After a caesarean delivery – URDU

سیزیرین ڈیلیوری – ایک مشترکہ فیصلہ

اگر آپ کا پہلا بچہ سیزیرین سیکشن سے پیدا ہوا ہے اور آپ دوبارہ حاملہ ہیں تو یہ صفحہ آپ کے لیے ہے۔ آپ اور آپ کا ماہرِ وضع حمل مل کر یہ فیصلہ کریں گے کہ آپ بچہ کیسے پیدا کریں گی۔ آپ کی حوصلہ افزائی کی جاتی ہے کہ فیصلہ کرنے سے قبل اپنے شریکِ حیات یا دوسروں سے بات کریں۔

چونکہ آپ نے اپنا پہلا بچہ سیزیرین سیکشن کے ذریعے پیدا کیا تھا – چاہے منصوبہ-بندی سے ایسا ہوا تھا یا نہیں – اس لیے آپ کے ذہن میں سوالات ہو سکتے ہیں کہ آپ کے لیے اور آپ کے بچے کے لیے بہترین کیا ہے۔ آپ کو یہ بھی مدنظر رکھنا شروع کردینا چاہیے کہ زچگی کا وقت اور اس کے بعد آنے والا وقت آپ کے لیے کس قدر اہم ہے۔

ہر کسی کے پاس چوائس نہیں ہوتی

ہر خاتون یہ فیصلہ کرنے کے قابل نہیں ہوتی کہ وہ کس طور بچہ پیدا کرے گی۔ اگر مندرجہ ذیل میں سے کوئی صورت ہوئی تو آپ کا ماہرِ وضع حمل تجویز کر سکتا ہے کہ آپ کے اور آپ کے بچے کے لیے سیزیرین سیکشن ہی واحد آپشن ہے:

- پلاسینٹا کروکس کی کھلنے والی جگہ کے سامنے موجود ہوتا ہے)پلاسینٹا پریویا(
- فیٹس ٹرانسورس یا ٹیڑھی پوزیشن میں ہے)شولڈر پریزنٹیشن/ٹرانسورس پریزیٹیشن(۔
- پچھلی سرجری کے بعد آپ کی یوٹیرس میں عمودی زخم ہے، مثلاً سیزیرین سیکشن باہر انجام دیا گیا۔
- اس زچگی کے لیے بھی سیزیرین سیکشن ہی کیوں درکار ہے اس کے متعلق دیگر طبی وجوہات بھی ہیں۔

اگر آپ کے سیزیرین سیکشن اور زچگی کی نئی متوقع تاریخ کے درمیان 18 مہینوں سے کم کا عرصہ ہے، تو زیادہ امکان ہے کہ آپ کو سیزیرین سیکشن ہی تجویز کیا جائے گا۔

مختلف ڈیلیوریاں، مختلف تجرباتتمام حمل اور ڈیلیوریاں مختلف ہوتی ہیں۔

اپنی پہلی زچگی میں کچھ خواتین کا اچھا تجربہ ہو سکتا ہے جبکہ دیگر کا برا، جو وہ دوبارہ دہرانا نہیں چاہتیں۔ ایک مثال

طویل وقتی لیبر کے متعلق پریشان ہونا ہے۔

فیصلے میں آپ کی رائے کی اہمیت ہونی چاہیے۔ آپ کو فوائد و نقصانات اور آپ کے اور آپ کے بچے کے لیے متوقع نتائج سے آگاہی کی ضرورت ہے۔ اس طرح، آپ کو بہتر طور پر اندازہ ہو گا کہ آپ کے لیے اور آپ کے بچے کے لیے بہترین کیا ہے۔

یہاں آپ اپنے کچھ سوالات کے جوابات تلاش کر سکتی ہیں، جو آپ سے متعلقہ اہم امور کی وضاحت میں معاون ہوں گے۔ اس طرح آپ اپنے وضع حمل کے ماہر ڈاکٹر سے ملاقات کے لیے بہتر طور پر تیار ہوں گی جہاں آپ مشترکہ طور پر فیصلہ کریں گے کہ اس حمل کے لیے آپ کی کس قسم کی ڈیلیوری ہو گی۔

سوالات و جوابات

آپ کے پچھلے سیزیرین سیکشن کے بعد اگر آپ کے کوئی سوالات ہیں تو ہم ان کے جواب دینا چاہیں گے۔ دونوں عملی سوالات:

- میرے اور میرے بچے کے لیے قدرتی ڈیلیوری کا کیا مطلب ہے؟
- میرے اور میرے بچے کے لیے دوبارہ سیزیرین سیکشن سے ڈیلیوری کا کیا مطلب ہے؟

اور مزید ذاتی سوالات جیسا کہ:

- میری اگلی ڈیلیوری سے متعلق میرے لیے کیا اہم ہے؟
- مجھے ٹھیک ہونے میں کتنا عرصہ لگے گا؟
- میں کس کے ساتھ زیادہ پُرسکون ہوں گی؟
- میں کیسے معلوم کروں کہ میرے اور میرے بچے کے لیے اس صورتحال میں بہترین کیا ہے؟
- مجھے میرے سوالات کے جوابات اور دیگر معلومات کیسے ملیں گی؟

دیگر خواتین جو اسی صورتحال میں رہیں جس میں آپہیں یہاں آپ پڑھ اور

دیکھ سکتی ہیں کہ دیگر خواتین جنہوں نے پہلے سیزیرین سیکشن کروایا، وہ اپنے فیصلے کے متعلق کیا کہتی ہیں – اور ڈیلیوری کے بعد انہوں کے اپنے فیصلے کے متعلق کیسا محسوس کیا۔

Anne نے منصوبے کے تحت سیزیرین سیکشن سے بچہ پیدا کیا

“پہلی بار، میں 52 گھنٹوں تک لیبر میں تھی۔ یہ شدید ذہنی اذیت تھی – اس بار، میں بہر صورت اس سے اجتناب کرنا چاہتی تھی اس لیے میں نے سیزیرین سیکشن کا انتخاب کیا۔

یہ بہت بہترین رہا، اور انہوں نے مجھے عمدہ طریقے سے سارے عمل کی وضاحت پیش کی اور میری خواہشات کو سنا، اس لیے اس بار میں واقعتاً بہت خوش ہوں۔”

Stine نے منصوبے کے تحت سیزیرین سیکشن سے بچہ پیدا کیا

“میں عمومی قدرتی ڈیلیوری کی پیچیدگیوں سے خوفزدہ تھی :کہ میرا دوسرا زخم بگڑ جائے گا۔ کہ صورتحال مزید سنگین ہو جائے گی، اور میں اپنی پیلوس سے بچے کو دھکیلنے کے قابل نہیں ہوں گی۔ اس کے ساتھ ساتھ، حمل کے آخری عرصے میں ہائی بلڈ پریشر کے سبب مجھے سر درد تھا۔

میں نے فوائد و نقصانات کا حساب لگایا اور اپنے ماہرِ وضع حمل سے بات کی، اور ہم نے اتفاق کیا کہ میرے لیے سیزیرین سیکشن درست حل ہو گا۔

اس بار یہ بہت بہتر رہا اور سارا عمل خاموشی اور عمدگی سے انجام پایا۔”

Louise نے قدرتی ڈیلیوری انجام دی

“وہ یقین رکھتے تھے کہ طبعی اور جسمانی لحاظ سے کوئی ایسی چیز نہیں جو نیچرل ڈیلیوری سے اجتناب کا باعث ہو۔ اور بالآخر، یہ میرے اور میرے بچے کے لیے صحت مند ترین انتخاب تھا، ایسا ہی ہے نا؟

آخر کار، سیزیرین سیکشن سے صحت مند ہونے میں کافی وقت لگتا ہے، اور میں اس سے اجتناب کرنا چاہوں گی۔

یہاں بہت سی غیر یقینی کیفیات ہیں، لیکن میں نے اپنا فیصلہ اپنے بچے کی صحت سے متعلقہ پہلوؤں کی بنیاد پر کیا۔”

Maria نے قدرتی ڈیلیوری کی کوشش کی، لیکن بغیر منصوبہ بندی سیزیرین سیکشن ہوا

“مجھے ابھی بھی واضح طور پر یاد ہے کہ میں قدرتی طریقے سے پیدائش چاہتی تھی — باوجود اس کے کہ پچھلی مرتبہ یہ ایک آزمائش ہی تھی۔

اس لیے میں سیزیرین سیکشن نہیں کروانا چاہتی تھی، لیکن بیک وقت بمع ڈرپ لیبر کے ساتھ اسی طویل عمل سے گزرنے کی میری کوئی خواہش نہیں تھی۔

جب مڈوائف کو معلوم ہوا کہ یہ قدرتی ڈیلیوری نہیں ہو گی بہرحال ہم بھی یہ فیصلہ کر سکتے تھے۔”

Sofie نے قدرتی ڈیلیوری انجام دی

“یہ میرے بہترین فیصلوں میں سے ایک تھا، اور اگر ایک دن مجھے ایک اور بچے کو پیدا کرنا ہو تو میرے ذہن میں کوئی شک نہیں کہ میں قدرتی ڈیلیوری سے پیدا کروں گی۔

بلاشبہ، تکلیف ہوتی ہے، لیکن اتنی نہیں جتنی سیزیرین سیکشن کے بعد ہوتی ہے۔

یہ مثبت تجربہ تھا کیونکہ ماہرِ وضع حمل مجھے بتاتے رہے کہ میں ٹھیک ہو جاؤں گی اور ہم دراصل ڈیلیوری کے لیے منصوبہ بنانے کے قابل ہو گئے تاکہ پہلی مرتبہ کی طرح میں کئی گھنٹے لیبر میں نہ رہوں۔

مجھے محسوس ہوا کہ میری بات کو سنا جا رہا تھا، اور میں سن بھی رہی تھی۔”

فیصلہ سازی کا عمل

جیسا کہ آپ کا پہلے سیزیرین سیکشن ہوا، آپ کو حمل کے 20 ویں ہفتے میں ماہرِ وضع حمل سے مشاورت کے لیے مدعو کیا جائے گا۔ آپ اکھٹے مل کر فیصلہ کرنے کی کوشش کریں گے کہ آپ اس بار کس طرح ڈیلیوری چاہتی ہیں۔ اگر آپ کو اضافی مشاورتیں درکار ہوئیں تو ان کا انتظام کیا جائے گا۔

آپ کا فیصلہ سازی کا عمل ایسا دکھائی دیتا ہے:

آپ نے شاید یہ ویب سائٹ ملاحظہ کی ہو۔
ویب سائٹ پر موجود معلومات۔

حمل کا ہفتہ: 14-16

ڈیلیوری کی چوائس کا تعارف
مڈوائف سے مشاورت

سوچیں کہ آپ کے لیے کیا اہم ہے۔
ویب سائٹ پر موجود معلومات۔

حمل کا ہفتہ: 19-21

آپشنزچوائسز اور اختیارات اور ممکنہ فیصلہ
ماہر وضع حمل سے مشاورت

سوچیں کہ آپ کے لیے کیا اہم ہے۔

حمل کا ہفتہ: 28

سوالات و جوابات
مڈوائف سے مشاورت

سوچیں کہ آپ کے لیے کیا اہم ہے۔

حمل کا ہفتہ: 30-32

فیصلہ
ماہر وضع حمل سے ممکنہ اضافی مشاورت

مڈوائف اور ڈاکٹر سے بات کرنے سے قبل بہت سی باتوں سے آگاہ ہونا ضروری ہے۔ اپنے شریکِ حیات کو یا کسی اور رشتہ دار کو مشاورت میں ساتھ لانا اچھا ہے – جب آپ کو فیصلہ کرنے کی ضرورت ہوئی تو وہ آپ کی مدد کر سکتے ہیں۔

دو آپشنز

پچھلے سیزیرین سیکشن کے بعد آپ کے پاس دو آپشنز ہیں:

1. **قدرتی ڈیلیوری** تب ہوتی ہے جب آپ براستہ فرج پیدائش کی کوشش کریں – یہ آپ اور آپ کے ماہرِ وضع حمل اور مڈوائف کا مشترکہ فیصلہ ہے۔
2. **منصوبہ بندی کردہ سیزیرین سیکشن** وہ آپریشن ہے جس کی آپ کی ڈیلیوری کی متوقع تاریخ کے گرد کسی تاریخ کے لیے منصوبہ بندی کی جاتی ہے۔

فوائد و نقصانات دونوں آپشنز سے منسلک ہیں، اور ماہرِ وضع حمل سے بات کرنے سے قبل آپ کو ان سے آگاہ ہونا چاہیے۔ اس لیے ہم آپ سے پوچھتے ہیں کہ ڈیلیوری کے دوران اور اس کے بعد کے عرصے میں آپ کے لیے کیا اہم ہے۔ آپ کو یہ مدنظر رکھنا شروع کردینا چاہیے کہ اس ڈیلیوری سے متعلق آپ کے لیے بہترین چوائس کیا ہے۔

سابقہ سیزیرین سیکشن کے بعد قدرتی ڈیلیوری اور منصوبہ بندی کردہ سیزیرین سیکشن سے ڈیلیوری کی میرے لیے کیا معنویت ہے؟

دونوں ڈیلیوریاں ایک جیسی نہیں ہیں، اور کوئی بھی وثوق سے پیشن گوئی نہیں کر سکتا کہ آپ کی اگلی ڈیلیوری میں کیا ہو گا۔ آپ کے پہلے بچے کی بار سیزیرین سیکشن ہونے کی بہت سی وجوہات ہیں۔ اس لیے کچھ خواتین محسوس کر سکتی ہیں کہ وہ ایک بار پھر پہلی بار بچے کو جنم دے رہی ہیں۔

قدرتی طریقے سے جنم دینے کی کوشش میں کیا شامل ہے؟

لیبر کے ابتدائی مراحل میں آپ کو میٹرنٹی وارڈ میں داخل کیا جائے گا۔ آپ کے عُضلاتی ریشوں کے کھنچنے اور بچے کے دل کی دھڑکن کے معائنے کے لیے پیٹ کے گرد دو بیلٹس باندھے جاتے ہیں۔ لیبر کے تمام فعال عرصہ میں یہ بات یقینی بنانے کے لیے کہ آپ اور آپ کا بچہ ٹھیک حالت میں ہیں، مڈوائف آپ کے ساتھ ہو گی۔ دوسری چیزوں کے علاوہ، اس کا مطلب ہے کہ آپ ٹب میں یا گھر پر بچے کو جنم نہیں دےسکتیں۔ آپ کو ڈیلیوری کے بعد فوراً، عمومی طور پر اسی دن ڈسچارج کر دیا جائے گا۔

آپ کے درد سے نجات کے آپشنز لیبر میں دیگر خواتین کی طرح یکساں ہیں۔ لیبر شروع کرنا یا لیبر کے دوران آپ کے کھنچنے کو متحرک کرنا جیسا کہ لیبر کی ترغیبی ڈرپ کا استعمال کرنا ضروری ہو جاتا ہے، ہم اسے پہلی ڈیلیوری سے زیادہ محتاط انداز میں استعمال کریں گے۔ اگر لیبر کے عمل کے دوران خاطر خواہ کارکردگی نہ ہوئی، تو ہم سیزیرین سیکشن تجویز کریں گے۔

منصوبہ بندی کردہ سیزیرین سیکشن کروانے میں کیا شامل ہے؟

منصوبہ بندی کردہ سیزیرین سیکشن کی تاریخ کو آپ کو ہسپتال میں میٹرنٹی وارڈ میں داخل کیا جائے گا جہاں آپ کو اس عمل کے لیے تیار کیا جائے گا۔ کوئی درد محسوس کیے بنا آپ جاگ رہی ہوں گی اور اپنے بچے کی پیدائش میں حصہ لینے کے قابل ہوں گی۔

سیزیرین سیکشن کے دوران آپ کے ساتھ ایک رشتہ دار /شریکِ حیات ہو سکتا ہے۔ آپ شریکِ حیات یا کسی اور رشتہ دار کے ساتھ سیزیرین سیکشن کے بعد دو دن تک ہسپتال میں رہیں گی۔

آپ کی پہلی ڈیلیوری کا تجربہ آپ کے فیصلے پر اثرانداز ہو سکتا ہے۔ آپ پاس موقع ہو گا کہ اس تجربے کے متعلق اپنی مڈوائف اور ماہرِ وضع حمل سے بات کریں۔ آپ کس قسم کی ڈیلیوری کو ترجیح دیں گی، یہ فیصلہ کرنے کے لیے آپ کے تجربے کو مدِنظر رکھا جائے گا۔

اگر میں ایسا چاہوں، تو اس بات کا کیا امکان ہے کہ میں ایک سابقہ سیزیرین سیکشن کے بعد قدرتی ڈیلیوری کر سکوں گی؟قدرتی ڈیلیوری کا

امکان، اِس امر پر منحصر ہے کہ آپ کے سابقہ سیزیرین سیکشن کی وجہ کیا تھی۔ یہاں کچھ عمومی وجوہات اعداد کی شکل میں ظاہر کی گئی ہیں:

زیریں جسم)نچلا حصّہ(:

تین چوتھائی)75-80٪ (سے زائد خواتین قدرتی ڈیلیوری انجام دیتی ہیں اگر سابقہ سیزیرین سیکشن کی وجہ بچے کے سر کا اوپر کی جانب ہونا ہو۔

دیگر وجوہات۔ جیسا کہ بچے کا کرب میں ہونا یا حاملہ ماں کا بیمار ہونا)جیسا کہ پری ایکلیمپسیا، وغیرہ(:

-اگر سابقہ سیزیرین سیکشن کی وجہ بچے کا کرب میں ہونا یا حاملہ کا بیمار ہونا ہو، تو کم سے کم 10 میں 6 خواتین)60٪ قدرتی طریقے سے بچہ پیدا کرتی ہیں۔ (70

لیبر میں کارکردگی کا فقدان:

اگر پہلے سیزیرین سیکشن کی وجہ لیبر میں کارکردگی کا فقدان تھی، تو نصف سے کچھ زیادہ خواتین)50-60٪ (قدرتی طریقے سے بچہ پیدا کر سکتی ہیں۔1, 2, 3, 4, 5

عموماً، مندرجہ ذیل حالات میں ایک سابقہ سیزیرین سیکشن کے بعد قدرتی ڈیلیوری کے قابل ہونے کے امکانات قدرے کم ہو جاتے ہیں:

بے جا موٹاپا:

BMI-)باڈی ماس انڈیکس(جس قدر زیادہ ہو گا، قدرتی ڈیلیوری کا امکان اتنا ہی کم ہو گا۔ مثلاً :30 سے زائد BMI آپ کا

بچے کا سائز:

تشخیص کے مطابق اگر آپ کے قد کے تناسب سے بچہ کافی بڑا ہو۔ مثلاً :170 سینٹی میٹر قد والی ماں کے بچے کا وزن 4800 گرام ہو۔ 35

پچھلے سیزیرین سیکشن کے بعد بہت سے دیگر عوامل بھی آپ کے قدرتی ڈیلیوری کے امکان کو متاثر کر سکتے ہیں:

حمل کی کُل تعداد جو آپ چاہتی ہیں

آپ کے سیزیرین سیکشنز کی تعداد سے مستقل کی ڈیلیوریوں کے دوران مسائل کا خدشہ بڑھ جاتا ہے۔ اگر آپ کے پہلے دو سیزیرین سیکشن ہو چکے ہوں تو ممکنہ طور پر تیسری بار بھی آپ کو سیزیرین سیکشن کا مشورہ دیا جائے گا۔

سابقہ سیزیرین سیکشن سے وقت کی مدت:

سابقہ سیزیرین سیکشن اور آپ کی اگلی ڈیلیوری)متوقع تاریخ (کے درمیان کا وقفہ قدرتی ڈیلیوری پر اثر انداز ہوسکتا ہے۔ نصف فی صد سے کم)0.45٪ (امکان ہے کہ قدرتی ڈیلیوری کے دوران یوٹیرس میں موجود زخم کھُل جائے کیونکہ یوٹیرس کا یہ حصہ نسبتاً کمزور اور کم لچکدار ہوتا ہے۔ 6

اگر سابقہ سیزیرین سیکشن کے دو سال سے زائد مدت گزرنے کے بعد اگلی ولادت متوقع ہو تو اس کا امکان کافی کم ہوتا ہے۔ اگر دو سال سے کمر عرصہ گزرا ہو تو زیادہ امکان ہے کہ آپ کو دوبارہ سیزیرین سیکشن کا مشورہ دیا جائے گا۔

اس ڈیلیوری میں آپ کے لیے کیا اہم ہے

چاہے سیزیرین سیکشن کی کوئی بھی طبی وجہ نہ ہو لیکن پھر بھی دیگر وجوہات ہو سکتی ہیں کہ آپ اس عمل کو ترجیح دیں گی۔ آپ اس بات سے پریشان ہو سکتی ہیں کہ ایک طویل لیبر کے عمل کے بعد بھی سیزیرین سیکشن سے ولادت ہو۔

آپ کی مڈ وائف اور وضع حمل کے ماہر ڈاکٹر کے ساتھ آپ یہ معلوم کریں گی کہ آپ کے لیے کیا ضروری ہے، قدرتی ڈیلیوری یا سیزیرین سیکشن۔ اگر آپ قدرتی ڈیلیوری چاہتی ہیں تو آپ کو اپنی ڈیلیوری کے لیے پیشگی طور پر کچھ مخصوص انتظامات کرنا پڑ سکتے ہیں۔

Rie نے اس امر کو یقینی بنایا کہ ان کی ڈیلیوری میں تفصیلات پر مشتمل منصوبہ ہو

"یہ مثبت تھا کیونکہ میری ماہرِ وضع حمل مجھے مسلسل بتاتی رہیں کہ وہ مکمل وقت ڈیلیوری کی نگرانی کر رہی ہیں اس لیے میں بہت زیادہ دیر کے لئے درد سے نہیں گزروں گی جیسا کہ پچھلی بار ہوا تھا۔

چنانچہ اس اعتبار سے میں جانتی تھی کہ اس کا اختتام ہو گا، اور میں کئی دنوں کے لیے لیبر میں نہیں ہوں گی۔ اور میں جانتی تھی کہ یہ ایک مخصوص وقت کے بعد ختم ہو جائے گی۔ ظاہر ہے،ایسا ہی پہلی بار بھی ہوا اور بالا آخر اس کا اختتام ہنگامی سیزیرین سیکشن پر ہوا، اس لیے اس بار لیبر کو بہت زیادہ دیر تک جاری رکھنے کی اجازت نہیں دی جائے گی۔"

– Rie

اپنے ماہرِ وضعِ حمل کے ساتھ قدرتی ڈیلیوری کے امکانات کے متعلق بات کیجئے تاکہ آپ کو اپنے آپشنز کی حقیقی صورتِ حال معلوم ہو سکے۔

خدشات کے متعلق اعداد

و شمار اس سیکشن میں ہم نے اُن اعداد و شمار کو جمع کیا ہے جو فیصلے میں آپ کی مدد کر سکتے ہیں۔

جب میں نے سابقہ ڈیلیوری سیزیرین سیکشن سے انجام دی ہو تو قدرتی ڈیلیوری اور منصوبہ بندی کردہ سیزیرین سیکشن میں کیا فرق ہے؟

ان خواتین کے گروپس جنہوں نے پہلا بچہ سیزیرین سیکشن سے پیدا کیا ان میں قدرتی اور سیزیرین سیکشن سے ڈیلیوری کا موازنہ کرنے والی بہت سی تحقیقات ہیں۔ تحقیق ظاہر کرتی ہے، دیگر پہلوؤں کے علاوہ، کچھ خواتین نے قدرتی ڈیلیوری انجام دینے کی کوشش کی لیکن اس کا اختتام بغیر منصوبہ بندی)ایمرجنسی (سیزیرین سیکشن پر ہوا۔

قدرتی ڈیلیوری یا سیزیرین سیکشن کو ترجیح دینے کی مختلف وجوہات ہیں۔ ذیل میں کچھ وجوہات ہیں جو اعداد کی شکل میں ظاہر کی جا سکتی ہیں۔ آپ کے لیے کیا اہم ہے اس کے متعلق سوچیں۔

جب آپ اعداد و شمار پڑھیں تو یہ یاد رکھنا اہم ہے کہ شرح فیصد اکثر کم ہوتی ہے اور خدشہ اس سے کہیں زیادہ ہو سکتا ہے – بالخصوص سنگین پیچیدگیوں کی صورت میں۔ اس لیے یہ کہنا دشوار ہو گا کہ کسی شرح فیصد کا خاص طور پر آپ کے لیے کیا مطلب ہے۔ اگر آپ کو معلوم نہ ہو کہ آپ کی ڈیلیوری اور آپ کے لیے اس کا کیا مطلب ہے تو ماہرِ وضع حمل سے پوچھیں۔

اس کا امکان ...	ایک سابقہ سیزیرین سیکشن کے بعد قدرتی ڈیلیوری	ایک سابقہ سیزیرین سیکشن کے بعد منصوبہ بندی کردہ سیزیرین سیکشن
زخمی بافت کے سبب بافت کا پیٹ کے اعضاء سے جبک جانا [9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16]	(% 24-46) % 35	(% 42-75) % 59
1 سال بعد پیٹ کا درد [17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25]	(% 1-6) % 4	% Mere end 6
سانس میں دشواری کے سبب پہلے 24 گھنٹوں کے اندر بچوں کی نگہداشت کے وارڈ میں داخل ہونا [32, 33]	% 6	% 9
مثانے کی سوجن [37]	% 3	% 5
ریکٹم کے پٹھوں کا متاثر ہو جانا جنہیں ڈاکٹر کا ٹانکے لگانا درکار ہو (جیسا کہ پہلی بار قدرتی طریقے سے پیدا کرنے والی کسی بھی خاتون کے ساتھ ہوتا ہے) [26, 27, 28]	% 4	% 0
یوٹیرس میں زخم کا کھلنا [6]	% 0,5	% 0
عورت کا مثانہ چھیدنا [30]	% 0	% 0,1

سیزیرین سیکشن سے منسلک دیگر خدشات

ذیل میں، آپ سیزیرین سیکشن سے منسلک کچھ دیگر خدشات کے متعلق پڑھ سکتے ہیں جنہیں ہم اعداد کی صورت میں ظاہر کرنے سے قاصر ہیں۔ یہ منصوبہ بندی کردہ اور بغیر منصوبہ بندی)ایمرجنسی (سیزیرین سیکشن دونوں پر لاگو ہوتا ہے۔

وہ خدشات جن کا 1000 میں سے 1 سے بھی کم خواتین کو سامنا ہوتا ہے:

- آنتوں یا یوریٹر کو نقصان پہنچنا، جنہیں ممکنہ طور پر نئی سرجری درکار ہوتی ہے۔
- پیٹ کی بافتوں کا اعضاء سے چپکنا اور بافتوں کا زخمی ہونا، جو آپ کی زندگی میں شکم کی سرجری درکار ہونے کی صورت میں پیچیدگی کے خدشے کو بڑھاتا ہے۔
- سیزیرین سیکشن سے آنول کے رخم میں جراثیم کا جانا اس میں خاصا خون نکلنے اوریوٹیرس کو نکالنے کی ضرورت پڑنے کا خدشہ شامل ہے۔ جتنے زیادہ آپ کے سیزیرین سیکشن ہوں گے، اتنا ہی خطرہ بڑھے گا۔ [7, 8]

وہ خدشات جن کا 100 میں سے 1 سے بھی کم خواتین کو سامنا ہوتا ہے:

- سیزیرین سیکشن کے بعد خون نکلنا یا سوجن جس کے لیے شاید نئی سرجری درکار ہو۔ آپ کے پیٹ کے جتنے زیادہ آپریشن)سیزیرین سیکشن یا دیگر آپریشنز (ہوں گے اتنا ہی زیادہ خدشہ ہو گا۔ [39]

وہ خدشات جن کا 100 میں سے 1 سے زیادہ خاتون کو سامنا نہیں ہوتا:

- آپریشن کے بعد کے دنوں میں بے ہوشی کی بیرونی دوا کے سبب شدید سر درد۔ [38])براہِ کرم آگاہ رہیں کہ اس سے قطع نظر کے بے ہوشی کی بیرونی دوا آپریشن کے لیے دی گئی تھی یا قدرتی ڈیلیوری کے لیے، یہ درد ہو سکتا ہے۔(

یہ یاد رکھنا اہم ہے کہ اس سے زائد خدشہ ہو سکتا ہے، تاہم یہ پیچیدگیاں کبھی کبھار ہوتی ہیں۔

بطور مزید متواتر پیچیدگی، 10 میں سے 1 خاتون سامنا کرتی ہے:

- زیادہ خون نکلنا، جس کا مطلب ہے کہ آپ کو ڈیلیوری کے بعد ٹھیک ہونے میں زیادہ وقت لگے گا۔

عموماً، بغیر منصوبہ بندی)حساس (سیزیرین سیکشن کی نسبت منصوبہ بندی کردہ سیزیرین سیکشن میں پیچیدگیاں کم ہوتی ہیں۔

کچھ تحقیقات نے شبہ ظاہر کیا ہے کہ سیزیرین سیکشن سے ڈیلیوری موٹاپے میں اضافہ کر سکتی ہے، اور بچے کی بعد کی زندگی میں دمے اور مدافعت سے متعلقہ بیماریوں کی موجودگی کا سبب بن سکتی ہے، لیکن ہمارے پاس اس کی مخصوص دستاویزات کا فقدان ہے۔

مزید برآں، خواتین کے گروپ جنھوں نے سیزیرین سیکشن اور قدرتی ڈیلیوری انجام دی 6 مہینوں کے بعد ان کی یکساں تعداد بچے کو اپنا دودھ پلاتی ہے۔ [36]

سابقہ ڈیلیوری سیزیرین سیکشن سے انجام دینے کے بعد قدرتی ڈیلیوری اور منصوبہ بندی کردہ سیزیرین سیکشن کے فوائد و نقصانات:فوائد و

نقصانات کا موازنہ

اس میں کیا شامل ہے؟	
قدرتی طریقے سے پیدا کرنے کی کوشش	**منصوبہ بندی کردہ سیزیرین سیکشن**
• آپ لیبر کے ابتدائی مرحلے میں ہسپتال آئیں تاکہ دائی آپ کے جنم دینے کی کوشش کے دوران آپ کا اور آپ کے بچے کا معائنہ کر سکے۔ • اگر آپ کو درد سے بحالی درکار ہے تو آپ کو بھی وہ ہی آپشنز حاصل ہوں گے جو لیبر میں دیگر خواتین کو ہیں، بشمول ایپیڈیورل۔ • آپ کو ڈیلیوری کے عمل میں چند رشتہ داروں کو شامل کرنے کی اجازت ہے۔ • ڈیلیوری کے لیے طریقِ کار ترتیب دینے میں آپ حصّہ لے سکتی ہیں جیسا کہ ابلاغ اور درد سے نجات۔	• آپ اپنے شیڈول کردہ سیزیرین سیکشن کے دن ہسپتال میں میٹرنٹی وارڈ میں داخل ہیں۔ • آپ اپنے شیڈول کردہ سیزیرین سیکشن کے دن ہسپتال میں میٹرنٹی وارڈ میں داخل ہیں۔ • کوئی درد محسوس کیے بنا آپ جاگ رہی ہوں گی اور اپنے بچے کی پیدائش میں حصہ لینے کے قابل ہوں گی۔ • آپ شریکِ حیات یا کسی اور رشتہ دار کے ساتھ سیزیرین سیکشن کے بعد دو دن تک ہسپتال میں رہیں گی۔ • سیزیرین سیکشن اور ہسپتال میں داخل ہونے کے دوران آپ کے ساتھ ایک رشتہ دار/شریکِ حیات ہو سکتا ہے۔

فوائد کیا ہیں؟	

قدرتی طریقے سے پیدا کرنے کی کوشش	منصوبہ بندی کردہ سیزیرین سیکشن
• آپ اپنی یوٹیرس پر ایک اور زخم لگنے اور سرجیکل عمل سے اجتناب کریں گی۔ • قدرتی ڈیلیوری میں بچے کے پھَیپھڑوں کا مائع باہر آ جاتا ہے۔ یہ ڈیلیوری کے بعد بچے کو سانس لینے میں مدد دے گا۔ • بچے میں بیماری سے لڑنے والے ہارمونز کا پیدا ہونا فعال ہو جاتا ہے۔ • آپ ڈیلیوری کے بعد فوراً، اور اکثر اسی دن گھر جانے کے قابل ہو جائیں گی۔ • آپ مستقبل کے حمل کے لیے قدرتی ڈیلیوری کا انتخاب کر سکتی ہیں۔	• جب تک کہ آپ سیزیرین سیکشن کی منصوبہ بندی کردہ تاریخ سے قبل لیبر میں نہ جائیں، آپ ہنگامی سیزیرین سیکشن سے اجتناب کر سکتی ہیں۔ • آپ ماہرِ وضع حمل کے ساتھ سیزیرین سیکشن شیڈول کر سکتی ہیں۔ یہ ڈیلیوری کے دوران شاید آپ کو ذہنی سکون دے۔

نقصانات اور منفی اثرات کیا ہیں؟	
Prøve at føde vaginalt	**منصوبہ بندی کردہ سیزیرین سیکشن**
• سابقہ سیزیرین سیکشن کا یوٹیرس کا زخم کھل سکتا ہے۔ یہ شاذ و نادر ہوتا ہے لیکن یہ آپ کے اور آپ کے بچے کے لیے سنگین ہو سکتا ہے اور یہ ہنگامی سیزیرین سیکشن کی ضرورت پیدا کر سکتا ہے۔ • اگر لیبر شروع کرنے کی ضرورت ہو تو، یہ ایمنیوٹک سیک میں سوراخ کر کے کی جائے گی، مگر کرویکل کو تیار کرنے والی گولیوں سے نہیں۔ • اگر لیبر کو ترغیب دینے والی ڈرپ کا استعمال ضروری ہو جاتا ہے، تو یوٹیرس میں زخم کے سبب اس کی تنظیم پہلی ڈیلیوریوں کی نسبت مزید زیادہ حفاظت سے کی جائے گی۔ • جہاں انفیکشنز اور دیگر پیچیدگیوں کا خدشہ منصوبہ بندی کردہ سیزیرین سیکشن کی نسبت زیادہ ہو تو، وہاں آپ کی ڈیلیوری کا اختتام ہنگامی سیزیرین سیکشن پر ہو سکتا ہے۔	• یوٹیرس اور معدے میں زخم جنہیں لازماً ٹھیک ہونا چاہیے۔ • یوٹیرس پر ایک اور زخم مستقبل کے حمل کے لیے سیزیرین سیکشن کی جانب رخ کروا سکتا ہے کیونکہ آپ قدرتی ڈیلیوری کے قابل نہیں ہوں گی۔ • آپ کے بچے کو شاید سانس لینے میں دشواری ہو اور بچوں کی نگہداشت کی وارڈ میں علاج درکار ہو۔ اس کا مطلب ہے کہ ڈیلیوری کے فوراً بعد آپ کو آپ کے بچے سے علیحدہ کر دیا جائے گا۔ • سیزیرین سیکشن سے ٹھیک ہونے میں 4-6 ہفتے لگتے ہیں، اور شاید 4-6 ہفتے آپ صرف اپنے بچے کے وزن (بشمول کار سیٹ) کے برابر وزن اٹھائیں۔

آپ کے لیے سوالات

آپ کے لیے کیا اہم ہے اس کے متعلق سوچیں

آپ کیسے ڈیلیوری انجام دینا چاہتی ہیں اس فیصلے سے متعلق طبی اور نفسیاتی دونوں پہلو ہیں۔ فیصلہ آپ کے اور آپ کی ضروریات کے لیے موزوں ہونا چاہیے – آپ فیصلے سے لازماً مطمئن ہوں۔

ہم چاہیں گے کہ آپ یہ سوچیں کہ اس ڈیلیوری میں آپ کے لیے کیا اہم ہے؟ اس طرح، آپ مڈوائف اور ماہرِ وضع حمل کے ساتھ مشاورت کے لیے بہتر طور پر تیار ہوں گی۔

اگر کسی چیز کے متعلق آپ ابھی تک یقینی علم نہیں رکھتی ہیں تو آپ سوالات محفوظ کرنے اور ان سے رجوع کرنے کے قابل ہوں گی، اور اگر کوئی ایسی چیز ہے جس کے متعلق آپ بات کرنا چاہتی ہیں تو آپ انہیں مشاورت کے لیے ڈاکٹر کے پاس لا سکتی ہیں۔

کیا آپ کو مزید معلومات درکار ہیں؟ہم نے یہاں آپ کے لیے مزید معلومات کے ساتھ لنکس اکھٹے کیے ہیں۔

- لیبر کے دوران درد سے نجات
- Hvidovre Hospital میں منصوبہ بندی کردہ سیزیرین سیکشن
- منصوبہ بندی کردہ سیزیرین سیکشن کے متعلق عملی معلومات
- منصوبہ بندی کردہ سیزیرین سیکشن کے متعلق انگریزی میں عملی معلومات
- ڈیلیوری سے پہلے، دوران اور بعد کا وقت
- Hvidovre Hospital میں پیدائش کی تیاری

سائٹ کے متعلقآپ ویب سائٹ کے متعلق پسِ منظر کی معلومات یہاں پائیں گے۔

سپورٹ ٹول، مشترکہ فیصلے کا عمل

اپ ڈیٹ کردہ: *Hvidovre Hospital□ 11 2017 □□□□□□*

کے گائنالوجی اور وضعِ حمل کے Hvidovre Hospital "سیزیرین سیکشن کے بعد ڈیلیوری — ایک مشترکہ فیصلہ" ادارتی عملہ اور پراَجیکٹ مینیجر Symbiotisk، شعبے کے ماہرینِ وضع حمل اور مڈوائوز مع معاونت صارفین کی اعانت سے تحریر کردہ ہے۔ 2016 Rate Adjustment Pool کے اشتراک کے ساتھ Rikke Hollesen تمام حاملہ خواتین اور نئی ماؤں اور میٹرنٹی وارڈ کے عملے کا شکریہ کہ جنھوں نے "سیزیرین سیکشن کے بعد ڈیلیوری — ایک مشترکہ فیصلہ" کی تیاری میں معاونت کی۔

LIX (مطالعہ پذیری انڈیکس (36 کی مناسبت سے ویب سائٹ کا متن عام مطالعہ پذیری کی حد تک ہے۔

کے گائنالوجی اور وضعِ حمل کے شعبے میں یہ صفحہ سال میں کم از کم ایک مرتبہ اپ ڈیٹ کیا Hvidovre Hospital جائے گا۔