

پری-اکلمپسیا کے بارے میں ایک ابتدائی راہنما

میں ٹھیک ٹھاک محسوس کر رہی ہوں۔ آخر مجھے اپنی ڈوائف سے باقاعدگی سے کیوں ملنے رہنا چاہیے؟

آپ کی ڈوائف:

- آپ اور آپ کے بچے کی سلامتی میں مدد دے گی
- آپ کے بارے میں معلومات رکھے گی اور ان تبدیلیوں سے باخبر رہے گی جن کے بموجب آپ کو پری-اکلمپسیا جیسے مسائل کے خطرہ کا سامنا ہو سکتا ہے۔

پری-اکلمپسیا کیا چیز ہے؟

- پری-اکلمپسیا ایک ایسی بیماری ہے جو حمل کی حالت میں ہوتی ہے
- بالعموم یہ معتدل ہوتی ہے۔
- تاہم بعض اوقات شدید بھی ہو سکتی ہے۔
- آپ اور آپ کے بچے کی صحت پر اثر انداز ہو سکتی ہے۔

پری-اکلمپسیا کو ٹیکسیما کے نام سے جانا جاتا رہا ہے۔

یہ میرے اور میرے بچے کے لیے کتنا نقصان دہ ہو سکتی ہے؟

- پری-اکلمپسیا آپ کا بلڈ پریشر بڑھا سکتی ہے اور دوسرے مسائل پیدا کر سکتی ہے۔
- پری-اکلمپسیا آپ کے بچے کو مناسب مقدار میں آکسیجن یا غذا لینے سے روک سکتی ہے۔
- آپ کے بچے کی نشوونما میں بہت سست رفتاری آ سکتی ہے اور دوسرے مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔

کیا مجھے یہ مرض ہونے کا امکان ہے؟

آپ کے اس مرض میں مبتلا ہونے کے خاصے امکانات ہیں، اگر:

- آپ کا پہلا بچہ ہونے والا ہو؛
- کسی قریبی رشتہ دار (ماں یا بہن) کو پری-اکلمپسیا ہو چکا ہو؛
- آپ کی عمر چالیس سال یا اس سے زائد ہو؛
- آپ کو پہلے ہی سے ہائی بلڈ پریشر ہو؛
- آپ کو گردہ کا مرض یا ذیابیطس ہو؛
- آپ کے یہاں جڑواں، تین یا اس سے زائد بچوں کی پیدائش ہونے والی ہو؛
- آپ کو پہلے کبھی یہ مرض ہو چکا ہو؛
- آپ کا BMI ۳۵ یا اس سے زائد ہو،
- آپ کا آخری بچہ ہوئے دس سال یا اس سے زائد کا عرصہ گزر چکا ہو،
- آپ کو بلڈ پریشر، گردوں کا مرض، ذیابیطس یا antiphospholipid syndrome ہو۔

مجھے کیسے پتہ چلے گا کہ مجھے یہ بیماری ہے؟

پری-اکلمپسیا حمل کے دوسرے نصف حصہ میں ہوتا ہے۔

ہوشیار رہیے:

- بری طرح سر کے درد سے جو جائے نہیں
- نگاہ کے دھندلے پن سے یا آنکھوں کے سامنے تیز روشنی یا دھبوں سے
- پسلیوں کے ٹھیک نیچے، بالخصوص دائیں جانب بری طرح درد سے۔

یہ پری-اکلمپسیا کی علامتیں ہو سکتی ہیں۔

میری ڈوائف میری کیا مدد کر سکتی ہے؟

- وہ باقاعدگی سے آپ کا بلڈ پریشر لے گی۔
- پروٹین کی مقدار معلوم کرنے کے لیے آپ کے پیشاب کی جانچ کرے گی۔
- بڑھا ہوا بلڈ پریشر اور پیشاب میں پروٹین پری-اکلمپسیا کی علامت ہو سکتی ہیں۔

اگر مجھے پری-اکلمپسیا ہو تو میرے اور میرے بچے کے لیے کیا کیا جاسکتا ہے؟

- پری-اکلمپسیا کا شروع میں پتہ لگا کر آپ اور بچے کی سلامتی آسان ہو سکتی ہے۔
- بلڈ پریشر کم کرنے کے لیے دوائیں دی جاسکتی ہیں۔
- آپ سے اسپتال میں رہنے کو کہا جاسکتا ہے تاکہ ڈاکٹر اور ڈوائف آپ اور آپ کے بچے کی صحت پر قریبی نظر رکھ سکیں۔
- آپ کے بچے کی پیدائش پہلے کی جاسکتی ہے۔

بچے کی پیدائش سے قبل پری-اکلمپسیا ٹھیک نہیں ہوگا، البتہ اس کے بعد آپ کو تیزی سے رو بصحت ہو جانا چاہیے۔

اگر مجھے پری-اکلمپسیا ہو جائے تو کیا اس میں میری غلطی ہے؟

- نہیں، اسے روکنے کے لیے آپ کچھ نہیں کر سکتی ہیں۔
- اگر آپ امید سے ہوں تو پری-اکلمپسیا میں ہائی بلڈ پریشر کی وجہ پریشانی، دباؤ یا کام نہیں ہوتا ہے۔

اگر مزید معلومات مطلوب ہوں تو اس پتے پر خط لکھیے:

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

www. appec.org.uk

ایکشن آن پری-اکلمپسیا ایک قومی سطح کی رفاہی تنظیم ہے جو پری-اکلمپسیا میں مبتلا خواتین کو مدد اور سہارا فراہم کرتی ہے۔ ایکشن آن پری-اکلمپسیا ڈوائفوں اور ڈاکٹروں کے لیے کورسز کا اہتمام کرتی ہے۔ ایکشن آن پری-اکلمپسیا ٹیلیفون ہیلپ لائن پر آپ کو مزید معلومات یا سہارا فراہم کر سکتی ہے۔

ہیلپ لائن نمبر 020 8427 4217

یاد رکھیے

آئیے

- اپنی ڈوائف سے دوستی کیجیے

معلومات حاصل کیجیے

- پری-اکلمپسیا کے بارے میں

سلامت رہیے

- ڈوائف کا فون نمبر