



શા માટે મારે મારી સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન અનીસ્થેટિસ્ટને જોવાની જરૂર રહે છે?

હાઈ બોડિ માસ ઈન્ડેક્સ (BMI) વાળી સગર્ભા (પ્રેગનન્ટ) મહિલાઓ માટે માહિતી

સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન સાર- સંભાળ કે કેઅર રાખવાનો કોઈ એક લક્ષ્ય જે મહિલાઓને તેઓના બાળકની પ્રસૂતિમાં વધારે મદદની જરૂર હોય તેઓને નિશ્ચિત કરવાનો છે. હાઈ બોડિ માસ ઈન્ડેક્સ – BMI એ એવી કોઈ સ્થિતિ છે કે જેની આ માટે વધારે સંભાવના રહે છે. (બોડિ માસ ઈન્ડેક્સને તમારી ઊંચાઈ અને તમારા વજન સાથે સંબંધ હોવાથી, તમારા શરીરનું વજન કેટલું વધારે છે તેની ગણતરી કરવા માટે હોય છે.) દા.ત. જો તમારું BMI 35 કરતાં વધારે હોય તો, 20 થી 25 ની સામાન્ય શ્રેણીમાં રહેલ BMI મહિલાઓની સરખામણીમાં, તમને સિઝેરિઅન છેદની (સેકશન) બમણી સંભવિતા રહેશે (અને અનિસ્થેટિકની જરૂર જણાશે) અને (આ સંશોધનનો સમાવેશ કરતો વૈજ્ઞાનિક દસ્તાવેજ આ પત્રિકાની અંતે યાદીમાં આપેલ છે).

મોટા ભાગના કિસ્સાઓમાં, સિઝેરિઅન છેદ માટે તમારે રીજનલ કે શરીરના અમુક ભાગનું અનિસ્થેટિક (સ્પાઈનલ અથવા એપિડ્યુરલ) લેવાનું વધારે સારું કહેવાય. આનો અર્થ એવો થાય કે તમને ઈજેક્શન તમારી પીઠમાં આપવામાં આવે છે (તમારી સ્પાઈનમાં કાંતો કોઈ એક ઈજેક્શન અથવા તમારી પીઠમાં મૂકવામાં આવેલ ટ્યૂબ કે નળી મારફતે) જેથી કરીને તમારા શરીરના નીચલા ભાગને સંવેદનાશૂન્ય કે બૂહું (નમ) બનાવવામાં આવે.

આવા રીજનલ અનિસ્થેટિકથી, તમે શસ્ત્રક્રિયા દરમિયાન જાગૃત રહી શકશો. જાગૃત રહેવાથી, શસ્ત્રક્રિયા દરમિયાન અને ત્યારબાદ તમારા અને તમારા બાળક માટે ઘણા લાભ - ફાયદાઓ હોય છે. એવો સમય હોઈ શકે કે જ્યારે અમને શક્ય હોય તેટલી જલદીથી બાળકની પ્રસૂતિ કરવાની જરૂર રહે. પ્રસૂતિ વેદનાના સમય દરમિયાન, જો તમને એપિડ્યુરલ આપવામાં આવેલ હોય કે જે સારી રીતે કાર્ય કરતું હોય તો, તેનો ઉપયોગ ઘણી વખત અમે કાંતો સિઝેરિઅન છેદ (સેકશન) માટે કરી શકીએ અથવા અમારે વિશિષ્ટ સાધનોનો ઉપયોગ કરી, જેમકે ફોરસેપ્સ અથવા વેન્ટાઉઝનો (સકશન કપ) ઉપયોગ કરી તમારા બાળકની પ્રસૂતિ કરાવવાની જરૂર રહે.

જો તમારું BMI ઊંચું કે વધારે હોય તો, અનિસ્થેટિકની પ્રક્રિયા આથી વધારે મુશ્કેલવાળી બની શકે. અનિસ્થેટિક આપવા શરીરમાં સોય કે નીડલ મૂકવા માટે યોગ્ય સ્થળ નક્કી કરવાનું મુશ્કેલ બની શકે અને અનિસ્થેટિકને તાબડતોડ યોગ્યરીતે કાર્ય કરવાનું પણ વધારે મુશ્કેલ થઈ શકે. શસ્ત્રક્રિયા (ઓપરેશન) દરમિયાન અને તે પછી પણ જનરલ એનિસ્થેસિયા માટે ઊંચા કે વધારે BMI વાળી મહિલાઓને કદાચ સમસ્યાઓ ઊભી થઈ શકે (જો તમને જનરલ અનિસ્થેટિક આપવામાં આવ્યું હોય તો, ઓપરેશન દરમિયાન તમે સૂતેલા રહેશો).

તમારી સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન, અનિસ્થેટિસ્ટ સાથે વાતચીત કરવા તમને એપોઈન્ટમેન્ટ આપવામાં આવી શકે. આથી જે તારીખે તમે જન્મ આપવાની અપેક્ષા રાખતા હોય તે પહેલાં તમને મળી અને તપાસવાનો અમને અવકાશ મળી શકે. તમારી પ્રસૂતિ (ડિલિવરી) અને પ્રસવક્રિયા (લેબર) માટે પીડા કે વેદનામાં રાહત આપવાની અને અનિસ્થેટિકની પસંદગી કરવાના કાર્યક્રમની અમે તમારી સાથે ચર્ચા કરી શકીએ. તમે જ્યારે પ્રસૂતિવેદનામાં (લેબર પેઈન) હો ત્યારે સ્થિતિનો ખુલાસાનો પ્રયત્ન કરવા કરતાં જ્યારે તમે શિથિલ (રિલેક્સ) વાતાવરણમાં હો ત્યારે આવું કરવાનું વધારે સરળ રહી શકે. પ્રસૂતિવેદના દરમિયાન વસ્તુ-સ્થિતિ ખૂબજ જલદીથી બની શકે, અને તમારી પાસે જેટલી વધારે માહિતી હશે, તેટલા તમે વધારે તૈયાર રહેશો.

આવી ચર્ચા - વિચારણા બાદ, પ્રસવક્રિયા દરમિયાન પીડા - વેદનામાં રાહત આપવા માટે, અનિસ્થેટિસ્ટ નીચે જણાવેલ કોઈ પણ એક કાર્યપદ્ધતિ કે ઉપાયનું સૂચન કરશે.

• જો પ્રસવક્રિયા સીધી કે સરળ ન હોય તો, **એપિડ્યુરલ** મોડેથી લેવા કરતાં વહેલાસર પ્રસવવેદના દરમિયાન લેવાનો તમારે વિચાર કરવો જોઈએ, કારણકે તમને સ્પાઈનલ અથવા એપિડ્યુરલ અનિસ્થેટિક આપવા સામાન્ય કરતાં વધારે સમય લાગી શકે.

• અનિસ્થેટિસ્ટ તમને પ્રસવક્રિયા દરમિયાન એપિડ્યુરલ લેવા પ્રોત્સાહીત કરશે જેથી કરીને તમને જો સિઝેરિઅન છેદની જરૂર જણાય તો, તમે જનરલ અનિસ્થેટિક લેવાનું ટાળી શકો.

જ્યારે તમને પ્રસવક્રિયા કે લેબર વોર્ડમાં દાખલ કરવામાં આવે, ત્યારે તમે અનિસ્થેટિસ્ટને મળ્યા છો તેની માહિતી કૃપા કરી મિડવાઈલ્ડ કે સૂચાણીને આપશો. આથી તમારી સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન તમે જે સીનિઅર અનિસ્થેટિસ્ટને મળ્યા હો તેમની સૂચન કરેલ વ્યવસ્થાની, ફરજ પરના (ડ્યુટિ) અનિસ્થેટિસ્ટને જોવાનો અવકાશ મળે.



Why do I need to see an anaesthetist during my pregnancy? GUJARATI Information for pregnant women with a high body mass index (BMI)

અમે સમગ્ર પ્રસવવેદના સમયમાં તમને એન્ટેસિડ ગોળીઓ આપીશું (જેવીકે રેનિટાઈડિન). આથી તમારા પેટમાં એસિડિટી ઓછી થશે. તમે જ્યારે પ્રસવપ્રક્રિયામાં હો ત્યારે કોઈ પણ સોલિડ કે કઠણ અથવા ચરબીવાળો ખોરાક નહિ લેવાનું શ્રેષ્ઠ કહેવાય. ફક્ત પાણી અથવા નોન - ફિઝિ સ્પોર્ટ્સ પીણાઓ જેમકે લ્યુકોઝેડ સ્પોર્ટ્સ Lucozade Sport™ લેવાનું સુરક્ષિત રહેશે.

તમારા બાળકના જન્મ બાદ, અમને કદાચ થોડાંક દિવસો માટે તમને હેપરિન (heparin) ઈંજેક્શન આપવાની જરૂર રહે. આથી તમારું લોહી પાતળું બની અને તમારા પગ અથવા છાતીમાં લોહી ગંઠાઈ જવાનું થતા અટકાવવાનો પ્રયત્ન થઈ શકે. આ સમસ્યા સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન અને તે પછી ખૂબજ સામાન્ય બને છે અને ઊંચા BMI વાળી મહિલાઓમાં તે વધારે સામાન્ય હોય છે. અમે તમને દિવસમાં એક અથવા બે વખત હેપરિન આપીશું.

સારાંશ (સમરિ)

જો તમારું BMI 35 કરતાં વધારે હોય તો, ઓછા BMI વાળી મહિલા કરતાં, તમને તમારા બાળકની પ્રસૂતિમાં (ડિલિવરિ) થોડાંક પ્રકારની મદદની જરૂર માટે વધારે સંભવિતા રહે છે.

- જ્યારે બાળકની પ્રસૂતિ કરવામાં આવતી હોય ત્યારે સામાન્યરીતે જાગૃત રહેવાનું વધારે સારું કહેવાય.
- ઓછા BMI વાળી મહિલાઓ કરતાં, જનરલ અનીસ્થેટિક આપવાનું કદાચ વધારે મુશ્કેલભર્યું બની શકે, અને આ માટે અનીસ્થેટિસ્ટને વ્યવસ્થા કરવાની જરૂર રહે.
- એપિડ્યુરલ્સ અને સ્પાઈનલ કરવા તેને માટે વધારે લાંબો સમય લાગી શકે અને વધારે મુશ્કેલ બની શકે. જો તમને સિઝેરિઅન છેદની જરૂર જણાય, અથવા અમને ફોરસેપ્સ અથવા વેન્ટાઉઝનો ઉપયોગ કરી તમારા બાળકની જલદીથી પ્રસૂતિ કરવાની જરૂર પડે તો, મોડા કરતાં પ્રસવક્રિયામાં એપિડ્યુરલ વહેલું લેવું વધારે સારું રહેશે.
- બાળકનો જન્મ આપવા જ્યારે તમે લેબર કે પ્રસવક્રિયાના વોર્ડમાં જાઓ ત્યારે તમને ફરજ પરના અનીસ્થેટિકને મળવાની જરૂર છે તેવું મિડવાઈલ્ડને જણાવશો.
- તમે જ્યારે પ્રસવક્રિયામાં હો ત્યારે કોઈ પણ કઠણ (સોલિડ) અથવા ચરબીવાળો ખોરાક નહિ લેવાનું શ્રેષ્ઠ કહેવાય.

આ પુસ્તિકા રોયલ બર્કશાયર હોસ્પિટલમાંના (Royal Berkshire Hospital) અબસ્ટ્રેટિક અનીસ્થેટિસ્ટ્સ દ્વારા લખવામાં આવી હતી. તેનું સંપાદન ઈન્ફર્મેશન ફોર મદર્સ સબકરમટિ ઓફ ઘ અબસ્ટ્રેટિક અનીસ્થેટિસ્ટ્સ અસોસિએશન (Obstetric Anaesthetists' Association) દ્વારા કરવામાં આવ્યું છે.

આ પેટા કમિટી નીચે જણાવેલ લોકોની બનેલ છે.

- Dr Rosie Jones (chairman)
- Charis Beynon
(National Childbirth Trust representative)
- Shaheen Chaudry
(consumer representative)
- Dr Rachel Collis
- Dr Rhona Hughes (Royal College of
Obstetricians and Gynaecologists
representative)
- Gail Johnson
(Royal College of Midwives representative)
- Dr Michael Kinsella
- Dr Ratnasabapathy Sashidharan

રેફરન્સ:

મેટરનલ એસિટિ (માતૃત્વ દરમિયાન સ્થુળતા), ગર્ભાદારણના સમયની લંબાઈ, પોસ્ટ ડેઈટ્સ પ્રેગનન્સિનો ભય અને કોઈ અમુક મર્યાદિત સમયે સ્વયંસ્કૃત પ્રસવવેદનાની શરૂઆત.

British Journal of Obstetrics & Gynaecology: An International Journal of Obstetrics & Gynaecology. Volume 115, આવૃત્તિ 6, તારીખ: May 2008, પાના: 720 to 725.

FC Denison, J Price, C Graham, S Wild, WA Liston.