



गर्भवती होने के दौरान मुझे अनेस्थेटिस्ट (बेहोश करने वाले डॉक्टर) से क्यों भेंट करनी चाहिये?

उन महिलाओं के लिये जानकारी जिनका बॉडीमास इंडेक्स (बीएमआई), यानी वज़न ज़्यादा है।

गर्भवती होने के दौरान देखभाल का एक उद्देश्य उन महिलाओं की पहचान करना होता है जिनको बेबी के जन्म के समय ज़्यादा सहायता की आवश्यकता पड़ सकती है। इसकी संभावना तब अधिक होती है जब किसी महिला का बॉडीमास इंडेक्स (बीएमआई) ज़्यादा हो, यानी जब उनका शरीर भारी हो (बॉडीमास इंडेक्स आपके वज़न और ऊँचाई के अनुपात को कहते हैं, और यह एक उपाय है जिसके द्वारा यह देखा जा सकता है कि आपका वज़न कितना ज़्यादा है)। उदाहरण के लिये अगर आपका बॉडीमास इंडेक्स (बीएमआई) 35 से ऊपर है तो इस बात की दुगुनी संभावना है कि एक ऐसी महिला की तुलना में जिसका बीएमआई 20 से 25 के बीच है आपको सिज़ेरियन सेक्शन (पेट के ऑपरेशन) की आवश्यकता पड़ेगी (जिसके लिये आपके शरीर को सुन्न किया जाएगा जिसमें अनेस्थेटिक की आवश्यकता होगी)। इस अनुसंधान से संबंधित वैज्ञानिक दस्तावेज़ का नाम इस पुस्तिका के अंत में दिया गया है।

अधिकांश केसों में बेहतर तो यही है कि आपके शरीर के केवल एक हिस्से को सुन्न किया जाए जिसे रीजनल अनेस्थेटिक कहते हैं (इसमें रीढ़ की हड्डी या रीढ़ की हड्डी के निचले भाग में इंजेक्शन लगाया जाता है जिसे एपिड्यूरल कहते हैं) ताकि आपका सिज़ेरियन सेक्शन (पेट का ऑपरेशन किया जा सके)। इसका मतलब यह है कि आपकी कमर में इंजेक्शन लगाया जाएगा या कमर के अंदर एक नलकी लगाई जाएगी जिसके द्वारा इंजेक्शन लगाया जाएगा ताकि आपके शरीर का निचला भाग सुन्न किया जा सके। रीजनल अनेस्थेटिक यानी शरीर के केवल एक हिस्से को सुन्न करने से आप ऑपरेशन के दौरान जागी रहेंगी। ऑपरेशन के दौरान और बाद में जागते रहने से आप और आपके बेबी के लिये बहुत से लाभ हैं। कभीकभी हमें बेबी को बहुत जल्दी पेट से निकालना होता है। प्रसव (लेबर) के दौरान अगर आपकी कमर के निचले हिस्से में एपिड्यूरल (सुन्न करने का इंजेक्शन) लगाया गया और वह ठीक से काम कर रहा है तो हम प्रायः उसको सिज़ेरियन सेक्शन (पेट के ऑपरेशन) के लिये उपयोग कर सकते हैं, या अगर हमें आपके बेबी को विशेष उपकरणों की सहायता से बाहर निकालने की आवश्यकता हुई तो भी उसको उपयोग कर सकते हैं, उदाहरण के लिये फ़ोरसेप्स (चिमटी) या वेनट्यूज़ (हवा के दबाव से खींच कर)।

यदि आपका बॉडीमास इंडेक्स (बीएमआई) ज़्यादा है तो बेहोश करने की प्रक्रिया मुश्किल हो सकती है। सुन्न करने के लिये सूई लगाने की ठीक जगह तलाश करना कठिन हो सकता है और अनेस्थेटिक को ठीक से और जल्दी प्रभावी होने में भी ज़्यादा मुश्किल हो सकती है। बॉडीमास इंडेक्स (बीएमआई) ज़्यादा होने से ऑपरेशन के दौरान या ऑपरेशन के बाद बेहोश करने में भी समस्याएं पैदा हो सकती हैं (यदि आपको जनरल अनेस्थेटिक दिया गया यानी बेहोश किया गया तो ऑपरेशन के दौरान आप सोती रहेंगी)।

गर्भवती होने के दौरान अनेस्थेटिस्ट (बेहोश करने वाले डॉक्टर) से भेंट के लिये आपको एक अपाइंटमेंट दिया जा सकता है। ऐसा करने से हमें बेबी के जन्म की तिथि से पहले आपसे मुलाकात करने और आपका परीक्षण करने का अवसर मिलेगा। तब हम आपसे प्रसव (लेबर) के दौरान दर्दमार दवाओं और बेहोश करने या सुन्न करने के उपायों और आपके चयन के बारे में आपसे बात कर सकते हैं। आरामदेह वातावरण में ऐसा करना आसान रहता है, न कि तब जब आपका प्रसव शुरू हो चुका हो। प्रसव के दौरान परिस्थियां बहुत जल्दी बदल जाती हैं। इसलिये पहले से प्राप्त जानकारी के आधार पर आप बेहतर तौर पर तैयार रहेंगी।

आपसे बात करने के बाद अनेस्थेटिस्ट (बेहोश करने वाला डॉक्टर) प्रसव के दौरान आपके दर्द को कम रखने के निम्नलिखित उपायों में से किसी एक की सिफ़ारिश करेगा:

- यदि प्रसव (लेबर) के दौरान परिस्थिति सामान्य नहीं है तो आपको चाहिये कि जल्दी एपिड्यूरल (सुन्न करने का इंजेक्शन) लगवाने के बारे में सोचें, न कि कुछ देर बाद, क्योंकि बाद में स्पाइनल या एपिड्यूरल लगाने में सामान्य से अधिक समय लग सकता है।
- अनेस्थेटिस्ट (बेहोश करने वाला डॉक्टर) आपको यह सलाह दे सकता है कि प्रसव के दौरान एपिड्यूरल (सुन्न करने का इंजेक्शन) लगवाएं ताकि यदि आपको सिज़ेरियन सेक्शन (पेट के ऑपरेशन) की आवश्यकता पड़े तो आपको बेहोश न करना पड़े।



Why do I need to see an anaesthetist during my pregnancy? Information for pregnant women with a high body mass index (BMI)

HINDI

जब आपको लेबर-वार्ड (प्रसूति विभाग) में प्रवेश दिया जाए तो कृपया मिडवाइफ़ को बताएं कि आपने अनेस्थेटीस्ट से भेंट कर ली है। ऐसा करने से वहां पर ड्यूटी पर मौजूद अनेस्थेटीस्ट अपने से सीनियर अनेस्थेटीस्ट के उस प्लान को पढ़ेंगे जो उसने आपसे मुलाकात के दौरान तैयार किया था।

प्रसव के दौरान हम आपको एक एन्टेसिड (antacid) की गोली देंगे (जैसे ranitidine)। इस गोली से पेट की एसिडता (अम्लता) कम हो जाती है। यह भी अच्छा रहेगा कि प्रसव के दौरान आप किसी भी प्रकार का ठोस या चिकनाई वाला खाना न खाएं। केवल पानी या ऐसी स्पोर्ट ड्रिंक जो फ़िज़ी (झागदार) न हो वह पीना बेहतर रहेगा (उदाहरण के लिये लोकोज़ेड स्पोर्ट)।

बेबी के जन्म में बाद हमें आपको कुछ दिनों तक heparin के इंजेक्शन लगाने पड़ेंगे। इससे रक्त पतला रहता है और आपकी टांगों या छाती में रक्त के थक्के नहीं जम पाएंगे। यह समस्या प्रसव के दौरान और उसके उपरांत अधिक होती है परंतु तब और भी बढ़ जाती है जब किसी महिला का बॉडीमास इंडेक्स (बीएमआई) ज़्यादा हो। हम आपको heparin दिन में एक या दो बार देंगे।

सारांश

यदि आपका बीएमआई 35 से ऊपर है तो ज़्यादा संभावना यह है कि जिन महिलाओं का बीएमआई कम होता है उनकी तुलना में आपको बेबी के जन्म के दौरान किसी न किसी तरह की सहायता की आवश्यकता पड़ेगी।

- सामान्य रूप से बेहतर यह होता है कि बेबी के जन्म के दौरान आप जागती रहें।
- कम बीएमआई वाली महिलाओं की तुलना में आपको बेहोश करना ज़्यादा कठिन हो सकता है। इसलिये अनेस्थेटीस्ट (बेहोश करने वाले डॉक्टर) को यह काम पूर्व आयोजित करना पड़ता है।
- एपिड्यूरल (सुन्न करने का इंजेक्शन) और स्पाइनल (रीढ़ की हड्डी में इंजेक्शन लगाने) में ज़्यादा समय लगता है, और यह मुश्किल भी होता है। इसलिये प्रसव के दौरान एपिड्यूरल जल्दी लगवाना बेहतर रहेगा न कि बाद में, क्योंकि हो सकता है कि आपको सिज़ेरियन सेक्शन (पेट के ऑपरेशन) की आवश्यकता पड़े या हमें जल्दी में आपके बेबी को फ़ोरसेप्स (चिमटी) या वेन्टियूज़ (हवा के दबाव से खींच कर) बाहर निकालना पड़े।
- जब आप अपने बेबी के जन्म के लिये अस्पताल के लेबर-वार्ड में जाएं तो वहां की मिडवाइफ़ों को बताएं कि आपको उस अनेस्थेटीस्ट से मिलना है जो ड्यूटी पर मौजूद है।
- जब आपको प्रसव (लेबर) शुरू हो जाए तो बेहतर यह है कि आप ठोस या चिकनाईयुक्त खाने न खाएं।

यह पुस्तिका रॉयल बार्कशायर हॉस्पिटल के ऑब्स्टेट्रिक अनेस्थेटीस्ट ने लिखी है। इसपर पुनर्विचार करने वाली संस्था का नाम है: Information for Mothers Subcommittee of the Obstetric Anaesthetists' Association

उपसमिति में निम्नलिखित लोग शामिल हैं:

- Dr Rosie Jones (चेयरपर्सन)
- Charis Beynon (नेशनल चाइल्डबर्थ का प्रतिनिधि)
- Shaheen Chaudry (उपभोक्ताओं की प्रतिनिधि)
- Dr Rachel Collis
- Dr Rhona Hughes (रॉयल कॉलिज ऑफ़ आब्स्टेट्रिशियंस ऐंड गाइनाकोलॉजिस्ट्स का प्रतिनिधि)
- Gail Johnson (रॉयल कॉलिज ऑफ़ मिडवाइवज़ का प्रतिनिधि)
- Dr Michael Kinsella
- Dr Ratnasabapathy Sashidharan

हवाला:

Maternal obesity, length of gestation, risk of post dates pregnancy and spontaneous onset of labour at term.
British Journal of Obstetrics & Gynaecology: An International Journal of Obstetrics & Gynaecology.
Volume 115, Issue 6, Date: May 2008, Pages: 720 to 725. FC Denison, J Price, C Graham, S Wild, WA Liston.