



# لیبر یا آپریشن میں درد کم کرنا : کیسے موازنہ کیا جائے عوامل کے ساتھ؟

طریقے دوائی کے ساتھ	نائٹرس اور آکسیجن کا آمیزہ (گیس اور ہوا)	پینٹین (مصنوعی مخدر دوا) اور ڈایا مارفین (شدید درد اور کھانسی کے لیے) انجکشن	مریض کی کنٹرول درون وریدی (PCIA)	ڈیور اور اکٹھا ریڑھ ڈیور (CSE)
یہ ہے کیا؟	ایک گیس محلول آکسیجن اور نائٹرو آکسائیڈ کا	پینٹین یا ڈایا مورفین انجکشن کو آپ کے بازو یا ٹانگ کے پٹوں میں ڈال دیا جاتا ہے	کم ڈوز کی طاقتور دافع درد دوائی فینٹالین یا ریمی فینٹالین ایک پمپ سے ڈرپ لے کر زریعے آپ کے ہاتھ میں	مقامی بے ہوشی یا درد کو ختم کرنے والی ایک باریک ٹیوب سے آپ کے کمر میں کہ سلیا جا سکے آپ کے اعصاب کو اجازت نہیں ہوتی شروع میں یا دیر سے آپریشن میں
آپ کیا کرتے ہیں؟	اس کو سانس یا منہ کے ٹکڑے کے زریعے لیتے ہیں ایک والو سے۔	ایک انجکشن ہوتا ہے آپ کے ٹانگ میں یا بازو میں	ایک بٹن کو دبائے تاکہ ڈوز دیا جاسکے اپنے آپ کو جب محسوس ہوتا ہو تنگی کا شروع ہونا	دس منٹ کے لیے لیپٹ یا کرل کی شک میں بیٹھ جائے جب تک کہ نالی کو ڈال دیا جائے
کتنا درد میں نجات دینا؟	میانہ روی کے ساتھ مدد	بلکا سا۔ شاید بے چینی کو ختم کر دیں	مقدار درد کو کم کرنے کا بدلتی رہتی ہے عورتوں کو نائٹرس اور آکسیجن کا آمیزہ (نائٹانکس) کی بھی ضرورت ہوتی ہے۔	خاص طور پر اچھا ہوتا ہے۔ دس 10 اوقات میں ایک 1 بار، یہ اچھے طریقے سے کام نہیں کرے گا، اور تبدیل کرنے کی ضرورت پڑتی ہے
کتنا وقت لیتا ہے اس کو کام شروع کرنے میں؟	جلدی سے۔	پانچ 5 منٹ انجکشن کو تیار کرنے میں، اور پھر 30 منٹ پہلے سے کہ یہ کام شروع کرے۔ اثر آخر میں چند گنتھوں تک رہتا ہے۔	10 سے 15 منٹ تک تیار کرنے میں اور پھر چند منٹ تک کام کرتا ہے۔	تیار کرنے میں بیس 20 منٹ تک۔ پھر 20 منٹ ایپی ڈورل کے لیے کہ شروع کرے کام (سی ایس ای CSE اس سے زیادہ جلدی ہوتا ہے کیونکہ آپ کو ریڑھ کی ہڈی کے لیے انجکشن پڑتا ہے)۔
کوئی اور اضافی طریقہ؟	کوئی نہیں۔	کوئی نہیں۔	آپ کو ڈرپ لگا ہوتا ہے۔ آپ کو ایک سکریں یا مانیٹر سے منسلک کیا جاتا ہے، تاکہ آپ کے بچے کے دل کی دھڑکن کو دیکھا جاسکے۔ آپ کے آکسیجن مرحلوں کو چیک کیا جاتا ہے آپ کو اضافی آکسیجن کی ضرورت پڑ سکتی ہے	آپ کو ڈرپ لگا ہوتا ہے۔ آپ کا پیشاب کیتھٹر (ایک نالی) کیا جاسکتا ہے۔ آپ کو ایک سکریں یا مانیٹر سے منسلک کیا جاتا ہے، تاکہ آپ کے بچے کے دل کی دھڑکن کو دیکھا جاسکے۔
بچے کے لیے خطرات؟	کوئی نہیں۔	شاید سانس لینا آہستہ ہو شاید غنودگی (ادھا سویا ہو) اور یہ مشکل ہو کہ خوراک دیا جاسکے۔	شاید سانس لینا آہستہ ہو شروع میں	آپ کا بلڈ پریشر آہستہ ہوسکتا ہے اور یہ آپ کے بچے کے دل کو متاثر کرسکتا ہے اگر علاج نہ دیا جائے۔
اور خطرات ماں کے لیے؟	کچھ کراہت یا (قے محسوس کرنا) محسوس ہو سکتا ہے 'تنگی' تھکاوٹ محسوس ہونا، اور منہ خشک رہتا ہے۔	نیند یا بخار محسوس ہوتا ہے۔ بھاؤ یا شرع میں تاخیر جس سے خوراک ہضم ہوتا ہے اور آپ کا معدہ بھرا ہوتا ہے۔ شاید سانس لینے میں دشواری ہو۔	نیند یا بخار محسوس ہوتا ہے۔ آہستہ سانس لینا، آپ کو اسے روکنا ہوگا، اگر آپ بہت زیادہ نیند محسوس کرتے ہیں سانس میں دشواری یا دل کی دھڑکنیں آہستہ ہونا (بہت کم ہوتا ہے)	کم بلڈ پریشر عام سی بات ہے۔ پیشاب میں دشواری۔ سر درد (سو 100 میں سے ایک 1 عورت) ٹمپریچر میں چڑھائی یا اونچائی عارضی طور پر اعصاب کی خرابی (1000 عورتوں میں ایک) مستقل طور پر اعصاب کی خرابی (13.000 عورتوں میں ایک) شدید مشکلات (250.000 عورتوں میں ایک)
آپریشن پر اثر اور بچہ پیدا کرنا؟	کوئی نہیں۔	کوئی نہیں۔	فورسبپ (جراحی کی چمٹی) میں اضافہ ہونا	مشکل بنا دیتا ہے دھکا (push) دینے میں فورسبپ (جراحی کی چمٹی) میں اضافہ ہونا

جسمانی طریقے	پانی کا جوہڑ	ایک طریقہ درد کو کم کرنے کے لیے متبادل طریقہ علاج (ٹینز)
یہ ہے کیا؟	ایک پیدا کرانے والا جوہڑ یا نہانا جو پانی سے بھرا ہوتا ہے۔	ایک نرم بجلی کا کرنٹ پیڈز کے ذریعے آپ کے کمر سے گزار دیا جاتا ہے۔
آپ کیا کرتے ہیں؟	اپریشن کے دوران آپ لیٹ جاتے ہیں کچھ وقت کے لیے جب آپ کا بچہ پیدا ہوتا ہے۔	آپ ایک بٹن کو دباتے ہیں کہ کرنٹ کے طاقت کو کنٹرول کرسکے۔
کتنا درد میں نجات دینا؟	مدد دے گی آرام کرنے میں اور تنگی کم درد والا ہو	ہلکا۔ جھنجھانا یا سنسناہٹ مدد دے گی درد کو کم کرنے میں ایڈیل کے کہ کم کیا جاسکے کمر کے درد کو آپریشن کے شروع میں
کتنا وقت لیتا ہے اس کو کام شروع کرنے میں؟	جلدی سے۔	پانچ 5 منٹ کہ ڈال دیا جائے پیڈز میں اور تیار کرنے میں
کوئی اور اضافی طریقہ؟	کوئی نہیں۔	کوئی نہیں۔
بچے کے لیے خطرات؟	سانس لینے کا مسئلہ اور انفکشن پانی میں (بہت کم)	کوئی نہیں۔
اور خطرات ماں کے لیے؟	کوئی نہیں۔	کوئی نہیں۔
آپریشن پر اثر اور بچہ پیدا کرنا؟	کوئی نہیں۔	کوئی نہیں۔

اشہارات نشر کراتے آسٹریک انسٹیٹوشن اسوسیشن (OAA), 21 Portland Place, London, UK, W1B 1PY .Telephone: +44 (0)20 7631 8883 .Telephone: +44 (0)20 7631 4352 .رجسٹر عتیہ نمبر No. 1111382 .رجسٹر نمبر انگلینڈ (England) (No. 5540014). شائع کرنے کی تاریخ: 14/10/05, Version 4. برائے مہروانی نیچے دیا گیا ویب سائٹ بھی دیکھیے <http://www.labourpains.com> جو کہ OAA منتظم کرتا ہے اور اس میں بہت ہی مفید معلومات حاملہ عورتوں کے لیے اور درد کم کرنے والے اپریشن کے دوران معلومات پر مشتمل ہے۔

ہم بہت شکر گزار ہیں **Translators without Borders** کے جو ہمیں یہ ترجمہ فراہم کرتے ہیں۔

