

प्रसव पीड़ा - सिजेरियन सेक्शन सूचना पत्र (Labour pains- Caesarean section information sheet)

इस पत्रक का उद्देश्य आपको यह बताना है कि क्या अपेक्षित है यदि/जब आप सिजेरियन सेक्शन से गुजरते हैं।



मुझे सिजेरियन सेक्शन की आवश्यकता कब हो सकती है और मुझे क्या उम्मीद करनी चाहिए?

(When might I need a Caesarean section and what should I expect?)

ऐच्छिक (योजनाबद्ध) (Elective)

यह तब होता है जब आपके सिजेरियन सेक्शन की योजना पहले से बनाई जाती है।

तैयारी: (Preparation)

आपके सिजेरियन सेक्शन से पहले:

- आप एक डॉक्टर, प्रसूति रोग विशेषज्ञ और एनेस्थेसिस्ट को देखेंगे कि क्या उम्मीद की जाए
- आपके पास नियमित निरीक्षण और रक्त परीक्षण भी होंगे ताकि यह जांचा जा सके कि आप एनीमिक नहीं हैं और यदि आपके ऑपरेशन के दौरान या बाद में आपको रक्त आधान की आवश्यकता है तो अपने रक्त समूह की पुष्टि करें।
- आपके पेट में एसिड को कम करने और बीमारी को रोकने के लिए आपको कुछ गोशियां दी जाएंगी
- सिजेरियन सेक्शन की तैयारी में आपको खाना-पीना कब बंद करना है, इसकी जानकारी दी जाएगी

कुछ प्रसूति इकाइयों में, वैकल्पिक सिजेरियन सेक्शन से गुजरने वाली महिलाओं को एक एनहांसड रिकवरी प्रोग्राम कहा जाता है, जो सर्जरी होने के बाद लोगों को अधिक तेजी से ठीक होने में मदद करने के लिए एक आधुनिक दृष्टिकोण है।

उस दिन: (On the day)

जब आप प्रसूति इकाई में जांच करते हैं, तो आप ऑपरेशन थियेटर के लिए तैयार रहेंगे:

- आपके पैरों में रक्त का थक्का बनने के जोखिम को कम करने के लिए आपको नेम बैंड और विशेष स्टॉकिंग्स दिए जाएंगे
- हम नियमित अवलोकन करेंगे
- हम जांच करेंगे कि आपके पास एक वैध सहमति फॉर्म है
- हम जांच करेंगे कि आपने अपनी पूर्व-दवा की गोशियां खा ली हैं और आपने आखिरी बार कब कुछ खाया और पिया था
- आपको और आपके जन्म साथी को थिएटर के कपड़े दिए जाएंगे

आपके सिजेरियन सेक्शन के संबंध में आपके किसी भी प्रश्न का उत्तर इस स्तर पर दिया जाएगा।

आपातकाल (अनियोजित) (Emergency)

यह तब होता है जब आपका प्रसूति विशेषज्ञ सिजेरियन सेक्शन की सिफारिश करता है, आमतौर पर जब आप पहले से ही प्रसव पीड़ा में होते हैं। यदि यह बहुत जरूरी है (आमतौर पर आपके बच्चे के साथ अचानक समस्या होने के कारण), तो कुछ तैयारियां जो हम सामान्य रूप से करते हैं, उन्हें बदल दिया जा सकता है या छोड़ भी दिया जा सकता है।

ऑपरेशन थियेटर में कौन होगा? (Who will be in the operating theatre?)

ऑपरेटिंग थिएटर में काम करने वाले बहुत से लोग हैं:

- आप एक डॉक्टर, प्रसूति रोग विशेषज्ञ और एनेस्थेसिस्ट को देखेंगे कि क्या उम्मीद की जाए
- आपके पास नियमित निरीक्षण और रक्त परीक्षण भी होंगे ताकि यह जांचा जा सके कि आप एनीमिक नहीं हैं और यदि आपके ऑपरेशन के दौरान या बाद में आपको रक्त आधान की आवश्यकता है तो अपने रक्त समूह की पुष्टि करें।
- आपके पेट में एसिड को कम करने और बीमारी को रोकने के लिए आपको कुछ गोशियां दी जाएंगी
- सिजेरियन सेक्शन की तैयारी में आपको खाना-पीना कब बंद करना है, इसकी जानकारी दी जाएगी

आपको प्राप्त होने वाले एनेस्थेसिस्टिक के प्रकार के आधार पर, आपका जन्म साथी आपके साथ ऑपरेटिंग थियेटर में शामिल हो सकता है या नहीं भी हो सकता है (नीचे देखें)।

जब मैं थिएटर में आता हूँ तो क्या होता है? (What happens when I arrive in theatre?)

स्टाफ़ का एक सदस्य थिएटर में आपकी जांच करेगा। यदि आपके पास पहले से एक नहीं है, तो हाथ या बांह पर एक प्रवेशनी डाली जाएगी ताकि एनेस्थेटिस्ट आपको तरल पदार्थ और दवा दे सके। थिएटर टीम आपके शरीर, हाथ और उंगली पर कुछ नियमित निगरानी उपकरण लगाएगी - ये चोट नहीं पहुँचाते हैं। फिर थिएटर टीम टीम परिचय पर भी काम करेगी और शुरू होने से पहले डब्ल्यूएचओ (विश्व स्वास्थ्य संगठन) द्वारा अनुशंसित एक नियमित सुरक्षा जांच सूची के माध्यम से चलेगी।

संवेदनाहारी: संवेदनाहारी के प्रकार (The anaesthetic: types of anaesthetic)

एनेस्थेटिक के दो मुख्य प्रकार हैं: आप या तो जाग रहे होंगे (क्षेत्रीय एनेस्थेटिक) या सो (सामान्य एनेस्थेटिक)।

क्षेत्रीय संवेदनाहारी (Regional anaesthetic)

यह क्या है? (What is it?)

अधिकांश माताएं प्रसव के लिए जागना पसंद करती हैं, जो आमतौर पर आपके और आपके बच्चे के लिए सुरक्षित होती है और आपको और आपके जन्म साथी को एक साथ जन्म का अनुभव करने की अनुमति देती है।

रीड की हड्डी:

- यह सबसे अधिक इस्तेमाल किया जाने वाला एनेस्थेटिक है। इसमें बहुत महीन सुई का उपयोग करके पीठ में स्थानीय संवेदनाहारी और मजबूत दर्द निवारक का इंजेक्शन शामिल है। दवा उस तरल पदार्थ में जाती है जिसमें आपकी नसें होती हैं जो आम तौर पर आपके पेट और पैरों को सनसनी देती हैं।

सीएसई (संयुक्त स्पाइनल एपिड्यूरल):

- यह तब होता है जब स्पाइनल को एपिड्यूरल के साथ जोड़ा जाता है। 'एपिड्यूरल टॉप-अप':
 - कभी-कभी आपको अपने प्रसव के दौरान सीज़ेरियन सेक्शन की आवश्यकता हो सकती है और आपके पास पहले से ही एक एपिड्यूरल हो सकता है। यदि एपिड्यूरल अच्छी तरह से काम कर रहा है, तो एनेस्थेटिस्ट आपके एपिड्यूरल में दवा इंजेक्ट करेगा।

क्या उम्मीद करें? (What to expect?)

- आपको या तो बैठने के लिए कहा जाएगा, तकिये के ऊपर झुककर या अपनी तरफ करवट लेकर, अपनी पीठ को मोड़ते हुए।
- एनेस्थेटिस्ट आपकी पीठ को ठंडे स्टेरलाइजिंग घोल से सपूरे करेगा और आपकी त्वचा को सुन्न करने के लिए आपकी पीठ के निचले हिस्से में एक स्थानीय संवेदनाहारी इंजेक्ट करेगा।
- इस बिंदु से, आपको बस अपनी पीठ पर दबाव या दबाव महसूस करना चाहिए। जब संवेदनाहारी का इंजेक्शन लगाया जा रहा है, तो आप एक पैर से नीचे जाने पर झुनझुनी महसूस कर सकते हैं, यह आमतौर पर चिंता की कोई बात नहीं है लेकिन ऐसा होने पर आपको एनेस्थेटिस्ट को बताना चाहिए। प्रक्रिया में कुछ मिनट लगेंगे
- लेकिन अगर सुई के लिए सही स्थिति खोजना मुश्किल है, तो इसमें अधिक समय लग सकता है।
- आपके नीचे और पैर गर्म और भारी लगने लगेंगे या उनमें झुनझुनी होने लगेंगी।
- ऑपरेशन शुरू होने से पहले एनेस्थेटिस्ट कोल्ड सपूरे से एनेस्थेटिक की जांच करेगा।
- कभी-कभी इंजेक्शन से आपका रक्तचाप गिर सकता है और इससे आप बीमार महसूस कर सकते हैं। कृपया इसका उल्लेख करें क्योंकि इसका इलाज दवाओं से बहुत आसानी से किया जा सकता है।

जनरल एनेस्थेटिक (General anaesthetic)

यह क्या है? (What is it?)

जब तक प्रसूति विशेषज्ञ सिजेरियन सेक्शन करते हैं, तब तक आप सो रहे होंगे। आपातकालीन सिजेरियन के लिए इसकी आवश्यकता हो सकती है जब बच्चे को बहुत तत्काल वितरित करने की आवश्यकता होती है, या यदि क्षेत्रीय संवेदनाहारी आपके लिए उपयुक्त नहीं है (रक्त के थक्के विकारों या आपकी पीठ में असामान्यताओं के कारण), यदि आप अपनी सर्जरी के दौरान दर्द का अनुभव करते हैं या यदि आप सो जाना पसंद करते हैं।

क्या उम्मीद करें? (What to expect?)

अधिकांश तैयारी एक क्षेत्रीय संवेदनाहारी के समान है। आप ऑपरेटिंग टेबल पर लेट जाएंगे जो बाईं ओर झुकी हुई है। आपको एक एंटासिड दवा पीने के लिए कहा जाएगा और आपके चेहरे पर एक टाइट फिटिंग वाला ऑक्सीजन मास्क लगाया जाएगा। एनेस्थेटिस्ट दवा को आपके कैनूला में इंजेक्ट करेगा। सोने से ठीक पहले आपको अपनी गर्दन पर हल्का दबाव महसूस होगा।

ऑपरेशन के दौरान क्या होता है और इसमें कितना समय लगेगा? (What happens during the operation and how long will it take?)

यदि आप अपने ऑपरेशन के लिए जाग रहे हैं: आप खींच और दबाव महसूस कर सकते हैं लेकिन आपको कोई दर्द महसूस नहीं करना चाहिए। कुछ महिलाओं ने इसे 'मेरे पेट के अंदर धुलाई करने' जैसा महसूस होने के रूप में वर्णित किया है। ऑपरेशन के दौरान एनेस्थेटिस्ट आपसे बात करेगा और जरूरत पड़ने पर आपको अधिक दर्द से राहत देगा। कभी-कभी एक सामान्य संवेदनाहारी की आवश्यकता होती है। बच्चे की डिलीवरी में केवल कुछ मिनट लग सकते हैं, लेकिन अगर आपके पिछले ऑपरेशन हो चुके हैं तो इसमें अधिक समय लगेगा। दाईं और/या बाल रोग विशेषज्ञ द्वारा बच्चे को सुखाया जाएगा और उसकी जांच की जाएगी। अगर सब कुछ ठीक रहा, तो हम त्वचा से त्वचा तक को प्रोत्साहित करते हैं और ऐसा करने में आपकी मदद करेंगे। जन्म के बाद, प्रसूति रोग विशेषज्ञ प्लेसेंटा को हटा देगा और घाव को बंद कर देगा। इसे पूरा होने में लगभग 30 मिनट या उससे अधिक समय लग सकता है।

सिजेरियन सेक्शन और दर्द से राहत के बाद (After the Caesarean section and pain relief)

जब संवेदनाहारी समाप्त हो जाए तो दर्द से राहत के लिए आपको सपोसिटरी दी जा सकती है। यदि आपके पास एक क्षेत्रीय संवेदनाहारी है, तो आपके रीड की हड्डी या सीएसई या एपिड्यूरल टॉप-अप में प्राप्त दवाएं कुछ घंटों तक चलती हैं। यदि आपके पास एक सामान्य संवेदनाहारी है, तो आपके पेट में कुछ नसों को सुन्न करने के लिए आपको कुछ स्थानीय संवेदनाहारी दी जा सकती है। जब ऑपरेशन समाप्त हो जाएगा तो आपको और आपके बच्चे को लगभग 30 मिनट तक नियमित निगरानी के लिए बिस्तर पर ले जाया जाएगा। यदि आप बीमार महसूस नहीं कर रहे हैं तो आपको इस बिंदु पर अपना पहला पेय लेने के लिए प्रोत्साहित किया जाएगा। दाईं आपको पेरासिटामोल जैसी गोलियां और इबुप्रोफेन जैसी एक विरोधी भड़काऊ भी दे सकती है।

आप विभिन्न प्रकार के एनेस्थेटिक्स, उनके लाभों और जोखिमों के बारे में अधिक जानकारी प्राप्त कर सकते हैं: www.labourpains.com। कृपया हमारा 'सीजेरियन सेक्शन के लिए बर्थिंग पार्टनर इंफॉर्मेशन' लीफलेट भी देखें।

