ப்ரீ-எக்ளாம்ப்ஸியா குறித்த அடிப்படைக் கையேடு

நான் நன்றாக இருப்பதாக உணருகிறேன். நான் ஏன் எனது பேறுகால பணிப்பெண்ணை குறிப்பிட்ட காலத்திற்கொரு முறை காணவேண்டும்?

உங்களுடைய பேறுகால பணிப்பெண் :-

- நீங்களும், உங்களுடைய குழந்தையும் ஆரோக்கியமாக இருக்க உதவுவார்.
- உங்களைப் பற்றி அறிந்துகொண்டு உங்களுக்கு ப்ரீ - எக்ளாம்ப்ஸியா போன்ற பிரச்சனைகள் ஏற்படுவதற்கான ஆபத்து உள்ளதா என்பதை அறிந்து கொள்வதற்கான உடல்நல மாற்றங்களை கண்காணிப்பார்.

ப்ரீ-எக்ளாம்ப்ஸியா என்றால் என்ன ?

- ப்ரீ-எக்ளாம்ப்ஸியா என்பது கர்ப்பகாலத்தில் ஏற்படும் ஒரு நோயாகும்.
- பொதுவாக இதன் பாதிப்பு குறைவாகவே இருக்கும்.
- சில சமயங்களில் இது கடுமையாகலாம்.
- இது உங்களையும், உங்கள் குழந்தையையும் பாதிக்கும்.

ப்ரீ-எக்ளாம்ப்ஸியா டாக்ஸாமியா என்றும் அழைக்கப்படுகிறது.

இது எவ்வாறு எனக்கும் எனது குழந்தைக்கும் தீங்கு விளைவிக்கும்?

- ப்ரீ - எக்ளாம்ப்ஸியாவால் உங்களுடைய இரத்த அழுத்தம் வழக்கமான அளவைக் காட்டிலும் அதிகரிக்கலாம் மேலும், வேறு சில பிரச்சனைகளை ஏற்படுத்தலாம்.
- ப்ரீ - எக்ளாம்ப்ஸியா உங்கள் குழந்தை போதுமான அளவு உணவு மற்றும் ஆக்சிஜன் பெறுவதை தடுக்கலாம்.
- உங்கள் குழந்தை மிகவும் குறைவான வேகத்தில் வளர்ச்சியடையலாம் மேலும், வேறு சில பிரச்சனைகளும் தோன்றலாம்.

எனக்கு இந்நோய் வருவதற்கான வாய்ப்புள்ளதா?

கீழ்கண்டவர்களுக்கு இது வருவதற்கான வாய்ப்புகள் உள்ளன:

- தற்பொழுது இதுவே உங்கள் முதல் குழந்தையாக இருந்தால்
- யாரேனும் நெருங்கிய உறவினர்களுக்கு (தாய் அல்லது சகோதரி) ப்ரீ - எக்ளாம்ப்ஸியா இருந்திருந்தால்
- உங்கள் வயது 40 அல்லது அதற்கு மேற்பட்டிருந்தால்
- உங்களுக்கு ஏற்கனவே உயர் இரத்த அழுத்தம் இருந்தால்
- உங்களுக்கு சிறுநீரக அல்லது சர்க்கரை வியாதி இருந்தால்
- உங்களுக்கு இரட்டை குழந்தைகளோ, மூன்று குழந்தைகளோ அல்லது அதற்கும் மேற்பட்ட குழந்தைகளோ இந்த பிரசவத்தில் பிறக்கும் என்று எதிர்நோக்கப்பட்டால்
- உங்களுக்கு ஏற்கனவே இந்நோய் ஏற்பட்டிருந்தால்
- உங்களுடைய BMI 35 அல்லது அதற்கு மேற்பட்டிருந்தால்
- உங்களுக்கு கடைசியாக குழந்தை பிறந்து 10 ஆண்டு அல்லது அதற்கு மேற்பட்டிருந்தால்
- நீங்கள் உயர் இரத்த அழுத்தம், சிறுநீரக நோய், சர்க்கரை வியாதி அல்லது ஆன்ட்டிபாஸ்போலிப்பிட் சின்ரோம் போன்ற நோய்களால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தால்

ப்ரீ-எக்ளாம்ப்ஸியாவால் நான் பாதிக்கப்பட்டிருந்தால் அதனை எவ்வாறு அறிந்துகொள்வது ?

ப்ரீ - எக்ளாம்ப்ஸியா கர்ப்பகாலத்தின் இரண்டாவது அறைப் பகுதியில் ஏற்படும் கீழ்க்கண்ட அறிகுறிகள் இருந்தால் ப்ரீ - எக்ளாம்ப்ஸியா ஏற்படலாம்:

- தீராத கடுமையான தலைவலி
- மங்கிய பார்வை, உங்கள் கண்களின் முன்புறம் பளிச்சொளிகள் அல்லது புள்ளிகள் காணப்படல்
- உங்களுடைய விலா எலும்பிற்கு கீழ் குறிப்பாக வலதுபுற விலா எலும்பிற்கு கீழ் கடுமையான வலி ஏற்படுதல்

இவைகள் ப்ரீ-எக்ளாம்ப்ஸியாவிற்கான அறிகுறியாக இருக்கலாம்.

எனது பேறுகால பணிப்பெண் எனக்கு உதவுவதற்காக என்ன செய்யலாம்?

- உங்களுடைய இரத்த அழுத்தத்தை குறிப்பிட்ட காலத்திற்கொரு முறை பரிசோதிக்கவேண்டும்.
- உங்கள் சிறுநீரில் புரதம் உள்ளதா என்று பரிசோதிக்கவேண்டும்.

உயர் இரத்த அழுத்தம் மற்றும் சிறுநீரில் புரதம் காணப்படுதல் ப்ரீ-எக்ளாம்ப்ஸியாவிற்கான அறிகுறியாக இருக்கலாம்.

எனக்கு ப்ரீ - எக்ளாம்ப்ஸியா இருந்தால் எனக்கும் எனது குழந்தைக்கும் என்ன உதவி செய்யப்படவேண்டும்?

- ப்ரீ - எக்ளாம்ப்ஸியாவை ஆரம்ப நிலையிலேயே கண்டறிந்து விட்டால் உங்களுடைய மற்றும் உங்கள் குழந்தையின் உடல்நலத்தை பாதுகாப்பது எளிதாக இருக்கும்
- உங்கள் இரத்த அழுத்தத்தை குறைக்க உதவுவதற்கான சிகிச்சை அளிக்கப்படும்
- நீங்கள் மருத்துவமனையில் தங்குமாறு கேட்டுக்கொள்ளப்படலாம். அப்பொழுதான் மருத்துவர்களும் பேறு கால பணிப்பெண்களும் உங்களுடைய மற்றும் உங்கள் குழந்தையின் உடல்நலத்தை அருகிலிருந்து தொடர்ந்து கண்காணிக்க இயலும்
- உங்கள் குழந்தை முன்கூட்டியே பிறக்க நேரிடலாம்

உங்களுக்கு குழந்தை பிறக்கும் வரை ப்ரீ-எக்ளாம்ப்ஸியா நோயிலிருந்து விடுபடமுடியாது. அதன் பிறகு நீங்கள் விரைவாக குணமடைவீர்கள்.

எனது தவறுகள் காரணமாக எனக்கு ப்ரீ-எக்ளாம்ப்ஸியா ஏற்பட வாய்ப்புள்ளதா?

- இல்லை. இதனை தவிர்ப்பதற்காக தங்களால் ஏதும் செய்ய இயலாது.
- நீங்கள் கர்ப்பமாக இருக்கும்பொழுது ப்ரீ - எக்ளாம்ப்ஸியாவால் ஏற்படும் உயர் இரத்த அழுத்தமானது கவலை அல்லது மனஅழுத்தம் அல்லது கடுமையான பணிகள் காரணமாக ஏற்படுவதில்லை.

நீங்கள் மேலும் தகவல் அறிந்துகொள்ள விரும்பினால் தயவுசெய்து கீழ்கண்ட முகவரிக்கு எழுதவும்:

Action on Pre-Eclampsia
84-88 Pinner Road,
Harrow, Middlesex HA1 4HZ
மின் அஞ்சல்: info@apec.org.uk
Registered charity no. 1013557
© APEC 2004-07-12

www. apec.org.uk

ஆக்ஷன் ஆன் ப்ரீ-எக்ளாம்ப்ஸியா என்ற அமைப்பு ப்ரீ-எக்ளாம்ப்ஸியாவால் பாதிக்கப்பட்டுள்ள பெண்களுக்கு தேவையான உதவிகள் மற்றும் ஆதரவை வழங்குவதற்காக உருவாக்கப்பட்டுள்ள தேசிய அறக்கட்டளை அமைப்பு ஆகும்.

ஆக்ஷன் ஆன் ப்ரீ - எக்ளாம்ப்ஸியா அமைப்பு பேறுகால பணிப்பெண்கள் மற்றும் மருத்துவர்களுக்கான பாடத்திட்ட பயிற்சிகளையும் அளிக்கிறது. மேலும், ஆக்ஷன் ஆன் ப்ரீ - எக்ளாம்ப்ஸியா அமைப்பு தொலைபேசி மூலமாகவும் உங்களுக்கு தேவையான கூடுதல் தகவல்கள் மற்றும் உதவியை அளிக்கும்.

உதவிக்கு தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய தொலைபேசி எண். 020 8427 4217

நினைவில் கொள்ளவும்

திருப்புக

- உங்களுடைய பேறுகால பணிப்பெண்ணுடன் நட்பு ஏற்படுதிக்கொள்ளவும்

காண்க

- ப்ரீ-எக்ளாம்ப்ஸியா குறித்து

பாதுகாப்புடன் இருக்கவும்

- பேறுகால பணிப்பெண்ணின் தொலைபேசி எண்:

____