ཁ་ལས་ཕྱིར་སྦྱར་དུ་མཆེད་པ་ཡིན། གཞག་བཏུབ་བྱས་པའི་གནས་སུ་རྣག་ཆུ་གསོག་མེད།

༢༽ རྨ་ཁར་རྣག་ཆུ་བསགས་པའི་རྟགས་ནི།

ཚ་བ་འཕར། (101° to 103° F) རྒྱུ་རྐྱེན་གཟེར། རྣག་ཆུ་བསགས་པའི་རྒྱུ་ནི་སྔར་བཞིན་པགས་སྲིན་གཉིས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན། གཉན་སྲིན་གཞག་བཏུབ་བྱས་པའི་གནས་སུ་ཁྲབ་པ་དང་པགས་མདོག་དམར། རེག་པ་མི་བཟོད། རྣག་ཆུ་བསགས་པ་དང་འཛག་པ་ཡིན།

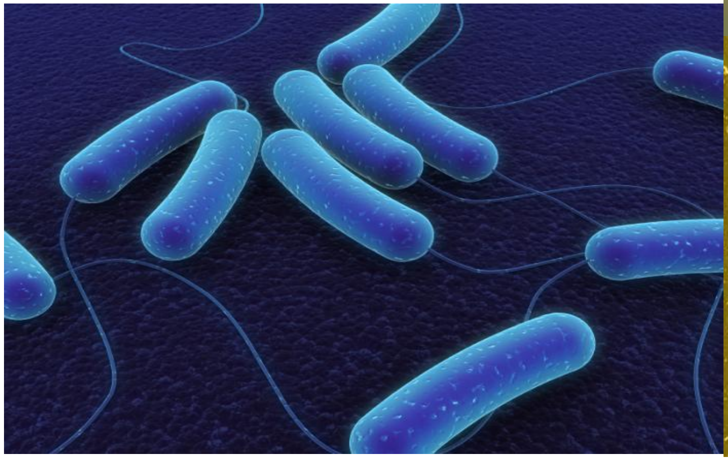
བཞི་པ་བཅོས་ཐབས།

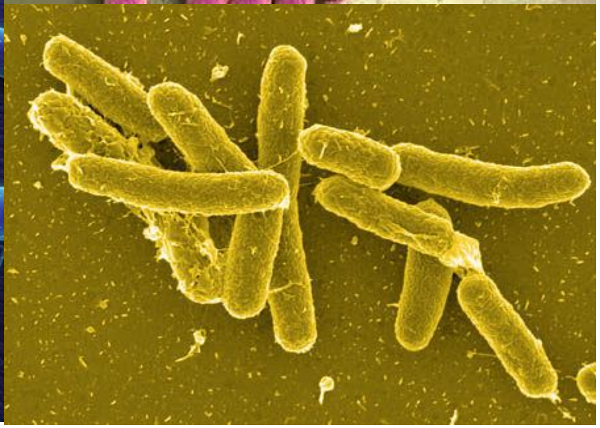
སྨན་བཅོས་མ་བྱས་པའམ་བཅོས་ཕྱིས་ན་ཉེན་ཚབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ལ། ཕོ་བའི་སྐྱི་ལྤགས་རུལ་སྨྱུགས་སུ་འགྲོ་བ་དང་། རྨ་ངན་ཆགས་པ། རྨ་ཁ་ལས་རྒྱ་མ་ལུག་པ་སོགས་བྱུང་པ་ཡོད། གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་བྱུང་ན་སླར་ཡང་གཤག་བཅོས་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱས་ནས་བཅོས་དགོས་པ་ཡིན། སྨན་པས་གཙག་བུས་རྨ་ཁ་ཐྲལ་ཏེ་པགས་པའི་གཉན་ཁའམ་རྨ་ཁར་གཉན་ཁ་ཡིན་མིན་བརྟག་དགོས་པ་ཡིན། རྣག་ཆུ་ཆེ་ཤེལ་འོག་བརྟག་པས་ཕྲ་སྲིན་ངོས་འཛིན་བྱུང་རྗེས་དེ་དང་འཚམས་པའི་སྨན་གཏོང་དགོས། པགས་པའི་གཉན་སྲིན་ལ་གཉན་འཇོམས་སྨན་རྩ་ལམ་བརྒྱུད་ cefazolin (Ancef) and nafcillin (Unipen) གཏོང་བ་དང་། ཁ་ནས་སྨན་ cephalexin (Keflex), dicloxacillin (Dycill), and amoxicillin-clavulanate (Augmentin) སོགས་གཏོང་དགོས།

རྨ་ཁར་གཉན་ཚད་རྒྱས་ཡོད་པ་དེའི་རྣག་ཆུ་དྭངས་ནས་ཚྭ་ཆུ་ (saline) དང་གཉན་འགོག་སྨན་ཆུས་ (antiseptic solution) ཁྲུས་རྗེས་སང་རས་དྭག་སེལ་བྱས་པ་དེ་རྨ་ནང་ཞུགས་དགོས། དེ་ལྟར་ལན་མང་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། རྨ་ཁ་ལས་རྒྱུ་མ་ལུག་པ་དང་། ལྟོ་བའི་སྙི་པགས་བུག་རྡོལ་སོགས་ཡོད་མེད་ལེགས་པར་བརྟག་དགོས་པ་གལ་ཆེ། སྤྱིར་གྱི་གཉན་འཇོམས་སྨན་རིགས་ཉིན་ཤས་བཏང་རྗེས་རྨ་ཁ་རང་བཞིན་གྱིས་གསོ་ཐུབ་མིན་དང་བཙེམ་དགོས་མིན་ཤེས་ཐུབ་པ་ཡིན།

༥༽ ནད་སྲིན་གྱི་དུག་ཐོག་པས་བརྒྱལ་འགོག་ཏུ་སོང་བ།
(Endotoxic shock)

ཕྲ་སྲིན་བྱེ་བྲག་བ་ (gram negative) ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་སྲིན་ (E.coli, Salmonella, Shigella, Enterobacteriaceae, Psudomonas, Moraxella, Helicobacter, Stenotrophomonas etc.) རྣམས་ཀྱི་དུག་རྫས་ཁྲག་ནང་ཁྱབ་པས་བརྒྱལ་འགོག་ཏུ་འགྲོ་བ་ཡིན།





གཉིས་པ་ནད་རྟགས།

ཚ་བ་འཕར། ཐོག་མར་ངོ་གདོང་དམར་པོ་དང་རྗེས་སུ་སྐྱ་བོར་འགྱུར། རྫུལ་མང་། སྙིང་གཡུགས། དབུགས་བརྩེགས། ཡན་ལག་གྲང་མོ་དང་སྔོན་པ་སྣང་། གཅིན་ཉུང་།

འདིའི་སྐབས་སུ་ནད་པ་གསོ་ཐབས་མ་བྱས་ན། ནད་གཞི་ཚབས་ཆེན་དུ་གྱུར་བའི་རྟགས་སུ་ལུས་ཐལ་མདོག་ཏུ་སྣང་བ་དང་། ཁྲག་ཤེད་ཉམས། གཅིན་ཟད་པ་དང་། དོན་སྣོད་ཀྱི་བྱེད་ལས་ཉམས་པས་གསོ་ཐབས་མེད།

གསོ་ཐབས།

ནད་གཞི་ཚབས་ཆེ་ཆུང་ལ་གཞིགས་ནས་དེ་དང་མཐུན་པའི་བཅོས་ཐབས་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། ནད་སྲིན་བྱེ་བྲག་པ་ཞིབ་པའི་རྗེས་སུ་སྨན་གཏང་ན་ཕན་པ་ཆེ། སྤྱིར་ནད་སྲིན་ (Gram negative) གྲིས་ནད་གཞི་འདི་སྐྱེས་ཆེ་ཡང་། ནད་སྲིན་ཀུན་སེལ་(Gram positive, Gram negative and anaerobic) ཐུབ་པའི་སྨན (Ampicillin,Gentamicin,metronidazole, clindamycin etc.) གཏང་ན་བཟང་། ཟུངས་ཁྲག་དང་ཆུ་ཁམས་ཡང་གསོ་དགོས་པ་གལ་ཆེ། ཁྲག་ནད་སྐྱུར་རྫས་(metabolic acidosis) ཁྱབ་ཡོད་ན། བུལ་རྫས་ཆུ་ནང་བསྲེས་པ་(Sodium bicarbonate solution) གཏོང་དགོས་པ་ཡིན།

ཐུགས་རྗེ་ཆེ།