



**గర్భిణిగా వున్నప్పుడు నేను మరియు వైద్యుని (అనేస్థటిస్ట్) ఎందుకు చూడాలి?
అధిక శరీర పరిమాణ సూచిక (బి.ఎమ్.ఐ) వున్న గర్భిణి స్త్రీలకు సమాచారం.**

గర్భిణి స్త్రీల సంరక్షణలో భాగంగా, ఎటువంటి కారణమువలనైనాగాని బిడ్డని కనేప్పుడు ఎక్కువ సహాయము అవసరమైనవారి గురించి ముందుగానే తెలుసుకోవటం. మీకు అధిక శరీర పరిమాణ సూచిక (బి.ఎమ్.ఐ) ఉండటం కూడా ఒక కారణము. (శరీర పరిమాణ సూచిక అనగా మీ ఎత్తు, బరువుకు మధ్య వున్న కొలమానము. దీని బట్టి మీరు ఎంత అధిక బరువు వున్నారో తెలుసుకొనవచ్చు). సూచనకు, మీ బి.ఎమ్.ఐ 35 కన్నా ఎక్కువైనచో, మీకు బి.ఎమ్.ఐ 20 - 25 లో ఉన్నవారికంటే సిజేరియన్ ఆపరేషను (మరియు మరియు అవసరము) రెండింటలు ఎక్కువగా వుండును. (దీని మీద పరిశోధన వున్న పత్రము యొక్క వివరాలు ఈ సమాచార పత్రిక చివర ఇవ్వబడినది. ఎక్కువగా మీరు సిజేరియన్ ఆపరేషనుకు నడుమునకు మరియు (స్పైనల్ కాని, ఎపిడ్యూరల్ కాని) తీసుకోవటము మంచిది. ఇందులో మీ నడుమునకు ఇంజెక్షను ఇవ్వటం వలన (వెన్నుపూసలోనికి ఇంజెక్షను ద్వారా కాని, లేక నడుమునకు ఎపిడ్యూరల్ గొట్టం ద్వారా కాని) మీ నడుము క్రింది భాగం మొద్దు బారును నడుమునకు మరియు ఇవ్వటంవలన మీరు ఆపరేషనుప్పుడు మెలకువగా వుండెదరు. ఇలా మెలకువగా ఉండటం మీకు, మీ బిడ్డకు ఆపరేషను జరుగుతున్నప్పుడూ, తరువాత కూడా మంచిది. కొన్ని కొన్ని సార్లు మీ బిడ్డను వీలైనంత త్వరగా బయటకు తీయవలసిరావచ్చు. మీకు పురిటి నొప్పలు తట్టుకొనుటకు చేసిన ఎపిడ్యూరల్ బాగా పనిచేయుచుంటే, దానిని సిజేరియనుకు కాని, మీ బిడ్డను ఫోర్సెప్స్ లేక వెంటూస్ (సక్షన్ కప్) సహాయముతో బయటకు తీయుటకు ఉపయోగించవచ్చు.

మీకు అధిక శరీర పరిమాణ సూచిక (బి.ఎమ్.ఐ) గనక ఉంటే, వివిధ మరియు విధానములు చేయుట కష్టమవువచ్చు. మీ నడుముకు సరైన ప్రదేశములో మరియు ఇవ్వటానికి సూదిని పెట్టటం కష్టమవువచ్చు, మరియు వెంటనే మరియు సరిగా పనిచేయటం కూడా కష్టమవువచ్చు. అధిక బి.ఎమ్.ఐ వలన పూర్తి మరియు తో ఆపరేషనుప్పుడూ, తరువాత కూడా ఇబ్బందులు కలుగవచ్చు. (పూర్తి మరియు తో మీరు ఆపరేషనుప్పుడు నిద్రలో ఉండెదరు).

మీరు గర్భవతిగా వున్నప్పుడు, ఎనస్థటిస్ట్ తో (మరియు వైద్యునితో) మాట్లాడుటకు అవకాశం కలిపించెదరు. దీని వలన బిడ్డ పుట్టే ముందు మిమ్ముల్ని కలిసి, మిమ్ముల్ని పరీక్షించే అవకాశం కలుగుతుంది. అప్పుడు మీ పురిటి నొప్పలకు, బిడ్డ పుట్టేప్పుడు అవసరమగు నొప్పి తగ్గించు మరియు విధానములను మీతో చర్చించి, ఒక ప్రణాళిక తయారుచేసుకొనవచ్చు. ఇది మీకు పురిటి నొప్పలు వస్తున్నప్పుడుకన్నా, ముందుగానే ఒత్తిడి లేని సమయములో చేయుట మంచిది. పురిటి

సమయములో చాలా పనులు ఒకేసారి జరుగుతుండటం వలన, ముందుగానే ఇలాంటి వివరాలు తెలుసుకోవటంవలన మీరు ఏమి జరుగుతుందో అర్థంచేసుకోవచ్చు.

ఈ చర్చ తరువాత, మీ మరియు వైద్యుడు ఈ క్రింది విధానములలో ఒకటి మీకు సూచించవచ్చు.

- మీ పురుడు సులువుగా లేనిచో, **ముందుగానే ఎపిడ్యురల్ తీసుకోవటం మంచిది.** లేనిచో పురుడు చివరి సమయములో సైన్ల కాని ఎపిడ్యురల్ కాని చేయటం కష్టం, మరియు ఎక్కువ సేపు పట్టవచ్చు.
- మీ మరియు వైద్యుడు మీరు పురిటి నొప్పులకు ఎపిడ్యురల్ చేయించుకోమని సూచించవచ్చు, ఎందువలననగా మీకు సిజేరియన్ అవసరమైనచో పూర్తి మరియు ఇవ్వవలసిన అవసరము కలుగకపోవచ్చు.

మీరు పురిటి నొప్పులతో ఆసుపత్రికి వచ్చినప్పుడు, మీరు మరియు వైద్యుడుని అప్పటికే కలిసినట్టు మీ మంత్రసానికి తెలియపరచండి. అందువలన ఆ రోజు వున్న మరియు వైద్యుడు, ముందుగానే మిమ్ముల్ని చూసిన మరియు వైద్యుడు సూచించిన ప్రణాళికను సంప్రదించగలరు.

మీకు పురుడు పూర్తయ్యే వరకు కడుపులో మంట తగ్గించు మాత్రలు (ర్యాంటిడిన్) ఇస్తాము. దీని వలన మీ కడుపులోని ఆమ్లముల శాతం తగ్గుతుంది పురుడు సమయములో మీరు ఎటువంటి ఆహారము తీసుకోవటం మంచిదికాదు. వట్టి మంచి నీళ్ళు కాని, గ్యాసు లేని, బలమునిచ్చు ద్రవములు (లూకోజేడ్ స్పోర్ట్) కాని త్రాగవచ్చు. కాఫీ కాని, టీ కాని త్రాగవద్దు.

బిడ్డ పుట్టిన తరువాత మీకు కొన్ని రోజులవరకు 'హెపరిన్' ఇంజక్షను ఇవ్వవలసి రావచ్చు. ఇది మీ రక్తమును పలుచన చేసి, మీ కాళ్ళలో, ఛాతీలో రక్తము గడ్డకట్టుకోకుండా నివారిస్తుంది ఇది గర్భిణీ స్త్రీలలో, ముఖ్యముగా శరీర పరిమాణ సూచిక అధికముగా వున్న స్త్రీలలో గర్భవతిగా ఉన్నప్పుడు, మరియు తరువాత ఎక్కువగా అవ్వవచ్చు. మీకు హెపరిన్ రోజులో ఒక్కసారికాని, రెండుసార్లు కాని ఇచ్చెదము.

సారాంశము:

మీ శరీర పరిమాణ సూచిక (బి.ఎమ్.ఐ) 35 కంటే ఎక్కువ వుంటే, తక్కువ శరీర పరిమాణ సూచిక వున్న వారి కంటే, బిడ్డని కనేప్పుడు ఏదో ఒక విధమైన సహాయము అవసరమవవచ్చు.

- మీరు బిడ్డని కనేప్పుడు మెలకువగా వుండటం మంచిది.
- శరీర పరిమాణ సూచిక తక్కువ వున్న గర్భిణీ స్త్రీలకంటే మీకు పూర్తి మరియు ఇవ్వటం కష్టమవవచ్చు. అందుచేత మీ మరియు వైద్యులకు ముందుగానే ఒక ప్రణాళిక అవసరమవవచ్చు.

- మీకు సైన్ల కాని, ఎపిడ్యురల్ కాని ఇవ్వటం కష్టంగా ఉండి, ఎక్కువసేపు పట్టవచ్చు. అందువలన మీకు పురిటి నొప్పులు మొదలవగానే ఎపిడ్యురల్ తీసుకొనినచో, మీకు సిజేరియన్ కాని, మీ బిడ్డని ఫోర్సెప్స్ లేక వెంటూస్ తో తొందరగా బయటకు తీయవలసి వచ్చినా, దానిని ఉపయోగించవచ్చు.
- మీరు పురిటి నొప్పులతో కాని లేక పురుడు కోసం కాని ఆసుపత్రికి వెళ్ళినచో, మీరు ఆ రోజు ఉన్న మత్తు వైద్యుడుని కలవాలని మీ మంత్రసానితో తెలపండి.
- మీకు పురుడు పూర్తయ్యే వరకు మీరు కొవ్వు పదార్థములు కాని, ఎలాంటి ఆహారము కాని తీసుకొనకపోవటం మంచిది.

Reference: (రిఫరెన్స్)

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

ఈ పుస్తకము రాయల్ బెర్క్ షైర్ ఆసుపత్రిలోని ప్రసూతి మత్తు వైద్యులచే (ఒబ్టెట్రిక్ ఎనెస్థెటిస్ట్) రచించబడినది. ఒబ్టెట్రిక్ ఎనెస్థెటిస్ట్ అసోసియేషన్ లోని ఇంఫర్మేషన్ ఫర్ మథర్స్ సబ్ కమిటీలోని సభ్యులచే కూడా సరిచేయబడినది.

ఈ సబ్ కమిటీలోని సభ్యులు ఎవరనగా:

- డా. రోసి జోన్స్ (చైర్మన్)
- ఖారిస్ బేనన్ (నేప్పల్ చైల్డ్ బర్త్ రెప్రెసింటేటివ్)
- షాహీన్ చౌదరి (కన్సుమర్ రెప్రెసింటేటివ్)
- డా. రేచల్ కొల్లిన్స్ (కన్సుల్టెంట్ ఎనెస్థెటిస్ట్)
- డా. రోనా హ్యూగ్స్ (రాయల్ కలేజ్ ఆఫ్ ఒబ్టెట్రిసియన్స్ రెప్రెసింటేటివ్)
- గేయిల్ జోన్సన్ (రాయల్ కలేజ్ ఆఫ్ మిడ్ వైఫ్ రెప్రెసింటేటివ్)
- డా. మైఖేల్ ఖిన్నెల్లా (కన్సుల్టెంట్ ఎనెస్థెటిస్ట్)
- డా. రత్నసబాపతి ససిదరన్ (కన్సుల్టెంట్ ఎనెస్థెటిస్ట్).

© Obstetric Anaesthetists' Association

Registered Charity No 1111382

www.oaaformothers.info

October 2009

అక్టోబర్ 2009