

حالت حمل میں بلڈ پریشر اور پیشاب کی جانچ کیوں کی جاتی ہے؟

ہر قبل از پیدائش اپائنٹمنٹ پر آپ کے بلڈ پریشر اور پیشاب کی جانچ ہونی چاہیے۔ کیونکہ بلڈ پریشر اور پیشاب میں تبدیلیاں حمل کی اس پے چیدگی کی علامت ہوتی ہیں جسے پری-اکلمپسیا کہا جاتا ہے۔ اگر اس کا پہلے پتہ نہ لگ سکے تو آپ اور آپ کے بچہ دونوں کی طبیعت خراب ہو سکتی ہے۔ باقاعدہ جانچ ہونے سے آپ دونوں سلامت رہ سکتے ہیں۔

بلڈ پریشر کیا چیز ہے؟

بلڈ پریشر خون کی اس قوت کو کہتے ہیں جس کی بدولت سارے جسم میں خون جاتا ہے۔ اس کی جانچ بازو کے اوپری حصہ کو ایک پھولنے والی پٹی لپیٹ کر ہوتی ہے۔ اسے دو نمبروں میں ریکارڈ کیا جاتا ہے: پہلا (اور اعلیٰ ترین) نمبر دل دھڑکنے کے دوران دباؤ کو ظاہر کرتا ہے؛ دوسرا نمبر دھڑکنوں کے درمیان دباؤ کو ظاہر کرتا ہے۔ دن کے وقت اور یہ کہ آپ کیا کر رہے ہیں، ان دونوں سے دباؤ میں تبدیلی آتی ہے۔ ۷۰/۱۱۰ یا ۸۰/۱۲۰ خواتین کے لیے نارمل بلڈ پریشر ہے۔ آپ کا کسی قدر کم یا زیادہ ہو سکتا ہے، تاہم آپ کے لیے یہ پوری طرح نارمل ہے۔

بلڈ پریشر دوران حمل

اپنے پہلے قبل از پیدائش اپائنٹمنٹ کے موقع پر ڈوائف آپ کا بلڈ پریشر لے گی۔ اس کے بعد ہر ملاقات پر وہ یا ڈاکٹر اسے دوبارہ دیکھے گا۔

اگر میرا بلڈ پریشر ہائی ہوا تو؟

ذہنی دباؤ، پریشانی یا کسی سرگرمی کی بنا پر آپ کا بلڈ پریشر تھوڑے عرصہ کے لیے بڑھ سکتا ہے۔ لیکن اگر وہ بڑھائی رہے تو ہو سکتا ہے آپ کو پری-اکلمپسیا ہو۔ نارمل اور ہائی بلڈ پریشر کے درمیان کوئی واضح خط امتیاز نہیں ہے۔ لیکن ۹۰/۱۳۰ یا اس سے زائد اگر ظاہر ہو رہا ہو تو ڈوائف اور ڈاکٹر فکر مند ہو سکتے ہیں۔ اگر آپ کا بلڈ پریشر بڑھائی رہے تو ڈاکٹر یا ڈوائف اس کی کئی مرتبہ جانچ کر سکتے ہیں۔ جب جب وہ اسے دیکھیں گے تب تب پروٹین کی مقدار معلوم کرنے کے لیے پیشاب کی بھی جانچ کریں گے۔

پروٹین معلوم کرنے کے لیے پیشاب کی جانچ

آپ اور آپ کے بچہ کی صحت کے بارے میں آپ کے پیشاب سے بہت اہم سراغ ملتے ہیں۔ اسے انفیکشن کی خاطر ایک مرتبہ ضرور جانچ لیا جانا چاہے جو دوران حمل بہت عام ہوتا ہے۔ لیکن ہر اپائنٹمنٹ پر پروٹین معلوم کرنے کے لیے اس کی جانچ ہونی چاہیے جو پری-اکلمپسیا کی علامت ہو سکتا ہے۔

جانچ کیسے ہوتی ہے؟

ڈوائف یا ڈاکٹر ایک کاغذی پٹی (dipstick) تازہ پیشاب میں ڈبو تا ہے۔ اس سے پتہ چلتا ہے کہ پروٹین ہے یا نہیں اور اگر ہے تو کتنی۔ اگر پروٹین کی معمولی مقدار ہوتی تو آپ کے نوٹس میں 'trace' لکھا جائے گا اور اس میں پریشانی کی کوئی بات نہیں۔ اور اگر مقدار زیادہ پائی گئی تو + کی ایک یا کئی علامتیں لکھی جائیں گی۔

اگر پروٹین پایا گیا تو؟

اگر پروٹین ایک + یا کئی ہو اور ہائی بلڈ پریشر بھی ہو تو غالب گمان ہے کہ آپ کو پری-اکلمپسیا ہے اور بہت احتیاط کی ضرورت ہے۔ پروٹین کے دوسرے اسباب، مثلاً انفیکشن معلوم کرنے کے لیے آپ کے پیشاب کی جانچ ہو سکتی ہے۔ اگر اس کا پتہ لگ جائے اور علاج ہو جائے تو پروٹین ختم ہو جائے گی اور پھر آپ کو اتنی احتیاط کرنے کی ضرورت نہیں رہے گی۔

اگر آپ کو پری-اکلمپسیا ہو گیا تو؟

اسپتال میں قیام کے دوران اکثر آپ کے بلڈ پریشر اور پیشاب کی جانچ ہوگی۔ اگر آپ کا بلڈ پریشر بہت زیادہ ہو-۱۰۰/۱۶۰ یا اس سے بھی زائد-تو اسے قابو میں کرنے کے لیے آپ کو دو واؤں کی ضرورت ہوگی۔ اس سے آپ کے بچہ کو کوئی نقصان نہیں پہنچے گا۔ پری-اکلمپسیا آپ کے جسم کے کئی حصوں کو متاثر کر سکتا ہے اور جگر، گردہ اور خون کے انجماد کی وجہ سے آپ کی جانچ ہو سکتی ہے۔ آپ کی دیکھ بھال پر مامور ڈاکٹر اور ڈوائف جاننا چاہیں گے کہ کہیں آپ طبیعت خراب تو محسوس نہیں کر رہی ہیں، کیونکہ اس کا مطلب یہ ہے کہ بیماری بڑھ ہو رہی ہے۔

پری-اکلمپسیا اور آپ کا بچہ

پری-اکلمپسیا آپ کے نازائیدہ بچہ کو بھی متاثر کر سکتا ہے۔ سست رفتار بڑھوتری اور بیماری کی دوسری علامات کی وجہ سے اس کی باقاعدہ جانچ ہوتی رہے گی۔ بعض بچے، باوجودیکہ ان کی ماؤں کو شدید قسم کا پری-اکلمپسیا ہوا ہو، صحت مند رہتے ہیں۔ لیکن اگر آپ کا بچہ بیمار ہو تو ڈاکٹر وقت سے پہلے پیدائش کا مشورہ دے سکتے ہیں۔

پیدائش اور اس کے بعد

پری-اکلمپسیا کی موجودگی میں اس کا بہت امکان ہے کہ مصنوعی دردزہ کے ذریعہ یا پھر بذریعہ آپریشن آپ کے بچہ کی پیدائش ہو۔ دردزہ اور زچگی کے دوران آپ اور آپ کا بچہ قریبی نگرانی میں رہیں گے۔ بچہ کی پیدائش کے بعد آپ کو تیزی سے ٹھیک ہو جانا چاہیے۔ لیکن آپ کے بلڈ پریشر کو نارمل ہونے میں، چند دن، ہفتے یا پھر مہینے لگ سکتے ہیں۔ اگر آپ کے بچہ کی قبل از وقت پیدائش ہوئی ہو تو اسے کچھ عرصہ کے لیے خصوصی نگہداشت کی ضرورت ہوگی۔ جو بچہ پورے وقت کا ہو یا وقت سے پہلے پیدائش کے بعد تیزی سے صحتیاب ہو رہا ہو، وہ ٹھیک ہوگا۔

یہ آپ کی غلطی نہیں ہے!

خراب رہائشی عادتوں سے نہ تو پری-اکلمپسیا ہوتا ہے نہ اچھی عادتوں سے اسے روکا جاسکتا ہے۔ ہائی بلڈ پریشر کی وجہ بیماری ہوتی ہے، ناکہ ڈہنی دباؤ، پریشانی یا سخت کام۔ آپ قطعی مورد الزام نہیں۔

اگر آپ خود کو بیمار محسوس کریں ...

بہت سی خواتین پری-اکلمپسیا کے باوجود بہتر محسوس کرتی ہیں۔ لیکن بیماری کا احساس کرنا اس بات کی اولین علامت ہو سکتی ہے کہ آپ کو بیماری ہے۔ یا یہ کہ وہ شدت اختیار کر رہی ہے۔

علامتیں جن سے ہوشیار رہنا چاہیے:

- 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۔
- الٹیاں (حمل کے ابتدائی دنوں میں صبح کی ابکائیاں نہیں)

ضروری نہیں کہ ہر وقت ان علامتوں کا مطلب پری-اکلمپسیا کا ہونا ہی ہو، تاہم بغرض حفاظت ۲۰ ہفتوں کے بعد اپنے طبی ماہر سے فوراً رابطہ قائم کیجیے۔

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

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

www.apec.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 ڈاٹ اوکس 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