ចំណេះដឹងពិសេស សម្រាប់យុវវ័យ

ការមានផ្ទៃពោះដែលមិនចង់បាន

កម្មវិធីសុខភាពយុវវ័យ

យុវវ័យមិនត្រូវបណ្តោយខ្លួនឱ្យមានផ្ទៃពោះទាំងវ័យក្មេងទេ

តើអ្នកដឹងទេថា មុននឹងក្លាយជាមាតាបិតារបស់គេ អ្នកត្រូវមានអ្វីខ្លះ?

- អ្នកត្រូវមានការងារ ឬបុខរបរច្បាស់លាស់
- អ្នកត្រូវមានចំណេះដឹងពីសុខភាពបន្តពូជនិងការថែទាំផ្ទៃពោះ
- អ្នកត្រូវមានសមត្ថភាព ក្នុងការចិញ្ចឹម និងបីបាច់ថែទាំកូន
- អ្នកត្រូវមានសុខភាពល្អ
- អ្នកត្រូវមានការត្រៀមធ្វើជា ឪពុក ម្តាយ ប្តីប្រពន្ធ
- អ្នកត្រូវមានការត្រៀមមានផ្ទៃពោះ

ការមានផ្ទៃពោះ

ផ្ទៃពោះកើតឡើងដោយសារមានការរួមភេទរវាងបុរស និងស្ត្រីដោយមិនប្រើវិធីការពារ ។

ហេតុផលដែលនាំឲ្យយុវវ័យឈានទៅដល់ការរួមភេទមានដូចជា :

- មើលរឿងអាសអាភាស ភ្លើតភ្លើន ចង់សាកល្បង
- ភាពតក់ក្រហល់ចង់រួមភេទ
- ខ្លាចបាត់បង់ទំនាក់ទំនងស្នេហា
- ព្រមព្រៀងទាំងពីរនាក់
- ដើម្បីបញ្ជាក់ពីសក្ខីភាពនៃសេចក្តីស្នេហា
- ជឿទុកចិត្តថានឹងបានគ្នាជាគូស្រករ
- ត្រូវគេចាប់បង្ខំ និងគ្មានជម្រើស
- ដោយសារទឹកលុយ ឬសម្ភារៈអូសទាញ

ភាពជាយុវវ័យ សូមជ្រើសយកការសិក្សា
ឬមុខជំនាញច្បាស់លាស់ជាធំ
ដើម្បីអនាគតដ៏រុងរឿងរបស់អ្នក

សូមឱ្យតម្លៃខ្លួនឯងខ្ពស់ដោយ
ការចេះគោរពខ្លួនឯងនិងអ្នកដទៃ!

ផលវិបាកនៃការមានផ្ទៃពោះនៅវ័យក្មេង

- កូនកើតមិនគ្រប់ខែ
- រលូតកូន / រំលូតកូន
- កូនស្លាប់ក្នុងពោះ
- កូននិងម្តាយអាចស្លាប់ដោយកើតមិនរួច
- ប្រឈមមុខនឹងជំងឺក្រឡាភ្លើង
- ឈប់រៀន គ្មានការងារល្អធ្វើ

ទស្សនៈភ័ន្តច្រឡំ

មានទស្សនៈភ័ន្តច្រឡំមួយចំនួនដែលតែងតែយល់ថា :

- រួមភេទតែ១ដងមិនមានផ្ទៃពោះ ។
- រួមភេទឈរ មិនមានផ្ទៃពោះ ។
- រួមភេទដោយដកលិង្គមុនចេញទឹកកាម មិនមានផ្ទៃពោះ ។
- លេបថ្នាំផ្សះ មុនពេលរួមភេទមិនមានផ្ទៃពោះ។
- រួមភេទនៅអំឡុងពាក់កណ្តាលវដ្តឈាមរដូវ មិនមានផ្ទៃពោះ។

ទាំងនេះមិនមែនជាការពិតទេ ឲ្យតែមានការរួមភេទ ទោះជាក្នុងស្ថានភាពបែបណាក៏អាចមានផ្ទៃពោះបានដែរ ។ មានតែការប្រើស្រោមអនាម័យទេ ដែលអាចការពារការមានផ្ទៃពោះបាន។

តើយុវវ័យត្រូវបង្ការផ្ទៃពោះដែលមិនចង់បាន របៀបណា ?

បើអាចធ្វើបាន សូមតមការរួមភេទរហូតដល់ថ្ងៃរៀបការ។

ប្រសិនបើមានការរួមភេទដោយមិនបានការពារ ត្រូវស្វែងរកមធ្យោបាយការពារកំណើតបន្ទាន់ភ្លាមៗ

តើយុវវ័យត្រូវចៀសពីការរួមភេទ បែបណាខ្លះ ?

- ចៀសវាងកុំនៅកន្លែងស្ងាត់តែពីរនាក់
- ទប់អារម្មណ៍ឬចាកចេញតែម្តង នៅពេលដែលស្ថិតក្នុងស្ថានភាពពិបាកទ្រាំ
- កុំដើរលេងជាមួយមនុស្សដែលចូលចិត្តប្រឡុកផ្លូវភេទ
- កំណត់ព្រំដែនទំនាក់ទំនងរបស់ខ្លួនជាមួយបុរស
- ត្រូវគិតដល់ប្រពៃណីខ្មែរ

ផលវិបាកនៃការរំលូតកូន

- ធ្លាយស្បូន និងធ្លាយពោះវៀន
- ពុល ឬប្រតិកម្មនឹងសារជាតិសម្រាប់រំលូត
- ធ្លាក់ឈាមតាមទ្វារមាស
- ការបង្ករោគក្នុងប្រព័ន្ធបន្តពូជ (ស្លាប់)
- ស្ត្រីលែងមានកូនរហូត (អារ)
- វិបត្តិផ្លូវចិត្ត និងសង្គម

តើស្ត្រីគួរមានផ្ទៃពោះនៅពេលណា ?

- មានអាយុយ៉ាងតិច១៨ឆ្នាំឡើងទៅ
- មានសមត្ថភាពអាចចិញ្ចឹមខ្លួនបាន
- មានចំណេះដឹងពីវិធីថែទាំកូន និងសុខភាពផ្ទាល់ខ្លួន
- ពេលប្រាកដថាខ្លួនគ្មានជំងឺកាមរោគ/អេដស៍
- បានត្រៀមខ្លួនចំពោះការមានផ្ទៃពោះ

អាសយដ្ឋានគ្លីនិក "រ៉ាក់"

រាជធានីភ្នំពេញ

គ្លីនិកភ្នំពេញ១ : (មានសេវាពិនិត្យ MSM)
ផ្ទះលេខ៦ ផ្លូវលេខ១៥០ ស.វាលវង់
ខណ្ឌ៧មករា ទូរស័ព្ទ : ០២៣-៨៨១ ៦២១

គ្លីនិកភ្នំពេញ២ : (មានសេវាពិនិត្យ MSM)
ផ្ទះលេខ៣៨-៤០ ផ្លូវលេខ៤៣២ ស.ទួលទំពូង១
ខណ្ឌចំការមន ទូរស័ព្ទ : ០២៣-២១៨ ៥០៤

គ្លីនិកស្ទឹងមានជ័យ : (មានសេវាពិនិត្យ MSM)
ផ្ទះលេខ ១៩. ២០. ២១ ភូមិត្រពាំងថ្មឹង
ស.ចោមចៅ ខណ្ឌដង្កោ
ទូរស័ព្ទ : ០២៣-៩៨៥ ៧៧៣

គ្លីនិកចាក់អង្រែក្រោម :(មានសេវាពិនិត្យ MSM)
ផ្ទះលេខ ១៦០៧ ភូមិទួលរកា
ស.ចាក់អង្រែក្រោម ខណ្ឌមានជ័យ
ទូរស័ព្ទ : ០២៤-៩៨៥ ០៧៩

គ្លីនិកទួលសង្កែ / មណ្ឌលយុវវ័យ:(មានសេវាពិនិត្យMSM)
ផ្ទះលេខ ១៦២៤ ផ្លូវជាតិលេខ៥ ភូមិឃ្លាំងសាំង
ក្រុម៥ សង្កាត់ឫស្សីកែវ ខណ្ឌឫស្សីកែវ
ទូរស័ព្ទ :០២៣-៩៩០ ៧៧៣

គ្លីនិកទឹកថ្លា : (មានសេវាពិនិត្យ MSM)
ផ្ទះលេខG35-G37 ផ្លូវហ្គូដឌី
សង្កាត់ទឹកថ្លា ខណ្ឌឫស្សីកែវ
ទូរស័ព្ទ : ០២៣-៨៨៣ ០២៦

គ្លីនិកទំនប់ថ្មី : (មានសេវាពិនិត្យ MSM)
ផ្ទះលេខ៣A+៤A ផ្លូវមុន្នីរ៉េត
ភូមិដំណាក់ធំ១ សង្កាត់ស្ទឹងមានជ័យ
ខណ្ឌមានជ័យ ទូរស័ព្ទ : ០២៣-៩៩៥ ៤៧៦

ខេត្តបាត់ដំបង

គ្លីនិក : (មានសេវាពិនិត្យ MSM)
ផ្ទះលេខ១៥៩,៤៤៩ ភូមិព្រែកមហាទេព
ឃុំស្វាយប៉ោ ស្រុកបាត់ដំបង
ទូរស័ព្ទ : ០៥៣-៩៥២ ៦១០

ខេត្តព្រះសីហនុ

គ្លីនិក / មណ្ឌលយុវវ័យ:(មានសេវាពិនិត្យ MSM)
ផ្ទះលេខ៥៩៥ ផ្លូវឯករាជ្យ មណ្ឌល៤ សង្កាត់៤
ខណ្ឌមិត្តភាព ទូរស័ព្ទ : ០៣៤-៩៣៣ ៩៤២

ខេត្តកំពង់ចាម

គ្លីនិក / មណ្ឌលយុវវ័យ:(មានសេវាពិនិត្យ MSM)
ផ្ទះលេខ១០ ផ្លូវត្រសក់ផ្អែម ភូមិ១៥ ឃុំកំពង់ចាម
ស្រុកកំពង់ចាម ទូរស័ព្ទ : ០៤២-៩៤១ ៥០២

គ្លីនិកសួង : (មានសេវាពិនិត្យ MSM)
ភូមិសួងលិច ឃុំសួង ស្រុកត្បូងឃ្មុំ
ទូរស័ព្ទ : ០១៦-៣០៦ ៥១១

ខេត្តតាកែវ

គ្លីនិក : ផ្ទះលេខ៥ ផ្លូវលេខ៨ ភូមិឡូរី
សង្កាត់រការក្នុង ក្រុងដូនកែវ
ទូរស័ព្ទ : ០៣២-៩៣១ ៣៦១

ខេត្តសៀមរាប

គ្លីនិក / មណ្ឌលយុវវ័យ :(មានសេវាពិនិត្យ MSM)
ភូមិត្រពាំងសេះ ឃុំគោកចក
ទូរស័ព្ទ : ០៦៣-៩៦៤ ៩៦០

ខេត្តកំពង់ស្ពឺ

គ្លីនិក / មណ្ឌលយុវវ័យ : (មានសេវាពិនិត្យ MSM)
ភូមិស្មោរទី១ សង្កាត់រកាធំ ក្រុងច្បារមន
ខេត្តកំពង់ស្ពឺ ទូរស័ព្ទ :០២៥-៩៨៧ ១៤៥

ខេត្តស្វាយរៀង

គ្លីនិក : ៥០ ភូមិបាវិតកណ្តាល សង្កាត់បាវិត
ក្រុងបាវិត ទូរស័ព្ទ : ០៤៤-៩៤៦ ០៦៦

ខេត្តកំពត

គ្លីនិក : ផ្ទះលេខ៩១ ផ្លូវជាតិលេខ៣៣
ភូមិសុវណ្ណសាគរ សង្កាត់កំពង់កណ្តាល ក្រុងកំពត
ទូរស័ព្ទ : ០៣៣ ៩៣២ ៧៦៨

ផលិតដោយ

អង្គការថែទាំសុខភាពគ្រួសារកម្ពុជា (រ៉ាក់)

សៀវភៅនេះផលិតតាមបច្ចេកទេស និងគំនិតរបស់បុគ្គលិក
អង្គការ " រ៉ាក់ " ក្រោមការឧបត្ថម្ភថវិការបស់

<u>កំណត់សម្គាល់</u>: តួអង្គនៅក្នុងសៀវភៅ គ្រាន់តែជាការសម្តែងប៉ុណ្ណោះ

បោះពុម្ពលើកទី១៧ ចំនួន ក្បាល ឆ្នាំ២០១២

IEC, 2012