



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

ตกเลือดหลังคลอด เรื่องอันตรายถึงชีวิต

“ภาวะตกเลือดหลังคลอด” เป็นการ
เสียเลือดหลังจากการคลอดตั้งแต่
500 มิลลิลิตรขึ้นไป ซึ่งมีความ
รุนแรงและเป็นอันตรายถึงชีวิตได้

ข้อแนะนำ :

- แนะนำให้เริ่มฝากครรภ์ทันทีที่รู้ว่าตนเองตั้งท้อง
- สำรวจข้อมูลและประวัติของตนเอง
- ดูแลตนเอง รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ และ
ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
- รับประทานยาบำรุงครรภ์หรือวิตามินให้สม่ำเสมอ
โดยเฉพาะธาตุเหล็ก
- พบแพทย์ตามนัดหมายทุกครั้ง ทั้งนี้ควรหมั่น
สังเกตการเปลี่ยนแปลงของตนเอง หากมีอาการ
ผิดปกติให้รีบพบแพทย์ทันที

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

จัดทำโดย : ศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ
และแรงงานข้ามชาติ

