

SPESIM PIKININI – KISIM FEMILI PLENING



GUTPELA SAVE NA TINGTING BILONG SOIM ROT WE YU INAP LONG SPESIM OL PIKININI YU LAIK KARIM – BAI YU KAMAPIM GUTPELA FEMILI

- 1. Spesim pikinini or kisim femili plening em i wonem samting?**
 - Spesim pikinini em i wanpela naispela toktok namel long marit (Man na Meri) we tupela i sindaun wantaim na toktok long -
 - a) Hamas namba bilong ol pikinini tupela ilaik karim
 - b) Hamas taim tupela iken givim long wanwan pikinini iken gro gut bifo long karim narapela
 - c) Wonem femili plening rot tupela iken usim long abrusim meri ino ken igat bel hariap
 - d) Wonem taim em i fit long tupela ilaik karim narapela pikinini ken
- 2. Gutpela samting long Mama taim yu spesim pikinini gut**
 - Mama bai stap strong na helti
 - Mama bai igat inap taim bilong lukautim wanwan pikinini gut
 - Mama bai igat moa taim too long mekim ol narapela wok
 - Mama bai igat strong long karim narapela moa pikinini sapos mama na pap ilaikim
- 3. Gutpela samting long Papa taim yu spesim pikinini gut**
 - Papa bai igat taim long helpim meri em gut tru
 - Papa bai igat taim long helpim wanwan pikinini na soim laikim blong em long ol gut
 - Papa bai gat inap kaikai, kos samting long femili
 - Pap bai igat taim long bungim na peim skul fii bilong wanwan pikinini gut
- 4. Gutpela samting long pikinini taim yu spesim pikinini gut**
 - Pikinini bai igat inap taim na laikim bilong mama na papa
 - Pikinini bai igat inap susu bilong mama na kaikai bilong gro gut na strong
 - Pikinini bai filim papa na mama igat laik na wari long em

SAVE LONG ROT BILONG SPESIM PIKININI

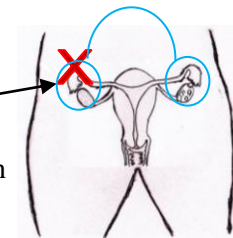
5. SAMPELA ROT BILONG SPESIM PIKININI LONG SOTPELA TAIM TASOL

5.1. 2PELA KAIN MARASIN BILONG DRING

a) MICROGYNON PILL – BREAST FEEDING PILL



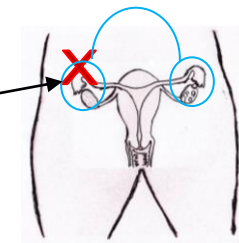
- ✓ Marasin i wok long bodi bilong meri na stopim kiau i redi long haus kiau
- ✓ Mama imas dringim wanwan tablet long wankain taim long olgeta dei
- ✓ Marasin i gutpela long ol mama i givim susu long bebi yet



b) COMBINE PILL – MICROLUT



- ✓ Marasin i wok long bodi bilong meri na stopim kiau i redi long haus kiau
- ✓ Mama imas dringim wanwan tablet long wankain taim long olgeta dei
- ✓ Marasin i gutpela long ol mama bebi bilong ol ikapap bikpela pinis



TOKSAVE: Long kisim moa save na skul bilong 2pela marasin, yu imas igo lukim ol hels wokmanmeri long ol hausik bilong mipela istap klostu long yu.

5.2. SUT



- ✓ Sut mama ikisim, i wok long bodi bilong em na stopim kiau i redi long haus kiau wankain olsem marasin
- ✓ Mama imas kisim sut long olgeta 3pela mun
- ✓ Sut i gutpela long ol mama igivim susu yet long bebi na tu ol mama, bebi bilong ol ikamap bikpela pinis

Toksave: Long kisim moa save na skul, yu mas igo lukim ol helt wokmanmeri long hausik bilong

5.3. KONDOM BILONG OL MAN



- ✓ Man i putim kondom long kok bilong em long taim em ilaik slip wantaim meri bilong em.
- ✓ Wara bilong man ipas insait long kondom na ino igo insait long bodi bilong meri na igo insait long bilum bilong pikinini

Toksave: Long kisim moa save na skul, yu mas igo lukim ol hels wokmanmeri long hausik bilong Mipela istap klostu long yu

5.4. KONDOM BILONG OL MERI



- ✓ Meri i putim kondom igo insait long rot bilong bebi long taim em ilaik slip wantaim man bilong em.
- ✓ Wara bilong man ipas insait long kondom na ino igo insait long bodi bilong meri na igo insait long bilum bilong pikinini

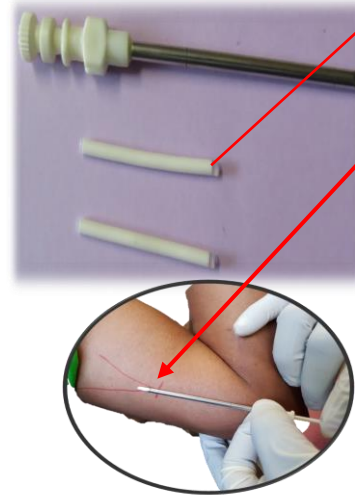
5.5. KALENDA BILONG SIK MUN BILONG MERI

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28		

OL POIN BILONG TINGTIM:

- ✓ Meri ibihainim kalenda bilong sik mun na save long taim em iken kisim bel sapos em i slip wantaim man or taim em ino inap kisim bel.
- ✓ Igat planti wok bilong bihainim dispela rot na husait kisim save moa, imas igo long hausik

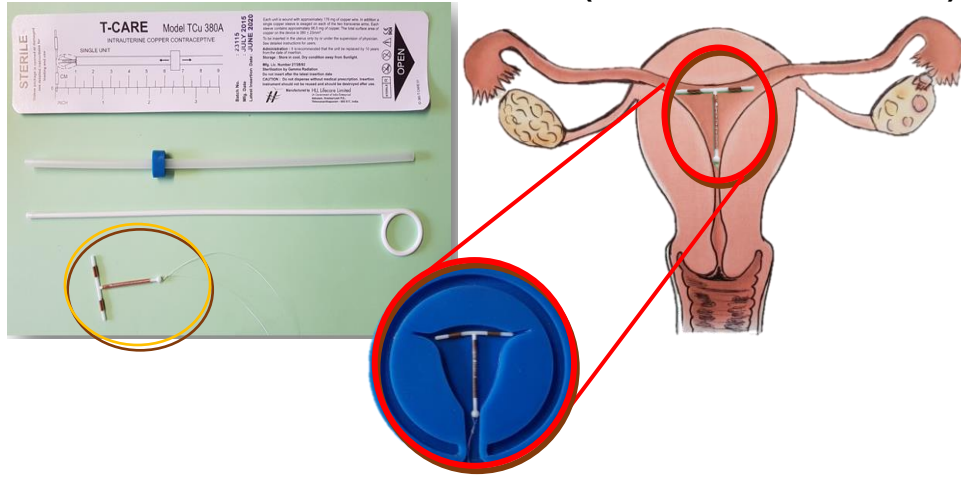
6. IMPLENT



- ✓ 1pela o 2pela stick marasin iluk wankain olsem stick masis
- ✓ Ol helt wokmanmeri husait i kisim skul long em tasol bai givim olsem sut igo insait aninit long skin long han bilong meri (lukim piksa daunbilo)
- ✓ Marasin i wok long bodi bilong meri na stopim kiau i redi long haus kiau
- ✓ Igat 2pela kain – wanpela kain iken istap 4pela krismas insait long skin bilong meri na narapela inap 5pela krismas

IMPLENT: Igat moa skul long olgeta man na meri imas save pastaim sapos meri igat laik long kisim dispela rot bilong femili plening, marit man na meri wantaim imas igo long hausik na lukim ol helt wokmanmeri long femili plening klinik long kisim moa tokok

7. BANIS ISTAP INSAIT LONG BILUM BILONG PIKININI - INSAIT LONG BODI BILONG MERI (INTRA UTERAN DIVAIS)

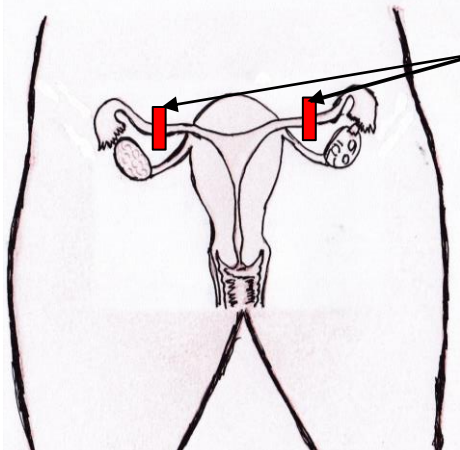


INTRA UTERAN DIVAIS (BANIS INSAIT LONG BODI BILONG MERI)

- ✓ Wapela liklik gumi igat thread (loop), docta i putim insait long bilum bilong pikinini insait long bodi bilong meri.
- ✓ Dispela gumi igat thread istap olsem banis i stopim kiau bilong meri na wara bilong man i bung wantaim long kamapim bebi

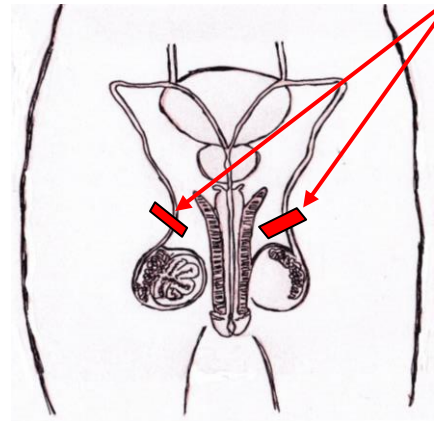
8. SAMPELA ROT BILONG STOP OLGETA LONG KARIM PIKININI

8.1. PASIM ROT BILONG KIAU LONG BILUM BILONG MERI



- ✓ Meri igo long hausik na igo long operasen.
- ✓ Rop we kiau bilong meri save kam long en, docta bai i katim na pasim olgeta
- ✓ Meri bai ino inap igat bel or karim pikinini moa long laip taim bilong em

8.2. PASIM ROT BILONG KIAU LONG BOL BILONG MAN



- ✓ Man igo long hausik na igo long liklik operasen tasol.
- ✓ Long bol bilong man rop we kiau bilong man isave bihainim long en, docta bai i katim na pasim olgeta
- ✓ Man bai ino inap igivim bel long meri or kamapim pikinini moa long laip taim bilong em

TOK BILONG GOD LONG BAIBEL I SKULIM YUMI LONG WOK BILONG LUKAUTIM FEMILI, LUKAUTIM MARIT NA LUKAUTIM OL PIKININI.

OLGETA DISPELA WOK ISTAP PASTAIM LONG HAN BILONG MAN NA MERI.

LONG KISIM MOA SAVE NA SKUL LONG SPESIM PIKININI NA KAMAPIM GUTPELA STRONGPELA FEMILI, YU KEN IGO LUKIM OL WOKMANMERI LONG HAUSIK BILONG MIPELA ISTAP KLOSTU LONG YU

YU TU IKEN RINGIM MIPELA LONG KISIM MOA TOKTOK
EBC HEALTH SERVICES PNG – 73449864/ 532 2817
EMAIL: ebcheltenquiries@gmail.com



21st MAY 2018