



# A Royal Women's Hospital Well Women's Publication

ប័ណ្ណព័ត៌មានអំពីការមានផ្ទៃពោះនិងការសំរាលកូន : ខែឧសភា ឆ្នាំ 2002

## គ្រឿងផ្សំពីរុក្ខជាតិ នៅក្នុងពេលមានផ្ទៃពោះ

ប្រទេសជាច្រើនបានប្រើគ្រឿងផ្សំពីរុក្ខជាតិសម្រាប់ពេលជាច្រើនសតវត្សរ៍មកហើយ ដើម្បីព្យាបាលជំងឺផ្សេងៗមួយចំនួនធំៗ។ Naturopaths (គ្រូពេទ្យព្យាបាលដោយវិធី ធម្មជាតិ), homeopaths (គ្រូពេទ្យព្យាបាលដោយប្រើមេរោគបង្កើតឲ្យមានជំងឺ), herbalists (អ្នកស្គាល់គ្រឿងផ្សំពីរុក្ខជាតិ) និងគ្រូពេទ្យថែទាំសុខភាពឯទៀត កំពុងស្នើ ឲ្យប្រើ ឬឲ្យប្រើផ្ទៃពោះពីរុក្ខជាតិកាន់តែញឹកញាប់ឡើងនៅក្នុងប្រទេសអូស្ត្រាលី។

ប័ណ្ណព័ត៌មាននេះ មានគោលបំណងធ្វើជាគោលការណ៍ណែនាំមួយតែប៉ុណ្ណោះ ហើយ ព័ត៌មាននេះ ត្រូវបានផ្អែកទៅលើការវិជ្ជាគ្រាសព្រះម្ចាស់ផ្ទៃពោះពីរុក្ខជាតិ និងផលប៉ះពាល់ របស់ផ្ទៃពោះនេះ។

នៅគ្រប់ករណីទាំងអស់ អ្នកជំងឺគួរតែស្វែងរកឱវាទ បើគិតគូរលើការប្រើផ្ទៃពោះពីរុក្ខជាតិ ណាមួយ ក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ ឬ ពេលឲ្យកូនបៅដោះ។

Drug Information Centre (មជ្ឈមណ្ឌលព័ត៌មានឱសថ) នៃ Royal Women's Hospital មិនស្នើសុំឲ្យប្រើគ្រឿងផ្សំពីរុក្ខជាតិក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ ឬពេល បំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយទេ ដោយសារតែមានការខ្វះខាតឯកសារព័ត៌មានអំពី សុវត្ថិភាពនៃការប្រើវា។ បើមានគេស្នើសុំឲ្យអ្នកប្រើគ្រឿងផ្សំពីរុក្ខជាតិ ហើយអ្នក មានផ្ទៃពោះឬបំបៅដោះកូន វាជាការសំខាន់ណាស់ក្នុងការសាកសួរអ្នកដែលចេញ បញ្ជាឲ្យអ្នកប្រើ អំពីសុវត្ថិភាពនៃគ្រឿងផ្សំនេះ ចំពោះអ្នកនិងទារកអ្នក។

នៅពេលមានលទ្ធភាព អ្នកគួរតែចៀសវាងគ្រឿងផ្សំពីរុក្ខជាតិក្នុងអំឡុងពេល បីខែដំបូងនៃការមានផ្ទៃពោះ។ យ៉ាងណាមិញ អ្នកប្រហែលជាអាចប្រើផលិតផល ផ្សំពីរុក្ខជាតិខ្លះ ក្រោយពីពេលបីខែដំបូង។ សូមពិភាក្សាជាមួយអ្នកចេញបញ្ជាឲ្យប្រើ ដើម្បីទទួលបានព័ត៌មានបន្ថែម។

### មូលហេតុដែលត្រូវប្រុងប្រយ័ត្ន

- ភាគច្រើននៃផ្ទៃពោះពីរុក្ខជាតិ និងផ្ទៃពោះដោយមេរោគសំរាប់បង្កើតឲ្យមានជំងឺ មិនទាន់បានធ្វើ តេស្តដើម្បីកំណត់សុវត្ថិភាពរបស់វា ក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះនិងពេលបំបៅកូនដោយ ទឹកដោះម្តាយនៅឡើយទេ។
- ជាញឹកញយ ផ្ទៃពោះពីរុក្ខជាតិមានតម្លៃថ្លៃក្នុងសម័យ ហើយផ្ទៃពោះច្រើន មិនទាន់មានភស្តុតាង ខាងផ្នែកវិទ្យាសាស្ត្រ ថាមានប្រសិទ្ធភាពឡើយ។
- គ្មានផ្ទៃពោះមួយគឺជាគ្រឿងជំនួសឲ្យចំណីអាហារល្អប្រសើរ ការហាត់ប្រាណគ្រប់គ្រាន់ និង ដំណេកពេញលេញនោះទេ។
- គ្មានភស្តុតាងថា ផ្ទៃពោះពីរុក្ខជាតិជាគ្រឿងមានសុវត្ថិភាពនិងប្រសិទ្ធភាពជំនួសឲ្យផ្ទៃពោះ ដែលចេញបញ្ជាឲ្យប្រើដោយវេជ្ជបណ្ឌិតឡើយ។

**PREGNANCY AND CHILDBIRTH INFORMATION SHEET: MAY 2002 - Khmer**  
Herbal preparations in pregnancy





# A Royal Women's Hospital Well Women's Publication

ប័ណ្ណព័ត៌មានអំពីការមានផ្ទៃពោះនិងការសំរាលកូន : ខែឧសភា ឆ្នាំ 2002  
គ្រឿងផ្សំពីរុក្ខជាតិក្នុងពេលមានផ្ទៃពោះ (តពីទំព័រមុន)

## ពេលវេលានិងអ្វីៗដែលត្រូវចៀសវាង

ក្នុងអំឡុងពេល 12 អាទិត្យដំបូង និងពេល 12 អាទិត្យចុងក្រោយនៃពេលមានផ្ទៃពោះ  
សូមចៀសវាងគ្រឿងផ្សំពីរុក្ខជាតិទាំងអស់:

- បើមានប្រវត្តិការរលូតកូនពិតប្រាកដ ឬ មានគ្រោះថ្នាក់ជិតរលូតកូន។
- បើមានប្រវត្តិការលំបាកក្នុងការចាប់ផ្តើមមានផ្ទៃពោះ។
- បើមានការឈឺពោះ។
- បើមានការឈឺចង្កេះ។

### អ្នកក៏គប្បីចៀសវាងផងដែរ នូវ

- គ្រឿងផ្សំពីរុក្ខជាតិសំរាប់ធ្វើឲ្យរាក។
- គ្រឿងផ្សំពីរុក្ខជាតិដែលមានផលប៉ះពាល់ធ្វើឲ្យកម្រិតដល់ស្បូន។
- គ្រឿងផ្សំពីរុក្ខជាតិដែលជួយធ្វើឲ្យមានរដូវ។

បញ្ហារាយឈ្មោះគ្រឿងផ្សំពីរុក្ខជាតិដែលអ្នកគួរចៀសវាង មានច្រើនគួរសមដែរ។ ឈ្មោះ  
គ្រឿងផ្សំពីរុក្ខជាតិខាងក្រោមនេះ គឺជាឧទាហរណ៍ខ្លះតែប៉ុណ្ណោះ :

Pennyroyal	Mugwort	Bryonia
Angelica	Sage (តាមបរិមាណច្រើន)	Golden Seal
Senna	Origanum Oil	Male fern
Feverfew	Mistletoe	Parsley in medicinal dosage
Liquorice (នៅក្នុងករណីខ្លះ)	Kelp	Rue
Kombucha tea	Juniper	Southerwood
Dong Quai	Aloes	Autumn crocus
Ginkgo Biloba	Blue or black cohosh	Wormwood
Nutmeg (តាមកំរិតខ្ពស់)	Irish Moss	Buckthorn
Echinacea	Tansy	Roe
Broom	Thuja	Peppermint (តាមកំរិតខ្ពស់)
Mandrake	Barberry	Blackroot

### វីតាមីននិងមីនែរ៉ែលដែលត្រូវចៀសវាង

វីតាមីន A (Retinol)

វីតាមីន C (តាមកំរិតមិនលើសពី 1000 មីលីក្រាម ជាប្រចាំថ្ងៃ)

មុនពេលប្រើគ្រឿងផ្សំពីរុក្ខជាតិក្នុងពេលមានផ្ទៃពោះ ចូរទាក់ទង naturopath (គ្រូពេទ្យព្យាបាលដោយវិធីធម្មជាតិ), homoeopath (គ្រូពេទ្យព្យាបាលដោយប្រើមេរោគបង្កើតឲ្យមានជម្ងឺ), ឬ herbalist (អ្នកស្គាល់គ្រឿងផ្សំពីរុក្ខជាតិ) របស់អ្នក។

### The Royal Women's Hospital Drug Information Centre

ពេលម៉ោង: 9 ព្រឹក - 5 ល្ងាច ថ្ងៃច័ន្ទ - ថ្ងៃសុក្រ ទូរស័ព្ទ: (03) 8345 3190

Email: [drug.information@thewomens.org.au](mailto:drug.information@thewomens.org.au)

ក្រោយពេលម៉ោងធ្វើការ: ម៉ាស៊ីនថតទុកបណ្តាំ ទូរសារ:

PREGNANCY AND CHILDBIRTH INFORMATION SHEET: MAY 2002 - Khmer  
Herbal preparations in pregnancy

