

प्रि-इक्लैम्पसिया के लिए आधार मार्गदर्शिका

मैं स्वस्थ महसूस करती हूँ। फिर भी मुझे अपनी मिडवाइफ से नियमित रूप से क्यों मिलना चाहिए?

आपकी मिडवाइफ:-

- आपको और आपके शिशु को सुरक्षित रखने में मदद करेगी।
- आपको उन परिवर्तनों के बारे में बताएगी और देखेगी जिनका अर्थ यह हो सकता है कि आपको प्रि-इक्लैम्पसिया जैसी समस्याओं का जोखिम है।

प्रि-इक्लैम्पसिया क्या है ?

- प्रि-इक्लैम्पसिया एक ऐसी बीमारी है जो गर्भावस्था में होती है।
- यह सामान्यतः हल्के रूप में होती है।
- कभी-कभी यह गंभीर भी हो सकती है।
- यह आपको और आपके शिशु को प्रभावित कर सकती है।

प्रि-इक्लैम्पसिया को टॉक्सीमिया कहा जाता था।

यह मुझे और मेरे शिशु को किस तरह नुकसान पहुंचा सकता है ?

- प्रि-इक्लैम्पसिया हमारे ब्लड प्रेशर को सामान्य से अधिक बढ़ा सकता है और अन्य समस्याएं पैदा कर सकता है।
- प्रि-इक्लैम्पसिया आपके शिशु को पर्याप्त भोजन अथवा ऑक्सीजन प्राप्त करने से रोक सकता है।
- आपके शिशु का विकास बहुत धीरे-धीरे हो सकता है और उसमें अन्य समस्याएं पैदा हो सकती हैं।

क्या यह मुझे हो सकता है ?

आप में इसके अधिक होने की संभावना तब होती है यदि:-

- आप अपने पहले शिशु को जन्म दे रही हैं।
- किसी निकट संबंधी (मां अथवा बहन) को प्रि-इक्लैम्पसिया की समस्या रही है।
- आपकी आयु 40 वर्ष अथवा अधिक है।
- आपको पहले से ही उच्च रक्त चाप (ब्लड प्रेशर) है।
- आपको गुर्दे का रोग अथवा डायबिटीज (मधुमेह) है।
- आप दो, तीन अथवा अधिक बच्चों की अपेक्षा कर रही हैं।
- आपको यह समस्या पहले भी हुई है।
- आपका BMI (बॉडी मास इन्डेक्स) 35 अथवा अधिक है।
- आप पिछला बच्चा 10 वर्ष अथवा इससे पहले हुआ था।
- आपको उच्च रक्त चाप, गुर्दे का रोग, डायबिटीज अथवा ऐन्टि-फॉस्फोलिपिड रोग लक्षण जैसी चिकित्सा समस्याएं हैं।

यदि यह मुझे हो जाता है, तो मुझे कैसे पता चलेगा ?

प्रि-इक्लैम्पसिया, गर्भावस्था के दूसरे पक्ष में होता है।

निम्न का ध्यान रखें:-

- तेज़ सिरदर्द, जो हटने का नाम ही नहीं लेता।
- धुंधला दिखाई देना, आपकी आंखों के सामने चमचमाती रोशनी अथवा धब्बे।
- आपकी पसलियों के नीचे, विशेषतः दाएं भाग पर तेज़ दर्द।

ये प्रि-इक्लैम्पसिया के लक्षण हो सकते हैं।

मेरी मिडवाइफ मुझे मदद करने के लिए क्या कर सकती है ?

- नियमित रूप से आपका ब्लड प्रेशर नापेगी।
- प्रोटीन के लिए आपके मूत्र का परीक्षण करेगी।

अधिक ब्लड प्रेशर और आपके मूत्र में प्रोटीन, प्रि-इक्लैम्पसिया के संकेत हो सकते हैं।

यदि मुझे प्रि-इक्लैम्पसिया हो, तो मुझे और मेरे शिशु की मदद करने के लिए क्या किया जा सकता है?

- प्रि-इक्लैम्पसिया का शीघ्र पता लगने से आपको और आपके शिशु को सुरक्षित रखना अधिक आसान हो जाता है।
- आपके ब्लड प्रेशर को कम करने में मदद करने के लिए उपचार दिया जा सकता है।
- आपसे हॉस्पिटल में रूकने के लिए कहा जा सकता है, ताकि डॉक्टर और मिडवाइफ, आपके एवं शिशु के स्वास्थ्य पर कड़ी नजर रख सकें।
- आपके शिशु को समय से पहले जन्म दिया जा सकता है।

प्रि-इक्लैम्पसिया में तब तक कोई सुधार नहीं होगा जब तक आपके शिशु का जन्म नहीं हो जाता है, तब आपको तेजी से ठीक होना चाहिए।

यदि मुझे प्रि-इक्लैम्पसिया हो जाता है, तो क्या यह मेरा दोष है?

- नहीं। ऐसा कुछ भी नहीं है जिसे आप इसे रोकने के लिए कर सकते हैं।
- प्रि-इक्लैम्पसिया में उच्च रक्त चाप, गर्भावस्था के दौरान किसी चिंता अथवा तनाव अथवा कार्य करने से नहीं होता है।

यदि आपको अधिक जानकारी चाहिए, तो लिखें:

Action on Pre-Eclampsia (एक्शन ऑन प्रि-इक्लैम्पसिया)

84-88 Pinner Road,

Harrow, Middlesex HA1 4HZ

ई-मेल: info@apex.org.uk

रजिस्टर्ड चैरिटी नं. 1013557

© APEC 2004-07-12

www.apex.org.uk

एक्शन ऑन प्रि-इक्लैम्पसिया एक राष्ट्रीय चैरिटी है, जो प्रि-इक्लैम्पसिया से पीड़ित महिलाओं की मदद करती है और उन्हें सहायता देती है। एक्शन ऑन प्रि-इक्लैम्पसिया, मिडवाइफ और डॉक्टरों के लिए पाठ्यक्रम संचालित करता है। एक्शन ऑन प्रि-इक्लैम्पसिया, आपको टेलीफोन हैल्पलाइन पर अधिक जानकारी, अथवा सहायता देकर मदद कर सकता है।

हैल्पलाइन नम्बर 020 8427 4217

याद रखें

आइए

- अपनी मिडवाइफ से दोस्ती करें

पता लगाएं

- प्रि-इक्लैम्पसिया के बारे में

सुरक्षित रहें

- मिडवाइफ का टेलीफोन नम्बर:
-