আমার গর্ভকালীন সময়ে কেন আমার একজন এনেসথেটিষ্ট এর সাথে দেখা করা দরকার ?

গর্ভবতী মহিলাদের জন্য তথ্য যাদের 'হাই বডি ম্যাস ইনডেক্স' (BMI) আছে।

গর্ভকালীন সময়ে অনেকগুলো লক্ষ্যের একটি হলো সেইসকল মহিলাদেরকে চিহ্নিত করা যাদের বাচ্চা প্রসবে অতিরিক্ত সাহায্য ও যত্নের দরকার। একটি বিষয় যার সম্ভাবনা আছে তাহলো 'হাই বডি ম্যাস ইনডেক্স' -BMI ('বডি ম্যাস ইনডেক্স' হলো আপনার উচ্চতা ও ওজন সম্পর্কিত, এবং খুঁজে দেখা দরকার আপনি কত বেশী ওজনের বা ওভারওয়েট)। যেমন যদি আপনার BMI, 35 এর উপরে থাকে তাহলে সিজারিয়ানের প্রয়োজনীয়তা আপনার জন্য দ্বিগুন (এবং একটি এনেসথেটিক এর দরকার), সেই সকল মহিলাদের তুলনায় যাদের BMI সাধারন যা 20 থেকে 25 (এই গবেষনার বৈজ্ঞানিক কাগজপত্রের তালিকা এই লিফলেটের শেষে দেওয়া আছে)।

বেশীর ভাগ ক্ষেত্রে আপনরা জন্য ভালো হয় একটি আঞ্চলিক এনেসথেটিক (স্পাইনাল বা এপিডুরাল) সিজারিয়ান এর জন্য। ইহার অর্থ হলো আপনার পেছনে যে ইনজেকশন দেওয়া হয়েছে (হয় মেরুদন্ডের মধ্য দিয়ে ইনজেকশন বা পেছনে টিউব দিয়ে) যাতে আপনার শরীরের নিম্নাঙ্গ অবশ করা যায়। আঞ্চলিক এনেসথেটিক এর মাধ্যমে অপারেশনের সময় আপনি জেগে থাকবেন। জেগে থাকলে অপারেশনের সময় ও পরে আপনার ও বাচ্চার জন্য অনেক সুবিধা হয়। কোন কোন সময় আছে যখন আমাদেরকে বাচ্চা যত তাড়াতাড়ি সম্ভব জন্ম দিতে হয়, যদি লেবারের সময় আপনাকে এপিডুরাল দেয়া হয় তাহলে তা ভালো কাজ করে। আমরা প্রায়ই ইহা ব্যবহার করি হয় সিজারিয়ান এর সময় অথবা যদি আমরা বিশেষ যন্ত্রপাতি দিয়ে বাচ্চা প্রসব করাতে চাই। যেমন ফরসেপ বা ভেন্টুজ (একটি সাকশন কাপ)।

যদি আপনার উচ্চ BMI থাকে, তাহলে তা এনেসথেটিক প্রক্রিয়া জটিল করে। সঠিক স্থান যেখানে এনেসথেটিক দেয়ার জন্য সুঁই প্রবেশ করাতে হবে তা খুঁজে পেতে হয়ত কষ্ট হয়, যাতে তাড়াতাড়ি কাজ করা যেতে পারে। উচ্চ BMI হয়ত সাধারন এনেসথেসিয়াও অপারেশনের সময় ও পরে সমস্যা করতে পারে (যদি আপনাকে সাধারন এনেসথেসিয়া দেয়া হয় তাহলে অপারেশনের সময় আপনি ঘুমিয়ে থাকবেন)।

গর্ভকালীন সময়ে আপনাকে হয়ত একজন এনেসথেটিষ্ট এর সাথে এপয়েন্টমেন্ট করার জন্য অফার করা হতে পারে। ইহার ফলে আমরা আপনাকে দেখতে ও পরীক্ষা করতে পারব বাচ্চা জন্মের পূর্বে। আমরা আপনার সাথে আপনার লেবার ও ডেলিভারী বিষয়ে আলোচনা করতে পারব ও এনেসথেটিক এর পছন্দ সমূহ পরিকল্পনা করতে পারব। ইহা স্বাচ্ছন্দময় পরিবেশে করা সহজ, যখন আপনি লেবার ব্যাথায় থাকেন তখন বুঝানোর চেষ্টা করার চাইতে। লেবারের সময় সবকিছু দ্রুত ঘটতে পারে এবং যতবেশী তথ্য আপনার থাকবে আপনি ততবেশী প্রস্তুত থাকবেন।

এই আলোচনার পর এনেসথেটিষ্ট আপনাকে নিম্নের পরিকল্পনা সমূহের একটি গ্রহন করতে পরামর্শ দেবেন যাতে লেবারে ব্যাথা কম হয়।

- যদি লেবার সরাসরি না হয়, **আপনাকে তখন চিন্তা করা উচিত একটি এপিডুরালের** লেবারের শুরুতে, দেরীর চাইতে কারন একটি স্পাইনাল বা এপিডুরাল এনেসথেটিক দিতে হয়ত সাধারনের চাইতে বেশী সময় লাগতে পারে।
- এনেসথেটিষ্ট হয়ত আপনাকে লেবারে এপিডুরালের জন্য উৎসাহিত করবেন, তাহলে আপনি সাধারন এনেসথেটিক পরিহার করতে পারবেন, যদি আপনার সিজারিয়ান দরকার হয়।

যখন আপনি লেবার ওয়ার্ডে ভর্তি হবেন তখন দয়া করে মিডওয়াইফকে বলুন যে, আপনি একজন এনেসথেটিষ্ট এর সাথে দেখা করেছেন। এর ফলে কর্মরত এনেসথেটিষ্ট সিনিয়র এনেসথেটিষ্ট এর পরিকল্পিত পরামর্শ মত কাজ করতে পারবেন, যিনি আপনাকে গর্ভকালীন সময়ে দেখেছিলেন।

আমরা আপনাকে লেবার চলাকালীন সময়ে এন্টাসিড ট্যাবলেট দেব (যেমন : রানিটাডিন)। এতে আপনার পেটের এসিটিটি কমাবে। যখন আপনি লেবারে থাকবেন তখন শক্ত বা ফ্যাট খাবার না খাওয়া ভালো। শুধু পানি খাওয়া নিরাপদ অথবা নন ফিজি স্পোর্টস ড্রিংক (যেমন: লোকোজেড স্পোর্টস)।

© Obstetric Anaesthetists' Association
Registered Charity No 1111382
www.oaaformothers.info
October 2009

আপনার শিশু জন্মের পর আমরা হয়ত আপনাকে হেপারিন ইনজেকশন দেবো কয়েক দিন যাবত। ইহা রক্তকে হালকা করবে এবং রক্ত জমাট বাধা বন্ধ করার চেষ্টা করবে, যা আপনার পা বা বুকে জমে। এই সমস্যা গর্ভকালীন ও পরে সাধারনত: ঘটে থাকে এবং ইহা উচ্চ BMI সম্পন্ন মহিলাদের মধ্যে ঘটার সম্ভাবনা বেশী। আমরা দিনে একবার বা দুইবার হেপারিন দেবো।

সারাংশ

যদি আপনার BMI, 35 এর উপরে হয়, তাহলে আপনার বাচ্চা ডেলিভারীর সময় আপনার কিছু সাহায্যের দরকার হওয়ার সম্ভাবনা আছে ,যাদের BMI কম আছে তাদের চেয়ে।

- সাধারনত: আপনার বাচ্চা হওয়ার সময় জেগে থাকা ভালো

- কম BMI সম্পন্ন মহিলাদের চেয়ে সাধারন এনেসথেটিক দেওয়া হয়ত খুব সমস্যা হতে পারে, এবং এজন্য এনেসথেটিষ্ট এর পরিকল্পনা নেয়া উচিত।

- ইহা হয়ত খুব কঠিন হতে পারে ও দীর্ঘ সময় লাগতে পারে এপিডুরাল এবং স্পাইনাল করতে। ইহা হয়ত ভালো হয় লেবারের শুরুতে এপিডুরাল দেয়া পরে দেয়ার চাইতে, যদি আপনার সিজারিয়ান এর দরকার হয় অথবা আমাদেরকে হয়ত ‘ফরসেপ’ বা ‘ভেন্টুজ’ এর মাধ্যমে আপনার বাচ্চা প্রসব করাতে হতে পারে।

- যখন আপনি বাচ্চার জন্মের জন্য লেবার ওয়ার্ডে যান, তখন মিডওয়াইফকে বলুন যে কর্মরত এনেসথেটিষ্ট এর সাথে দেখা করতে চান।

- যখন আপনি লেবারে থাকেন তখন ভালো হয় যদি কোন শক্ত বা ফ্যাটযুক্ত খাবার না খান।

রেফারেন্স:
Maternal obesity, lenth of gestation, risk of post dates pregnancy and spontaneous onset of labour at term.
British Journal of Obstetrics & Gynaecology: An International Journal of Obstetrics & Gynaecology.
Volume 115, Issue 6, Date: May 2008, pages 720 t0 725.
FC Denison, J Price, C Graham, S Wild, WA Liston.

এই পুস্তিকা ‘রয়াল বার্কশায়ার হাসপাতালের’ অবস্‌টেট্রিক এনেসথেটিষ্ট কর্তৃক লেখা হয়েছে। ইহা সম্পাদন করেছেন ‘ইনফরমেশন ফর মাদারস্ সাবকমিটি অফ দ্য অবস্‌ট্যাট্রিক এনেসথেটিষ্ট এসোসিয়েশন’।

সাব কমিটি নিম্ন বর্ণিত লোকজন দ্বারা তৈরী :

- Dr Rosie Jones (চেয়ারম্যান)
- Charis Beynon (ন্যাশনাল চাইল্ড বার্থ ট্রাষ্ট, প্রতিনিধি)
- Shaheen Chaudry (ভোক্তা প্রতিনিধি)
- Dr Rachel Collis
- Dr Rhona Hughes (Ôরয়াল কলেজ অফ অবসটেট্রিশিয়ান এন্ড গাইনোকলজিষ্ট’ প্রতিনিধি)
- Gail Johnson (‘রয়াল কলেজ অফ মিডওয়াইফ্স’ প্রতিনিধি)
- Dr Michael Kinsella
- Dr Ratnasabapathy Sashidharan

© **Obstetric Anaesthetists’ Association**
Registered Charity No 1111382
www.oaaformothers.info
October 2009