

রোগীর তথ্য



কৃত্রিমভাবে ব্যাথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসব প্রস্তুতি (IOL)

আপনার প্রসবের তারিখ এবং সময়:

অনুগ্রহ করে মনে রাখবেন যে হাসপাতালে উপস্থিত হওয়ার জন্য এটি একটি অস্থায়ী সময় বা তারিখ, প্রসবের জন্য এটি নির্দিষ্ট তারিখ এবং সময় নয়।



Northampton
General Hospital
NHS Trust

কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসব প্রস্তুতি আসলে কি

কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসব প্রস্তুতি (IOL) হল কৃত্রিমভাবে আপনার প্রসব বেদনা শুরু করার একটি প্রক্রিয়া এবং যুক্তরাজ্যের প্রায় এক তৃতীয়াংশ জন্ম বিভিন্ন কারণে প্ররোচিত প্রসব হয় (জাতীয় স্বাস্থ্য এবং পরিচর্যা উৎকর্ষতা প্রতিষ্ঠান, (NICE, 2021)। কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসব প্রস্তুতি একটি দীর্ঘ প্রক্রিয়া হতে পারে, যা প্রায়শই আপনার হাসপাতালে ভর্তি হওয়া থেকে শুরু করে আপনার শিশুর জন্ম হওয়া পর্যন্ত 3 থেকে 5 দিন স্থায়ী হতে পারে। চিন্তা করবেন না, আপনি 5 দিন ধরেই সক্রিয় প্রসব বেদনার মধ্যে থাকবেন না!

একটি শিশুর জন্মের সময় জরায়ুমুখ (গর্ভের সাথে সংযুক্ত যোনি পথ বা গর্ভের খোলা অংশ) ছোট, নরম এবং খোলা বা এতে সংকোচন হতে হবে। আপনার গর্ভে একটি শক্তিশালী পেশীবহুল প্রাচীর রয়েছে যা একবার শক্ত হয় এবং তার পর পরই আবার শিথিল হয়ে পড়ে; এইভাবে সংকোচনগুলির ফলে ধীরে ধীরে আপনার জরায়ুমুখ খুলে যায়, বেশিরভাগ গর্ভাবস্থায় এটি স্বাভাবিকভাবে 37-42 সপ্তাহের মধ্যে শুরু হয় এবং একে 'স্বতঃস্ফূর্ত প্রসব' বলা হয়।

প্রসবের আগে বা প্রসবের সময়, একটি তরল "জল" ধারণকারী ঝিল্লি থাকে, যা শিশুকে ঘিরে রাখে যেটা ভেঙে যেতে পারে এবং যোনি দিয়ে সেই তরল নির্গত হতে পারে। এই প্রক্রিয়ায় আপনার শিশুর জন্ম হয়।

পুরো প্রক্রিয়া জুড়ে আপনাকে আপনার ধাত্রী এবং ডাক্তাররা কী

ঘটছে সেই বিষয়ে সব রকম তথ্য প্রদান করবেন এবং আপনার বিকল্পগুলি কী তা নিশ্চিত করার জন্য আপনার ব্যক্তিগত প্রয়োজনের জন্য উপযুক্ত আপনি একটি পরিকল্পনা তৈরি করতে পারেন। আপনি যদি চান তাহলে এর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে পর্যাপ্ত ব্যথা উপশমের ওষুধ, অগ্রগতির আরও মূল্যায়ন এবং আপনার এবং আপনার শিশু উভয়ের স্বাস্থ্য ও নিরাপত্তার কথা মাথায় রেখে পরবর্তী পদক্ষেপগুলি।

আপনার ধাত্রী আপনার সাথে আউটপেশেন্ট IOL প্রক্রিয়া সম্পর্কে আলোচনা করবেন এবং আপনি যদি সমস্ত প্রয়োজনীয় মানদণ্ড পূরণ করেন তবে আপনি এটিকে আপনার IOL পছন্দ হিসাবে বেছে নিতে পারেন।

কেন আমাকে প্ররোচিত প্রসবের জন্য প্রস্তুত করা হবে?

আপনার বা আপনার শিশুর স্বাস্থ্যের জন্য উপকৃত হবে বলে মনে হলেই কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসব প্রস্তুতির প্রক্রিয়ার সুপারিশ করা হয়। কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসব প্রস্তুতির প্রস্তাব দেওয়ার তিনটি প্রধান কারণ রয়েছে:

- **দীর্ঘায়িত গর্ভাবস্থা** - 41 সপ্তাহ পরে আপনার শিশুর স্বাস্থ্য সমস্যা হওয়ার ঝুঁকি কিছুটা বেড়ে যায়, তাই 41 থেকে 42 সপ্তাহের মধ্যে কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসবের পরামর্শ দেওয়া হয়। নর্থহ্যাম্পটন জেনারেল হাসপাতালে আমরা আপনার প্রত্যাশিত ডেলিভারির তারিখ (নির্ধারিত তারিখ) থেকে 40 সপ্তাহ এবং 12 দিনে IOL শুরু করি, যা আপনার প্রাথমিক ডেটিং স্ক্যান দ্বারা নির্ধারিত করা হয়েছে। "পোস্টডেটস" গর্ভাবস্থার ঝুঁকি সম্পর্কিত আরও বিশদ তথ্যের জন্য, অনুগ্রহ করে আপনার ধাত্রী বা প্রসূতি বিশেষজ্ঞের (গর্ভাবস্থার ডাক্তার) সাথে কথা বলুন।
- **প্রসবের আগে গর্ভের ঝিল্লি ফেটে যাওয়া** - (শিশুর চারপাশের জল ভেঙে যাওয়া) জল ভাঙার প্রায় 24 ঘন্টা পরেও যদি স্বতঃস্ফূর্তভাবে প্রসব না ঘটে তবে মা এবং / অথবা শিশু উভয়ের ক্ষেত্রেই সংক্রমণ হওয়ার একটি ছোট ঝুঁকি থাকে। 37 সপ্তাহের পরে যদি আপনার জল ভেঙে যায়, আপনার এবং আপনার শিশুর প্রাথমিক মূল্যায়ন সন্তোষজনক হয়, তাহলে আপনাকে যত তাড়াতাড়ি সম্ভব কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসব প্রস্তুতি চয়ন করার প্রস্তাব দেওয়া হবে অথবা 24

ঘন্টা অপেক্ষা করতে হবে; বেশিরভাগ ক্ষেত্রে (60%) প্রসব বেদনা স্বতঃস্ফূর্তভাবেই শুরু হবে। জাতীয় নির্দেশিকা 24 ঘন্টার আগেই কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসবের প্রস্রাবের সুপারিশ করে এবং এও সুপারিশ করা হয় যে আপনি আপনার শিশুর জন্মের পরে কমপক্ষে 12 ঘন্টা আপনার শিশুর সাথে হাসপাতালেই থাকুন যাতে সংক্রমণের লক্ষণগুলির জন্য আপনার শিশুর পর্যবেক্ষণ করা যায়। আপনার শিশুর সংক্রমণের কোনো লক্ষণ দেখা দিলে তা 12 ঘন্টার বেশি সময় ধরে থাকতে পারে। আপনার যদি গ্রুপ B স্ট্রেপ্টোকক্কাস (GBS) আছে বলে জানা যায়, বা GBS-এর কারণে আগের শিশু দুর্বল অবস্থায় জন্মেছে বলে জানা যায়, তাহলে আপনার শিশুর সংক্রমণের ঝুঁকি প্রতিরোধে সাহায্য করার জন্য আপনাকে প্রসবকালীন সময়ে শিরায় (শিরায়) অ্যান্টিবায়োটিক দেওয়া হবে।

- **চিকিৎসাগত কারণ** - যদি মনে হয় যে গর্ভাবস্থা অব্যাহত থাকলে আপনার স্বাস্থ্য বা আপনার শিশুর স্বাস্থ্যের ঝুঁকি বেড়ে যাবে তখন এই প্রক্রিয়া করা হয়।

পূর্ববর্তীকালে সিজারিয়ান সেকশন হওয়ার পরে কৃত্রিম ভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসবের প্রস্তুতি

আপনার যদি অতীতে একটি সিজারিয়ান সেকশন হয়ে থাকে এবং প্রয়োজন বা পছন্দে আপনি কৃত্রিম ভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসব প্রস্তুতির প্রক্রিয়াটি বেছে নেন তবে আপনি একজন পরামর্শদাতার সাথে এই বিষয়ে আলোচনা করার সুযোগ পাবেন।

এই আলোচনায় কীভাবে কৃত্রিম ভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসবের জন্য প্রস্তুত করা হয় এবং প্রতিটি পদ্ধতির সম্ভাব্য ঝুঁকি ও সুবিধা অন্তর্ভুক্ত হবে। আপনি যদি আগে সিজারিয়ান সেকশনে প্রসবের জন্য ওষুধ (পেসারী +/- অক্সিটোসিন) ব্যবহার করে থাকেন, তবে আপনার জরায়ু ফেটে যাওয়ার সম্ভাবনা বেড়ে যায়। তাই এটি গুরুত্বপূর্ণ, যে আপনার প্রসব সম্পর্কিত বিকল্পের বিষয়ে যেন আলোচনা করা হয় যাতে আপনি আপনার বিকল্পগুলি এবং পরিচর্যার পরিকল্পনা সম্পর্কে সম্পূর্ণরূপে অবহিত হতে পারেন।

আমি কি প্ররোচিত প্রসব না করা বেছে নিতে পারি?

IOL এর আশেপাশের সমস্ত তথ্য বিবেচনা করার পর, আপনি যদি সিদ্ধান্ত নেন যে আপনি প্ররোচিত প্রসব করাতে চান না, তাহলে আপনার ধাত্রীকে তা জানাতে পারেন।

আপনাকে হাসপাতালে ভর্তি হওয়ার জন্য একটি অ্যাপয়েন্টমেন্টের প্রস্তাব দেওয়া যেতে পারে যাতে আমরা পরীক্ষা করতে পারি যে আপনি এবং আপনার শিশু সুস্থ আছেন। একজন ধাত্রী বা ডাক্তারের সাথে আলোচনা করার সুযোগ থাকবে কেন আপনি প্ররোচিত প্রসব প্রক্রিয়াটি গ্রহণ করতে চান না এবং আপনার সিদ্ধান্তকে সমর্থন করার জন্য একটি পরিকল্পনা করা হবে।

এটি সাধারণত সুপারিশ করা হয় যে এই পরিস্থিতিতে আমরা আপনার এবং আপনার শিশুর উপর গভীর নজর

রাখি। আপনি কত ঘন ঘন চেকআপ করার জন্য হাসপাতালে আসেন তা আপনার পরিস্থিতির উপর নির্ভর করে। ধাত্রী বা ডাক্তার আপনার সাথে এই বিষয়ে আলোচনা করবেন।

জরায়ুমুখ প্রস্তুত করতে ব্যবহৃত পদ্ধতি:

এগুলি শিশুর চারপাশে 'জল ভাঙতে' সক্ষম করার জন্য জরায়ুমুখকে নরম করতে এবং খোলার কাজে ব্যবহার করা হয়। এদের জন্য কখনও কখনও সংকোচনও শুরু হতে পারে।

এক্ষেত্রে আপনার শুধুমাত্র একটি বা এই সকল প্রক্রিয়ার প্রয়োজন হতে পারে।

গর্ভের ঝিল্লি পরিষ্কার:

এটি প্রসবের জন্য কোনও নিয়মমাফিক পদ্ধতি নয় তবে স্বাভাবিকভাবে প্রসব বেদনা শুরু করার সম্ভাবনা বাড়ানোর জন্য এটি প্রথমে প্রস্তাব করা যেতে পারে। এটি এমন মহিলাদের উপর সঞ্চালিত করা হয় যাদের জল ভেঙ্গে যায়নি এবং এতে আপনার ধাত্রী বা ডাক্তার জরায়ুমুখের ঠিক ভিতরে (যোনির ভেতরে অবস্থিত) একটি আঙুল রাখে এবং বৃত্তাকারভাবে তা ঘুরিয়ে আপনার শিশুকে জরায়ুমুখ থেকে ঘিরে থাকা গর্ভের ঝিল্লি (জলের খলি) থেকে আলাদা করে। জরায়ুমুখ তখন প্রোস্টাগ্ল্যান্ডিন নামক হরমোন নিঃসরণ করে যা থেকে প্রসববেদনা শুরু হতে পারে।

আপনার গর্ভাবস্থার 39 সপ্তাহ হওয়ার পর থেকে আপনার সম্প্রদায়ে প্রসবপূর্ব পরিদর্শনের সময় বা তার আগে যদি আপনার পরামর্শদাতার সাথে পরিকল্পনা করা হয় তাহলে আপনাকে গর্ভের ঝিল্লি পরিষ্কার করার জন্য যোনি পরীক্ষা

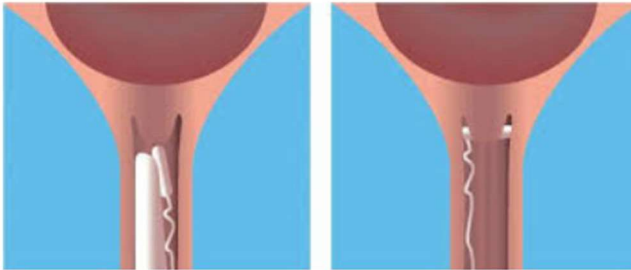
করার প্রস্রাব দেওয়া হয়।

গর্ভের ঝিল্লি পরিষ্কার আপনার বা আপনার শিশুর সংক্রমণ বৃদ্ধির সাথে সম্পর্কিত নয় এবং আপনার শিশুর কোনো ক্ষতি করে না, কিন্তু এতে আপনার কিছু অস্বস্তি হতে পারে এবং পরে ন্যূনতম রক্তপাতের কারণ হতে পারে। মাঝে মাঝে আপনার জরায়ু মুখ খোলা না থাকলে গর্ভের ঝিল্লি পরিষ্কার করা যায়না।

যোনিপথ সংক্রান্ত প্রোস্টাগ্ল্যান্ডিন(প্রোপেস):

প্রোস্টাগ্ল্যান্ডিন একটি হরমোন যা প্রাকৃতিকভাবে শরীরে উৎপন্ন হয় এবং এটি প্রসববেদনা শুরু হওয়ার সাথে জড়িত।

প্রোপেস হল একটি ছোট কৃত্রিম যন্ত্র বা পেসারী যাতে প্রোস্টাগ্ল্যান্ডিন থাকে এবং এটি আপনার জরায়ুমুখকে নরম, ছোট এবং প্রসারিত করতে সাহায্য করে। এটি আপনার যোনিতে ঢোকানো হয় এবং আপনার জরায়ুমুখের পিছনে রাখা হয়। এতে টেপ সংযুক্ত করা হয়েছে যাতে এটি সহজেই অপসারণ করা যায়। এটি 24 ঘন্টার মধ্যে ধীরে ধীরে হরমোন নিঃসরণ করে, তবে প্রসব শুরু হলে বা আপনার বা আপনার শিশুর স্বাস্থ্যের বিষয়ে কোনো উদ্বেগ থাকলে তা আগেই সরিয়ে দেওয়া হবে।



প্রপেস ঢোকানোর পরে আপনাকে কমপক্ষে 30 মিনিটের জন্য শুয়ে থাকতে হবে যাতে পেসারী আপনার যোনির ভিতরে ফুলে যায়।

এটি প্রপেস পড়ে যাওয়ার সম্ভাবনা হ্রাস করে কার্ডিওটোকোগ্রাফি (CTG) মেশিন ব্যবহার করে আপনার শিশুর হৃদস্পন্দন আবার পর্যবেক্ষণ করা হবে এবং যদি সবকিছু ঠিকঠাক থাকে তবে আপনাকে সচল থাকতে উৎসাহিত করা হবে, কারণ সক্রিয় থাকলে প্রসববেদনা আরম্ভ হওয়ার জন্য সহায়তা করতে পারে। অনুরোধ করা হলে আপনার ধাত্রী আপনাকে ব্যথা উপশম দিতে পারেন এবং আপনি দেখতে পাবেন 'বার্থিং বল' বা উষ্ণ স্নান আপনার অস্বস্তি অনেকটাই কম করতে সাহায্য করে।

আপনার প্রয়োজন হবে:

- প্রস্রাব করার সময় খেয়াল রাখুন যাতে প্রপেস পেসারীর শেষে থাকা টেপটিতে টান না লেগে যায়।
- পেসারী পড়ে গেলে অবিলম্বে ধাত্রী দলের একজন সদস্যকে অবহিত করুন (যথাযথ হলে পুনরুদ্ধার এবং পুনরায় প্রবেশ করানো সম্ভব হতে পারে)।

আপনার এবং আপনার শিশুর উভয়ের সুস্থতা পুরো প্রক্রিয়া জুড়ে নিয়মিতভাবে মূল্যায়ন করা হবে এবং প্রোপেস হওয়ার 24 ঘন্টা পরে, আপনি চলে যাওয়ার পরিকল্পনা করলে সেই বিষয়ে একজন ডাক্তারের সাথে পরামর্শ করতে হবে।

হাসপাতালে থাকাকালীন আপনাকে নাস্তা এবং খাবার সরবরাহ করা হবে. আমরা আপনাকে উঠতে এবং পোশাক পরতে এবং বাগানের স্থান এবং হাসপাতালের আউটলেটগুলিতে (M&S/ উপকূলীয়/সাবওয়ে) পরিদর্শন করতে উৎসাহিত করি।

আপনি অবশ্যই এই প্রক্রিয়া চলাকালীন যেকোনো সময়ে বাড়ি চলে যেতে পারেন, তবে অনুগ্রহ করে তার আগে আপনার ধাত্রী/ডাক্তারের সাথে কথা বলুন কারণ যদি আপনার ঝুঁকির কোনোপ্রকার সম্ভবনা থাকে সেক্ষেত্রে আপনাকে এর পরামর্শ দেওয়া হয় না।

এটা জেনে রাখা জরুরী যে আপনি 41 সপ্তাহের বেশি গর্ভবতী হলে জরায়ুমুখ নরম করার এবং খোলার প্রক্রিয়ায় তিন দিন পর্যন্ত সময় লাগতে পারে এবং আমরা যদি আপনাকে 41 সপ্তাহের আগে এই প্রক্রিয়ায় সামিল করি তাহলে পাঁচ দিন পর্যন্ত সময় লাগতে পারে। এটি সম্পূর্ণরূপে ব্যর্থও হতে পারে সেটা জেনে রাখাও গুরুত্বপূর্ণ।

গর্ভের ঝিল্লির কৃত্রিম ফাটল (ARM - আপনার জল ভাঙা):

যখন জরায়ুমুখ নরম হয়, প্রায় দুই থেকে তিন সেন্টিমিটার খোলা থাকে এবং শিশুর মাথা আপনার শ্রোণীতে চলে যায়, তখন শিশুর চারপাশে 'জল ভাঙা' সম্ভব হতে পারে।

এই পদ্ধতিতে আপনার ধাত্রী বা ডাক্তার যোনি পরীক্ষা করেন এবং এটি একটি ছোট প্লাস্টিকের হুক ব্যবহার করে করা হয় যা জল ছেড়ে দেয় এবং শিশুর মাথার চাপকে জরায়ুমুখের উপর চাপ দিতে এবং সংকোচনকে উদ্দীপিত রতে দেয়। এটি আপনার বা আপনার শিশুর ক্ষতি করবে না।



ইতিমধ্যে বিদ্যমান সংকোচন শুরু বা বজায় রাখার জন্য সংকোচনকে উত্সাহিত করতে আপনাকে বার্থিং বলকে একত্রিত করতে বা আপনাকে বার্থিং বল অবধি পৌঁছাতে পরামর্শ দেওয়া হয়। এই সময়ের পরেও সংকোচন পর্যাপ্ত না হলে অক্সিটোসিনের ব্যবহার শুরু হবে (নীচে দেখুন)।

সংকোচন শুরু হয় কিনা তা দেখার জন্য আপনাকে কিছু সময় দেওয়া হতে পারে বা আমরা সরাসরি অক্সিটোসিন নামক একটি কৃত্রিম হরমোন ব্যবহার করতে পারি। এটি শুরু করার সময় আপনার এবং ধাত্রীর সাথে আলোচনার পরে প্রসূতি রেজিস্ট্রার দ্বারা নির্ধারিত করা হবে।

অক্সিটোসিন ইনফিউশন

এটি এই প্রক্রিয়ার চূড়ান্ত পর্যায় এবং এতে অক্সিটোসিন নামক একটি ওষুধ ড্রিপ হিসাবে দেওয়া হয়। অক্সিটোসিন একটি প্রাকৃতিক হরমোন, তবে এটি একটি সিন্থেটিক সংস্করণ যা সংকোচন শুরু করতে সাহায্য করে।

আপনার হাতের পিছনদিকে একটি ছোট টিউব ঢোকানো হবে, যার সাথে আপনার ড্রিপ সংযুক্ত থাকবে। আপনি নিয়মিতভাবে সংকোচন অনুভব করা শুরু না করা পর্যন্ত আপনার ধাত্রী দ্বারা ড্রিপ খুব ধীরে ধীরে বৃদ্ধি করা হয়। সাধারণত আপনার শিশুর জন্ম না হওয়া পর্যন্ত ড্রিপ চালিয়ে যেতে হবে। প্রসবের এই পদ্ধতিটি লেবার ওয়ার্ডে সংঘটিত হয় এবং আপনার শিশুর হৃদস্পন্দনের ক্রমাগত পর্যবেক্ষণ প্রয়োজন পড়ে।

কিছু ক্ষেত্রে, আপনার পেটের মাধ্যমে শিশুর হৃদস্পন্দন নিরীক্ষণ করা কঠিন হতে পারে। ধাত্রী বা ডাক্তার একটি ভ্রূণের মাথার তালুর ইলেক্ট্রোড (FSE) সুপারিশ করতে পারেন। এটি একটি ক্লিপ যা শিশুর মাথায়, যোনি এবং জরায়ুর মাধ্যমে এবং CTG মনিটরের সাথে সংযুক্ত করা হয়। এটির ঝুঁকি এবং সুবিধাগুলি আপনার সাথে আলোচনা করা হবে যদি এটি আপনাকে একটি অবগত পছন্দ করতে সহায়তা করবে বলে মনে করা হয়।

নড়াচড়া এবং সোজা হয়ে অবস্থান করলে তা সংকোচন এবং প্রসব বেদনাকে উৎসাহিত করতে পারে, তবে ড্রিপ এবং মনিটরের সাথে সংযুক্ত থাকার (যেটি আপনার শিশুর হৃদস্পন্দন রেকর্ড করে) অর্থ আপনার চলাফেরার ক্ষমতা কিছুটা সীমিত হতে

পারে। আপনার চলাফেরার স্বাধীনতা এবং স্বাচ্ছন্দ্যকে সর্বাধিক করার জন্য ধাত্রী আপনাকে প্রসব সংক্রান্ত নির্দেশনা প্রদান করবে।

IOL প্রক্রিয়াটিকে প্রায়শই আরও বেদনাদায়ক বলে মনে করা হয় এবং আপনার ধাত্রী প্রয়োজন অনুযায়ী কোনো ব্যথা উপশমের ব্যবহার করবেন এবং আপনাকে সাহায্য করবেন।

- মালিশ - এই কৌশলগুলি আপনি এবং আপনার জন্ম সঙ্গী গর্ভাবস্থায় অনুশীলন করেছেন হতে পারে
- গভীরভাবে শ্বাস প্রশ্বাস নেওয়া এবং শিথিলকরণ - গর্ভাবস্থায় অনুশীলন করা সম্মোহন কৌশল সহ
- নড়াচড়া - যেমন হাঁটু গেড়ে বসে থাকা, আশেপাশে হাঁটা, পিছনের দিকে এবং সামনের দিকে দোলা, বার্থিং বল ব্যবহার করা, সবই আপনার অস্বস্তি কমাতে সাহায্য করতে পারে
- উষ্ণ জলে স্নান বা শাওয়ার নেওয়া
- স্বকে প্রবেশকারী বৈদ্যুতিক স্নায়ু উদ্দীপনা (TENS) যন্ত্র - ব্যথা বন্ধ করার জন্য সংকোচনের সময় বৈদ্যুতিক আবেগ ব্যবহার করা হয় (বাড়ি থেকে আনুন অথবা উপলব্ধ থাকলে আমাদের টা ব্যবহার করুন)
- প্যারাসিটামল বা ডাইহাইড্রোকোডিন ধাত্রীর দ্বারা পরিচালিত
- লেবার ওয়ার্ডে আপনার ব্যথা উপশমের বিকল্প, সুবিধা এবং ঝুঁকি আপনার সাথে আলোচনা করা হবে। এতে অন্তর্ভুক্ত:

- এন্টোনক্স (গ্যাস এবং বায়ু) – এটি স্বল্প সময়ই কাজ করে এমন একটি ওষুধ যা সংকোচনের সময় একটি মুখবন্ধ ব্যবহার করে শ্বাস নেওয়ার মাধ্যমে কাজ করে
- কৃত্রিম আফিমজাত ওষুধের (পেথিডিন) এর ইনজেকশন – নিতম্বের মধ্যে এই ইনজেকশন দেওয়া হয় যা 2-4 ঘন্টা স্থায়ী হয়
- এপিডুরাল – এক ধরনের স্থানীয় চেতনানাশক যা পিঠের স্নায়ুকে অসাড় করে দেয়, যা শিশুর জন্ম না হওয়া পর্যন্ত ব্যথার সংকেত রোধ করে।

আরও তথ্য এখান থেকে পাওয়া যায়: প্রসবকালীন ব্যথা উপশম – NHS (www.nhs.uk)

কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসবের সুবিধা কি?

কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসবের নিম্নলিখিত সুবিধাগুলি রয়েছে:

- গর্ভাবস্থাকালীন 24 ঘন্টার বেশি সময় ধরে জল ভাঙ্গা অবস্থায় সংক্রমণের ঝুঁকি কমায়
- দীর্ঘস্থায়ী গর্ভধারণ প্রতিরোধ করুন কারণ এতে মৃতপ্রসবের হার বৃদ্ধি পায় <40 সপ্তাহে 1000-এর মধ্যে 1 থেকে 41 সপ্তাহের পরে 1000-এর মধ্যে 3
- আপনার শিশুর বিশেষ পরিচর্যার শিশু ইউনিটে স্থানান্তরের প্রয়োজন হওয়ার ঝুঁকি কমায়
- এই প্রক্রিয়া শুরু করার পরের 48 ঘন্টার মধ্যে আপনার প্রসব বেদনা শুরু হওয়ার সম্ভাবনা বেড়ে যায়
- কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসব ছাড়াই প্রসববেদনা শুরু হওয়ার অপেক্ষার তুলনায় সিজারিয়ান সেকশনের ঝুঁকি কমাতে পারে

ঝুঁকি বা খারাপ দিকগুলি কি কি?

প্রোস্টাগ্ল্যান্ডিন (Prostin®)

প্রোস্টাগ্ল্যান্ডিন পেসারী ঢোকানো অস্বস্তিকর হতে পারে। এটি যোনিপথে এবং তার চারপাশে শুষ্কতা এবং ব্যথা সৃষ্টি করতে পারে। এটি শক্তিশালী সংকোচনের কারণও হতে পারে, যা বেদনাদায়ক হয়; তবে এই সংকোচনগুলি থাকার অর্থ এই নয় যে আপনি প্রসবকালীন অবস্থায় রয়েছেন। আপনার ধাত্রী

আপনাকে এটি পরিচালনা করতে সাহায্য করার উপায় নিয়ে আলোচনা করবেন।

বিরল ক্ষেত্রে প্রোস্টাগ্ল্যান্ডিনের কারণে জরায়ু ঘন ঘন সংকুচিত হতে পারে এবং এটি আপনার শিশুর হৃদস্পন্দনের ধরণকে প্রভাবিত করতে পারে। এতে সাধারণত একটি ওষুধ দিয়ে চিকিৎসা করা হয় যা জরায়ুকে শিথিল করতে সহায়তা করে। কখনও কখনও জরায়ু ঘন ঘন সংকুচিত হতে থাকে, যার অর্থ জরুরী অবস্থায় সিজারিয়ান সেকশনের প্রয়োজন হতে পারে।

অক্সিটোসিন (Syntocinon®)

প্রোস্টাগ্ল্যান্ডিনের মতো, প্রধান ঝুঁকি হল যে জরায়ু খুব জোরে/ঘন ঘন সংকুচিত হতে পারে এবং তা শিশুর হৃদস্পন্দনকে প্রভাবিত করতে পারে। অক্সিটোসিনের হার হ্রাস করা সংকোচন সহজ করার উপর অবিলম্বে প্রভাব ফেলতে পারে, যা শিশুর হৃদস্পন্দনকে উন্নত করবে। শিশুর যদি হৃদস্পন্দন স্বাভাবিক না হয়, তাহলে সিনিয়র ডাক্তাররা সিদ্ধান্ত নেবেন কী করা প্রয়োজন। এর অর্থ একটি জরুরী অবস্থায় সিজারিয়ান সেকশনের প্রয়োজন হতে পারে।

অক্সিটোসিন ড্রিপ ব্যবহার করার জন্য আপনার শিশুর হৃদস্পন্দনের ক্রমাগত পর্যবেক্ষণ প্রয়োজন। এটি আপনার গতিশীলতাকে সীমিত করবে এবং তা আরও বেদনাদায়ক হতে পারে তাই আপনি ব্যথা উপশমের জন্য এপিডুরালের অনুরোধ করতে পারেন।

- প্রায় 17% মহিলা তাদের সন্তান জন্মদানের জন্য সহায়তার প্রয়োজন IOL অনুসরণকারী শিশু, ফোর্সেপ বা ব্যবহার সহ

বায়ুচলাচল (শিশুর মাথায় স্তন্যপান কাপ), যা হতে পারে যোনি এবং পেরিনিয়ামে আরও ট্রমা সৃষ্টি করে।

- আপনার হাসপাতালে স্বতঃস্ফূর্ত থাকার চেয়ে বেশি সময় থাকতে পারে শ্রম

কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসব প্রক্রিয়া ব্যর্থ হলে কি হবে?

অল্প সংখ্যক ক্ষেত্রে বারবার চেষ্টা করেও কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসব প্রক্রিয়া সফল হয় না। তারপর আপনার পরামর্শদাতা প্রসূতি বিশেষজ্ঞের সাথে আপনার ব্যবস্থাপনা নিয়ে আলোচনা করা হবে এবং প্রসবের জন্য একটি পরিকল্পনা করা হবে। এটা হতে পারে যে আমরা আপনাকে 24 ঘন্টা বিশ্রাম দিতে পারি এবং আবার চেষ্টা করতে পারি, অথবা সিজারিয়ান সেকশনের সুপারিশ করা যেতে পারে।

আমার বিকল্পগুলি কি কি?

আপনার এবং আপনার শিশুর স্বাস্থ্যের জন্য আপনাকে কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসবের পরামর্শ দেওয়া হতে পারে, তবে এটি আপনার পছন্দের উপর নির্ভরশীল। আপনি যদি কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসবের প্রক্রিয়া প্রত্য্যখ্যান বা বিলম্বিত করা বেছে নেন, তাহলে আপনাকে এবং আপনার শিশুকে নিবিড়ভাবে পর্যবেক্ষণ করার জন্য আপনার এবং আপনার

পরামর্শদাতা/ধাত্রীর মধ্যে পরিচর্যা একটি পরিকল্পনা করা হবে। এর মধ্যে আপনাকে এবং আপনার শিশুকে নিরীক্ষণের জন্য দৈনিকভাবে হাসপাতালের অ্যাপয়েন্টমেন্ট এবং/অথবা আল্ট্রাসাউন্ড স্ক্যান অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে।

আমাকে কতদিন হাসপাতালে থাকতে হবে?

এই প্রক্রিয়াটি দীর্ঘ হতে পারে এবং তা 3 থেকে 7 দিনের মধ্যে সময় নিতে পারে। আপনি যে ক্রমে অন্তর্ভুক্তির জন্য এসেছেন সেই ক্রমানুযায়ী আপনাকে প্রসূতি ওয়ার্ডে স্থানান্তর করা নাও হতে পারে, যেহেতু কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসবের জন্য প্রস্তুতি পৃথক কারণের উপর নির্ভরশীল। বিলম্ব এড়াতে আমরা যথাসাধ্য চেষ্টা করব, তবে সে সময়ে প্রসূতি ইউনিটের কার্যকলাপের কারণে খানিক বিলম্ব ঘটতে পারে।

আপনার আরামের জন্য আমরা নিম্নলিখিত জিনিসগুলি সঙ্গে রাখার জন্য সুপারিশ করব:

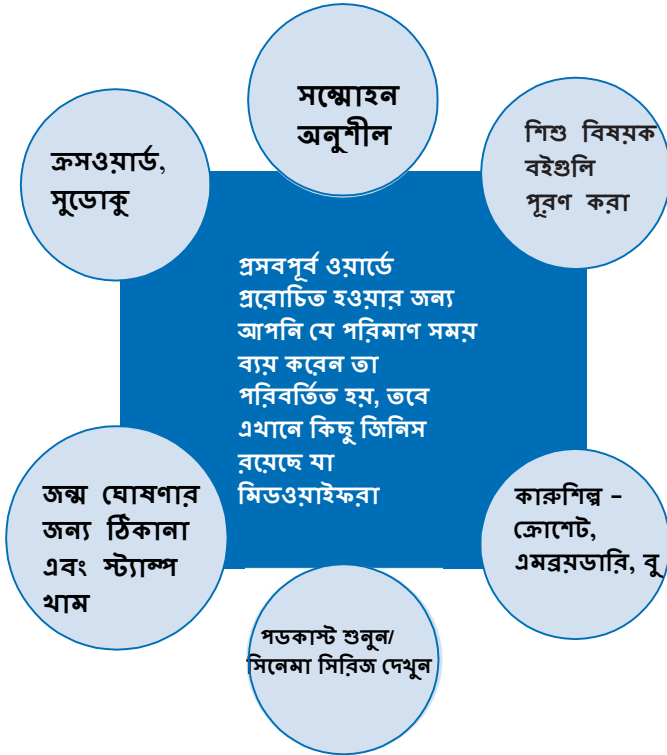
- চোখ ঢাকার মাস্ক
- ইয়ার প্লাগ/হেডফোন
- চার্জার
- বাড়ির আরামদায়ক জিনিসগুলি (বালিশ/কম্বল যা থেকে বাড়ির মতো গন্ধ পাওয়া যাবে)
- প্রসাধন সামগ্রী
- তোয়ালে (হাসপাতালের তোয়ালে একটু ছোট হয়)
- প্রিয় মুখরোচক খাবার
- সহজেই পরা যায় এমন জুতা\ফ্লিপফ্লপ\চপ্পল

- পড়তে/দেখতে/শোনার জন্য কিছু

- আপনি একটি TENSs মেশিনও সঙ্গে আনতে পারেন

জন্ম দেওয়ার পর আপনাকে সুস্থ করার জন্য আমাদের প্রসবোত্তর ওয়ার্ডে (রবার্ট ওয়াটসন) স্থানান্তর করা হবে এবং আপনার থাকার সময়কাল জন্মের ধরন এবং আপনার এবং আপনার শিশুর সুস্থতার উপর নির্ভর করে পরিবর্তিত হতে পারে। প্রসূতি দল আপনাকে আপনার শিশুর খাওয়ানো এবং যত্ন নেওয়ার বিষয়ে সহায়তা করবে।

কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসব প্রস্তুতির
সময়ে আপনাকে ব্যস্ত রাখার জন্য!



আপনার ফোনের চার্জার এবং হেডফোন প্যাক করতে ভুলবেন না!

আমার জন্ম সঙ্গী কি আমার সাথে থাকতে পারবে?

ওয়ার্ড এলাকায় (মাতৃস্থ পর্যবেক্ষণ ওয়ার্ড (MOW) / রবার্ট ওয়াটসন (Robert Watson)) সাক্ষাতের জন্য নির্দিষ্ট সময় থাকবে যা আমরা আপনার জন্ম সঙ্গীকে মেনে চলতে বলি, অনুগ্রহ করে নির্দিষ্ট ওয়ার্ডের সাক্ষাতের সময় চেক করুন। আপনার সঙ্গী হাসপাতালে আপনার সাথে থাকাকালীন, আমরা অনুরোধ করছি যে তারা যেন আপনার বরাদ্দকৃত বেডস্পেসের মধ্যেই থাকে, অন্যদের গোপনীয়তার প্রতি শ্রদ্ধাশীল হয় এবং হাসপাতালের পাবলিক টয়লেট সুবিধা ব্যবহার করে (রোগীর টয়লেট নয়)। যেসময়ে আপনাকে লেবার ওয়ার্ডে স্থানান্তর করা হবে আপনার সঙ্গী আপনার সন্তানের জন্ম না হওয়া পর্যন্ত আপনার প্রসব সময়কাল পর্যন্ত আপনার সাথে থাকতে পারে।

প্ররোচিত প্রক্রিয়া কোথায় করা হবে?

নর্থহ্যাম্পটন জেনারেল হাসপাতালে, আমরা হাসপাতালের বা বাহিরাগত রোগী উভয় ক্ষেত্রেই কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসবের কাজ করি। আপনার ধাত্রী বহির্বিভাগ IOL প্রক্রিয়া সম্পর্কে আপনার সাথে আলোচনা করবেন এবং আপনি যদি সমস্ত প্রয়োজনীয় মানদণ্ড পূরণ করেন তবে আপনি এটিকে আপনার IOL পছন্দ হিসাবে বেছে নিতে সক্ষম হবেন।

আপনার গর্ভাবস্থা **কম ঝুঁকিপূর্ণ** হলেই **আউটপেশেন্ট IOL** পরিষেবা আপনাকে দেওয়া হবে - আপনার গর্ভাবস্থা যদি আপনার নির্ধারিত তারিখের 12 দিন পরে হয় তবে আপনাকে IOL-এর এই বিকল্পটি দেওয়া হবে।

আমার কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসবের দিনে কি হবে?

আপনার ধাত্রী আপনাকে আপনার হাসপাতাল ভিত্তিক IOL-এর জন্য আমাদের স্টুরিজ ওয়ার্ড (এরিয়া M)-এর যেকোনো একটিতে ভর্তির ব্যবস্থা করবেন অথবা আপনি যদি একজন বহির্বিভাগের রোগী হন এবং IOL-এর মানদণ্ড পূরণ করে থাকেন, তবে মাতৃস্থ দিবসের মূল্যায়ন ইউনিট (MDU) (এরিয়া L)-এ ভর্তির ব্যবস্থা করবেন।

আপনাকে উপস্থিত হওয়ার জন্য একটি অ্যাপয়েন্টমেন্ট সময় দেওয়া হবে - অনুগ্রহ করে যথাসময়ে উপস্থিত হন যাতে আপনার IOL প্রক্রিয়া যত তাড়াতাড়ি সম্ভব শুরু যায়।

আপনার গর্ভাবস্থার রেকর্ড বা আপনার গর্ভাবস্থার সাথে সম্পর্কিত যেকোনো নথি আনতে ভুলবেন না

আপনার সঙ্গী আপনার সাথে আসতে পারে এবং আপনাকে পুরো সপ্তাহের জন্য একটি ব্যাগ সঙ্গে আনতে হবে। অনুগ্রহ করে গাড়িতে বসার সিটটি গাড়িতে ছেড়ে আসুন।

আপনার কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসবের দিনে যদি আপনার কোভিড-19-এর উপসর্গ থাকে, তাহলে অনুগ্রহ করে প্রসূতি বিভাগে যোগাযোগ করুন এবং তাদের জানান।

হাসপাতালে কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রক্রিয়া:

লেবার ওয়ার্ডে পৌঁছানোর পর, আপনাকে অভ্যর্থনা দল দ্বারা অভ্যর্থনা জানানো হবে, হাসপাতালের কঙ্কিতে পরার জন্য ব্যান্ড দেওয়া হবে এবং বসার পরামর্শ দেওয়া হবে। ওয়ার্ডে কার্যকলাপ চলার কারণে, লেবার ওয়ার্ডে যাওয়ার আগে অপেক্ষা করতে হতে পারে।

ধাত্রী বা প্রসূতি সহায়তা কর্মী আপনাকে প্রাথমিক মূল্যায়নের জন্য লেবার ওয়ার্ডে নিয়ে যাবেন যেখানে এক ঘন্টা পর্যন্ত সময় লাগতে পারে। ধাত্রী আপনার সাথে কথা বলে নিশ্চিত করবেন যে আপনি IOL এর সাথে এগিয়ে যেতে পেরে খুশি এবং আপনি আপনার যেকোনও প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করতে পারবেন। তখন ধাত্রী প্রাথমিক মূল্যায়ন করার জন্য আপনার অনুমতি চাইবেন।

মূল্যায়নে অন্তর্ভুক্ত করা হবে:

আপনার পর্যবেক্ষণ রেকর্ড করা: এর মধ্যে আপনার নাড়ি, রক্তচাপ, তাপমাত্রা এবং একটি প্রস্রাবের নমুনা অন্তর্ভুক্ত রয়েছে।

আপনার শিশুর সিফালিক (মাথা নিচের দিকে) কিনা তা নিশ্চিত করতে আপনার শিশুর আকার এবং অবস্থান পরীক্ষা করার জন্য আপনার পেটের একটি পরীক্ষা করা হবে।

কার্ডিওটোকোগ্রাফ (CTG) যন্ত্র ব্যবহার করে আপনার শিশুর হৃদস্পন্দন প্রায় 30 মিনিটের জন্য পর্যবেক্ষণ করা হবে। এই যন্ত্রটি আপনার গর্ভের যেকোনো সংকোচন বা শক্ত হওয়ার বিষয়টিও নিরীক্ষণ করবে।

একজন ডাক্তার আপনার চিকিৎসা এবং গর্ভাবস্থার ইতিহাস পর্যালোচনা করবেন এবং আপনার কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসবের জন্য আপনার সাথে একটি পরিকল্পনা লিখবেন। আপনার ব্যক্তিগত পরিস্থিতির উপর নির্ভর করে, আপনাকে আমাদের একটি ওয়ার্ডে (মাতৃস্ব পর্যবেক্ষণ বা রবার্ট ওয়াটসন ওয়ার্ড) স্বাগত জানানো হবে। ওয়ার্ডের কার্যকলাপের কারণে, ডাক্তারের পর্যালোচনা বা ইন্ডাকশন বে/ওয়ার্ডে স্থানান্তর করতে বিলম্ব হতে পারে। অনুগ্রহ করে ধৈর্য ধরুন কারণ আপনি এবং আপনার শিশু আমাদের কাছে গুরুত্বপূর্ণ।

একবার খিত্ত হয়ে গেলে এবং শ্রম ওয়ার্ডের কার্যকলাপের অনুমতি পেলে, আপনার সম্মতি নিয়ে আপনার কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসবের প্রস্তুতি শুরু করা হবে।

আপনার মূল্যায়ন যদি সব স্বাভাবিক হয়, তখন ধাত্রী আপনার গর্ভাশয়ের গ্রীবা (জরায়ুর) পরীক্ষা করার জন্য একটি অভ্যন্তরীণ পরীক্ষা (যোনি পরীক্ষা) করার অনুমতি চাইবেন এবং প্রয়োজনে প্রপেস পেসারী পরিচালনা করবেন। আপনার জরায়ুমুখ যত বেশি অনুকূল হবে, পেসারীর সন্নিবেশের পরে আপনার প্রসববেদনা আরম্ভের সম্ভাবনা তত বেশি থাকবে।

গর্ভধারণের জন্য অনুকূল নয় এমন
জরায়ুমুখ



গর্ভধারণের জন্য অনুকূল নয় এমন
জরায়ুমুখ দীর্ঘ, বন্ধ, দুট হয় এবং
অপ্রভাবিত থাকে

গর্ভধারণের জন্য অনুকূল জরায়ুমুখ

গর্ভধারণের জন্য অনুকূল নয় এমন জরায়ুমুখ
দীর্ঘ, বন্ধ, দুট হয় এবং অপ্রভাবিত থাকে

এই পরীক্ষার সময়, ধাত্রী প্রপেস পেসারী ঢোকাবেন, যা উপরে
বর্ণনানুযায়ী, আপনার প্রসবকে প্ররোচিত করতে ব্যবহৃত হয়।

আপনি যখন স্টুরিজ লেবার ওয়ার্ডে আসেন, আপনার জরায়ুমুখ
যদি ইতিমধ্যেই আপনার শিশুর চারপাশের জল ভাঙ্গার জন্য
অনুকূল হয়, অথবা যদি জল ইতিমধ্যেই ভেঙে যায়, তাহলে
আপনাকে প্রসব ওয়ার্ডে নিয়ে যাওয়ার জন্য অপেক্ষা তালিকায়
রাখা হবে। লেবার ওয়ার্ডে ভর্তির ব্যবস্থা করা হবে ব্যক্তিগত

চাহিদা অনুযায়ী এবং এটি সরাসরি ঘটতে পারে অথবা সম্ভবত
আপনি আমাদের একটি ওয়ার্ডে ভর্তি হবেন।

আপনার ব্যক্তিগত পরিস্থিতির উপর নির্ভর করে, আপনাকে
প্রসব ওয়ার্ডে যোগ দেওয়ার জন্য ডাকা না হওয়া পর্যন্ত বাড়িতে
অপেক্ষা করার বিকল্প থাকতে পারে।

**অনুগ্রহ করে সচেতন থাকুন যে শিশুর চারপাশে জল ভাঙ্গা
শুধুমাত্র লেবার ওয়ার্ডে করা যেতে পারে।**

বহির্বিভাগের রোগীর ক্ষেত্রে কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসব প্রস্তুতি:

আপনার গর্ভাবস্থা কম ঝুঁকিপূর্ণ হলেই একটি আউটপেশেন্ট IOL দেওয়া হবে। আপনার গর্ভাবস্থা যদি আপনার নির্ধারিত তারিখের 12 দিন পরে হয় তবে আপনাকে IOL-এর এই বিকল্পটি অফার করা হবে।

মাতৃস্থ দিবস মূল্যায়ন ইউনিট MDU-এ পৌঁছানোর পর ধাত্রী আপনার সাথে নিশ্চিত করবেন যে আপনি IOL-এর সাথে এগিয়ে যেতে পেরে খুশি এবং আপনি এখনও IOL-এর জন্য একজন বহিরাগত রোগী হিসাবে উপযুক্ত।

প্রাথমিক মূল্যায়ন এবং যোনি পরীক্ষা উপরের বর্ণনানুযায়ী করা হবে।

পেসারী ঢোকানোর পর, আপনার শিশুর হৃদস্পন্দন আবার CTG মেশিন ব্যবহার করে পর্যবেক্ষণ করা হবে এবং সবকিছু স্বাভাবিক থাকলে সব ঠিক আছে কিনা তা নিশ্চিত করতে MDU-তে ফিরে আসার আগে 30 মিনিটের জন্য হাসপাতালের চারপাশে একটু ঘোরার জন্য উৎসাহিত করা হবে।

আপনার প্রয়োজন হবে:

- প্রস্রাব করার সময় খেয়াল রাখুন যাতে প্রপেস পেসারীর শেষে থাকা টেপটিতে টান না লেগে যায়।

- পেসারী পড়ে গেলে অবিলম্বে ধাত্রী দলের একজন সদস্যকে অবহিত করুন (যথাযথ হলে পুনরুদ্ধার এবং পুনরায় প্রবেশ করানো সম্ভব হতে পারে)। সব ঠিক থাকলে আপনি বাড়ি ফিরে যেতে পারবেন।

আপনি বাড়িতে থাকাকালীন

- পেসারী ঢোকানোর 12 ঘন্টা পরে, সুস্থতা যাচাইয়ের জন্য অনুগ্রহ করে **01604 523529** নম্বরে ট্রায়াজ (Triage)-এ ফোন করুন
- আপনি আপনার স্বাভাবিকভাবে দৈনন্দিন কার্যকলাপ চালিয়ে যেতে পারেন
- স্বাভাবিকভাবেই খাওয়াদাওয়া করুন
- আপনার শিশুর নড়াচড়ায় কোনো পরিবর্তন লক্ষ্য করলে এবং আপনি উদ্বিগ্ন হলে, 01604 523529 নম্বরে ট্রায়াজ-এ ফোন করুন
- অনুগ্রহ করে প্রপেস পেসারী নিজে থেকে সরানোর চেষ্টা করবেন না
- অনুগ্রহ করে প্রপেস পেসারী থাকাকালীন যেকোনো যৌন মিলন এড়িয়ে চলুন, তবে স্তনবৃত্তের উদ্দীপনা এবং ঘনিষ্ঠতাকে উৎসাহিত করা হয় কারণ এটি প্রাকৃতিকভাবে অক্সিটোসিন নিঃসরণ করবে!
- প্রপেস মোট 24 ঘন্টা থাকে এবং এরপর আপনাকে সপাতালে ফিরে যাওয়ার তারিখ এবং সময় দেওয়া হবে।

- সামান্য হাঁটাচলা অথবা বার্ষিক বল ব্যবহারের সময় সঙ্গে মোবাইল রাখুন।
- ক্লান্ত লাগলে বিশ্রাম করুন।

প্রপেসের কোনো পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কি?

আপনি হালকা পিরিয়ড চলাকালীন ব্যাথার মতো খিঁচুনি অনুভব করতে পারেন। এক্ষেত্রে আপনি প্যারাসিটামল খেতে পারেন এবং আপনার ব্যথার জন্য উষ্ণ জলে স্নান করতে পারেন।

কদাচিৎ আপনি নিম্নলিখিত পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া পেতে পারেন:

- যোনিতে জ্বালা
- 10 মিনিটে 5 বা তার বেশিবার সংকোচন
- বমি বমি ভাব
- বমি
- মাথা ঘোরা এবং বুক ধড়ফড় করা

যোগাযোগ করতে ভুলবেন না
01604 523529 নম্বরে ট্রায়াজ বা 01604 545435 নম্বরে MDU-এ

অবিলম্বে

আপনি যদি নিম্নলিখিত কোনও অভিজ্ঞতার সম্মুখীন হন:

- আপনার মনে হয় যে আপনার জল ভেঙে গেছে
- যোনি থেকে রক্তপাত হয়
- আপনার প্রোপেস যদি পড়ে যায়
- আপনার শিশুর নড়াচড়া নিয়ে চিন্তিত হয়
- আপনি যদি শক্তিশালী এবং নিয়মিতভাবে আঁটসাঁট সংকোচন অনুভব করেন
- আপনি ক্রমাগত পেটে ব্যথা অনুভব করেন
- আপনি একেবারে উদ্বিগ্ন হয়ে পড়েন

**প্রপেসের 24 ঘন্টা পরে যখন আমি হাসপাতালে
ফিরে যাব তখন কী হবে?**

আপনি হাসপাতালে ফিরে আসার পরে আপনার ধাত্রী প্রপেসটি অপসারণ করতে এবং আপনার জরায়ুমুখ মূল্যায়ন করতে বলবেন। একবার আপনার জরায়ুমুখের জল ভেঙ্গে যাওয়ার মতো পর্যাপ্ত পরিমাণে প্রসারিত হয়ে গেলে, তখন আপনাকে এবং আপনার সঙ্গীকে লেবার ওয়ার্ডে কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসব প্রস্তুতির জন্য স্থানান্তরিত করা হবে।

ইউনিটের কার্যকলাপের কারণে এটি অবিলম্বে আরম্ভ নাও হতে পারে, তবে যত তাড়াতাড়ি সম্ভব আপনাকে প্রসব ওয়ার্ডে স্থানান্তর করা হবে।

প্রয়োজনীয় ফোন নম্বরগুলি

জীবনের জন্য সংকটজনক জরুরী পরিস্থিতিতে **999** ডায়াল করুন

ম্যাটারনিটি ট্রায়াজ এর (24 ঘন্টার নম্বর) - নিজের বা শিশুর বিষয়ে উদ্বেগ থাকলে অথবা আপনি যদি মনে করেন আপনার প্রসবের সময় হয়েছে **01604 523529** নম্বরে ফোন করুন

স্টুরিজ লেবার ওয়ার্ড (MOW সহ) রিসেপশনের নম্বর
01604 545898

বালমোরাল ওয়ার্ডের নম্বর
01604 545434

রবার্ট ওয়াটসন ওয়ার্ডের নম্বর
01604 544819

ধাত্রী সম্প্রদায়ের অফিসের নম্বর
01604 523274

দিবসকালীন প্রসূতি বিভাগের নম্বর
01604 545435

অনুগ্রহ করে সচেতন থাকুন যে আমরা ফোনে আপনার সম্পর্কিত

কোনো তথ্য কারোর সাথে শেয়ার করতে পারছি না, এর মধ্যে যদি পরিবারের সদস্য বা সঙ্গী আপনার সম্পর্কিত কোনো তথ্য

জানতে এই নম্বরগুলিতে যোগাযোগ করা হলে, আপনার গোপনীয়তা নিশ্চিত করার জন্য আমরা তাদের কোনোপ্রকার সহায়তা করতে পারবো না।

প্রসূতি বিভাগের সফর

দুর্ভাগ্যবশত, আমরা এই সময়ে এই সফরের সুবিধা দিতে পারছি না, তবে ইউটিউবে একটি ভিডিও আছে (৪৫) যেখানে একজন ধাত্রী আপনাকে NGH-এ প্রসূতি ওয়ার্ডে বেড়াতে নিয়ে যাচ্ছেন - YouTube <https://youtu.be/7WDwzvl4ook> যা আপনাকে আমাদের প্রসূতি বিভাগের একটি সফর দেয়, যদিও ভিডিওটির তথ্য পরিবর্তিত হয়েছে (যেহেতু এটি ২০২০ সালে তৈরি করা হয়েছিল)।

দরকারী আরও কিছু তথ্য

জাতীয় স্বাস্থ্য এবং পরিচর্যা উৎকর্ষতা প্রতিষ্ঠান সহ জাতীয় সুপারিশগুলি ব্যবহার করে এই লিফলেটটি তৈরি করা হয়েছে।
ওভারভিউ । প্ররোচিত শ্রম । নির্দেশনা । NICE

NHS যুক্তরাজ্য (UK)-এর ওয়েবসাইটে কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসব প্রস্তুতি সংক্রান্ত প্রসবের তথ্য রয়েছে - NHS (www.nhs.uk)

আপনি কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসবের জন্য NICE-এর নির্দেশিকা (NG207) এবং কৃত্রিমভাবে ব্যথা উঠিয়ে স্বাভাবিক প্রসবের জন্য গুণগত মানদণ্ডের (QS60) বিষয়ে NICE যা বলেছে তা দেখতে পাবেন।

এই লিফলেটে থাকা যেকোনো তথ্য সম্পর্কে আপনার কোনো প্রশ্ন থাকলে, অনুগ্রহ করে আপনার ধাত্রীর সাথে যোগাযোগ করতে দ্বিধা করবেন না।

তথ্যসূত্র

Kelly, A J, Alfirevic, Z, Ghosh, A (2013) Cochrane Database of Systematic Review Outpatient versus inpatient induction of labour for improving birth outcomes. Issue 11
Dowswell T, Kelly A, Livio S, Alfirevic Z (2010) Cochrane Database of Systematic Review Different methods for the induction of labour in outpatient settings

প্রয়োজনীয় ওয়েবসাইটগুলি

www.nhs.uk

www.northamptongeneral.nhs.uk

অন্যান্য তথ্য

নর্থহ্যাম্পটন জেনারেল হাসপাতাল একটি ধূমপান-মুক্ত নীতি পরিচালনা করে। এর মানে হল যে ট্রাস্টের সাইটে কোথাও ধূমপান অনুমোদিত নয়, এতে সমস্ত বিল্ডিং, মাঠ এবং গাড়ি পার্ক অন্তর্ভুক্ত রয়েছে।

ধূমপান ত্যাগ এবং নিকোটিন রিপ্লেসমেন্ট থেরাপি সম্পর্কে লিফলেট, তথ্য, উপদেশ সংক্রান্ত সহায়তার জন্য স্থানীয় ধূমপান বন্ধ করার হেল্পলাইন 0845 6013116, বিনামূল্যে জাতীয় হেল্পলাইন নম্বর 0300 123 1044, ইমেল: smokefree@northnorthants.gov.uk এবং ফার্মেসীতে পাওয়া যায়

নর্থহ্যাম্পটন জেনারেল হাসপাতালে গাড়ি পার্কিং অত্যন্ত সীমিত এবং পার্কিংয়ে পর্যাপ্ত সময় দেওয়ার জন্য তাড়াতাড়ি পৌঁছানো অপরিহার্য। ড্রপ করা এবং সংগ্রহ করা আপনার কাছে আরও সুবিধাজনক মনে হতে পারে।

এই তথ্য ব্রেইল, অডিও ক্যাসেট এবং সিডি সহ অনুরোধের ভিত্তিতে অন্যান্য ভাষা এবং বিন্যাসে প্রদান করা যেতে পারে।

অনুগ্রহ করে (01604) 523442 অথবা (01604) 545784
নম্বরে, ইমেল: ngh-tr.pals@nhs.net -এ রোগীর পরামর্শ ও
যোগাযোগ পরিষেবা (PALS)-এর সাথে যোগাযোগ করুন।

Northampton General Hospital NHS Trust, Cliftonville, Northampton NN1 5BD.

www.northamptongeneral.nhs.uk

যোগাযোগ বিভাগ দ্বারা ডেস্কটপ প্রকাশনা

নভেম্বর 2023

NGV2666