Royal College of Obstetricians & Gynaecologists

আপনার জন্য তথ্য

জুন ২০১৯-এ প্রকাশিত

যদি আপনার গর্ভের পানি/জল সঠিক সময়ের আগেই ভাঙে

এই তথ্য সম্পর্কে কিছু কথা

যদি আপনি মনে করেন বা কেউ আপনাকে বলে যে আপনার গর্ভের পানি/জল সঠিক সময়ের আগেই ভেঙেছে কিন্তু আপনার প্রসব বেদনা শুরু হয়নি, তাহলে এই তথ্য আপনার জন্য। যদি আপনার সঙ্গী, আত্মীয় বা কোনো বন্ধু এই পরিস্থিতিতে থাকেন তাহলেও এই তথ্য আপনার কাজে লাগতে পারে।

যদি গর্ভাবস্থার ২৪ সপ্তাহ পূরণ হওয়ার আগেই আপনার গর্ভের পানি/জল ভাঙে, তাহলে আপনার স্বাস্থ্যসেবা কর্মীদের সাথে ব্যক্তিগতভাবে আলোচনা করা উচিত।

মূল বিষয়বস্তু

- ৩৭ সপ্তাহ পূর্ণ হবার আগে এবং প্রসব বেদনা শুরু হওয়ার আগে গর্ভস্থ পানি/জল ভাঙলে তাকে প্রিটার্ম প্রিলেবার রাপচার অফ মেমব্রেন (পিপিআরওএম) বলা হয়।
- আপনার ক্ষেত্রে এমনটা ঘটলে আপনার নির্ধারিত সময়ের আগেই সন্তান প্রসবের সম্ভাবনা বৃদ্ধি পায় এবং সেক্ষেত্রে আপনার ও আপনার শিশুর সংক্রমণ হওয়ার সম্ভাবনা বেড়ে যায়, যার কারণে আপনারা দুজনেই অসুস্থ হয়ে পড়তে পারেন।
- সংক্রমণের ঝুঁকি কমানোর জন্য এবং গর্ভাবস্থা অব্যাহত রাখার জন্য আপনাকে অ্যান্টিবায়োটিকের একটা কোর্স খেতে বলা হবে।
- যদি আপনার মধ্যে সংক্রমণের কোনো লক্ষণ দেখা না দেয় এবং আপনার জরায়ুর (গর্ভাশয়) মধ্যে শিশুর বিকাশ ভালোভাবে হতে থাকে, তাহলে গর্ভাবস্থা ৩৭ সপ্তাহ পর্যন্ত চালিয়ে যাওয়াই ভালো। সংক্রমণের কোনো লক্ষণ দেখা দিচ্ছে কিনা সেদিকে খেয়াল রাখার জন্য আপনার স্বাস্থ্যসেবা দল আপনাকে নিবিড় পর্যবেক্ষণে রাখবে এবং সেক্ষেত্রে আপনার নিজস্ব পরিস্থিতি ও পছন্দ-অপছন্দ বিবেচনা করা হবে।
- যদি আপনার বা আপনার শিশুর মধ্যে সংক্রমণের কোনো লক্ষণ দেখা দেয় অথবা অন্য কোনো জটিলতা তৈরি হয়, তাহলে হয়তো আপনাকে অবিলম্বে শিশুকে জন্ম দিতে হবে।

আপনাকে আপনার স্বাস্থ্য এবং চিকিৎসা ও পরিচর্যার বিকল্পগুলো আরও ভালোভাবে বুঝতে সাহায্য করাই হল হলো লক্ষ্য/ উদ্দেশ্য। আপনার স্বাস্থ্যসেবা দল আপনাকে নিজের জন্য সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে সাহায্য করবে। তারা আপনার পরিস্থিতি নিয়ে আলোচনা করে এবং আপনার প্রশ্নের উত্তর দিয়ে আপনাকে সাহায্য করতে পারেন।

এই লিফলেটে আমরা 'মহিলা/নারী' এবং মহিলারা/নারীরা' এই পরিভাষাগুলো ব্যবহার করতে পারি। তবে এই লিফলেটে শুধুমাত্র সেই ব্যক্তিদের জন্য নয় যারা নিজেদের মহিলা বা নারী হিসেবে পরিচয় দেন। আপনার জেন্ডার/লিঙ্গ পরিচিতি যাই হোক না কেন, আপনার পরিচর্যা আপনার জন্য উপযুক্ত, অন্তর্ভুক্তিমূলক এবং আপনার প্রয়োজনের প্রতি সংবেদনশীল হওয়া উচিত।

মেডিক্যাল/ ডাক্তারি পরিভাষার একটি শব্দকোষ RCOG এর ওয়েবসাইটে উপলব্ধ রয়েছে:

https://www.rcog.org.uk/for-the-public/a-z-of-medical-terms/.

প্রিটার্ম প্রিলেবার রাপচার অফ মেমব্রেন (পিপিআরওএম) কাকে বলে?

আপনার জরায়ুতে (গর্ভাশয়ে) অ্যামনিওটিক থলির মধ্যে আপনার শিশুকে ঘিরে গর্ভের পানি/জল (অ্যামনিওটিক ফ্লুইড) থাকে।

গর্ভের পানি/জল ভাঙাকে রাপচার অফ মেমব্রেন বা ঝিল্লি ছিঁড়ে যাওয়াও বলা হয়। সাধারণত প্রসব বেদনা শুরু হওয়ার সময় বা তার ঠিক আগে গর্ভের পানি/জল ভাঙে। যদি গর্ভাবস্থার ৩৭ সপ্তাহের আগে এবং প্রসব বেদনা শুরু হওয়ার আগে আপনার গর্ভের পানি/জল ভাঙে তাহলে তাকে প্রিটার্ম প্রিলেবার রাপচার অফ মেমব্রেন (পিপিআরওএম) বলা হয়। প্রতি ১০০ জন গর্ভবতী নারীর মধ্যে ৩ জন পর্যন্ত (৩%) তিন জন নারীর ক্ষেত্রে এটা ঘটতে পারে। সময়ের আগে ভূমিষ্ঠ প্রতি ১০ জন শিশুর মধ্যে, ৩ থেকে ৪ জনের পিপিআরওএম এর কারণে অকাল প্রসব হয়ে থাকে।

পিপিআরওএম এর সঠিক কারণ সবসময় জানা না গেলেও এটা সংক্রমণ, প্লাসেন্টাতে সমস্যা বা অন্য কোনো কারণে ঘটতে পারে।

কীভাবে জানবেন আপনার গর্ভের পানি/জল ভেঙেছে কিনা?

আপনি হয়ত খেয়াল করবেন যে বেশ খানিকটা পানি/জল বেরিয়ে এসেছে বা আপনি ভেজা বোধ করতে পারেন। নির্গত পানির জলের পরিমাণ কয়েক ফোঁটা থেকে শুরু করে বেশ খানিকটা হতে পারে।

এক্ষেত্রে আপনি কী করবেন?

যদি আপনার মনে হয় যে আপনার যোনী থেকে পানি/জল বের হচ্ছে, তাহলে একটা প্যাড ব্যবহার করুন তবে ট্যাম্পন ব্যবহার করবেন না এবং পানির/জলের রঙ এবং পরিমাণ লক্ষ্য করুন। গর্ভাবস্থা চলাকালীন প্রস্রাব লিক করা স্বাভাবিক কিন্তু আপনার যদি মনে হয় যে আপনার পানি/জল ভেঙেছে, তাহলে আপনার স্বাস্থ্যসেবা কর্মীদের সাথে যোগাযোগ করা উচিত এবং তৎক্ষণাৎ হাসপাতালে গিয়ে পরীক্ষা করানো উচিত।

হাসপাতালে কী করা হবে?

সেখানে আপনাকে পরীক্ষা করা হবে এবং নিম্নোক্তগুলি অন্তর্ভুক্ত থাকবে:

- কী ঘটছে সেটা নিয়ে স্বাস্থ্যসেবা কর্মী আপনার সাথে আলোচনা করবেন, যেমন পানি/জল বের হওয়ার বিশদ বিবরণ, আপনি কেমন বোধ করছেন, এই পর্যন্ত আপনার গর্ভাবস্থা কেমন ছিল এবং আপনার পিপিআরওএম বা সময়ের আগে শিশু প্রসবের ঝুঁকি আছে কিনা (উদাহরণস্বরূপ, আপনি আগে যখন গর্ভধারণ করেছিলেন তখন এমনটা ঘটে থাকলে সেটা আবার ঘটার সম্ভাবনা থাকে)

- আপনার সাধারণ স্বাস্থ্য পরীক্ষা করা হবে, যেমন আপনার শরীরের তাপমাত্রা, নাড়ির স্পন্দন এবং রক্তচাপের মাপ
- আপনার গর্ভের শিশুর হৃদস্পন্দন পর্যবেক্ষণ করা হবে

কীভাবে পিপিআরওএম হয়েছে কিনা নির্ণয় করা হয়?

পিপিআরওএম হয়েছে কিনা নির্ণয় করার সবচেয়ে ভালো উপায় হল যোনিপথ পরীক্ষা করা। আপনার অনুমতি নিয়ে, আপনার স্বাস্থ্যকর্মী একটি জীবাণুমুক্ত স্পেকুলামের (এটি একটি যন্ত্র যার সাহায্যে যোনিপথ প্রসারিত করা হয়) সাহায্যে আপনার জরায়ুমুখ পর্যবেক্ষণ করবেন এবং নির্গত পানি/জল বাহির হলেই অ্যামনিওটিক ফ্লুইড কিনা তা নিশ্চিত করবেন।

- স্পেকুলামের সাহায্যে পরীক্ষা করার পরেও যদি পানি/জল ভেঙেছে কিনা তা নিশ্চিত হওয়া না যায় তাহলে নির্গত পানির /জলের সোয়াব টেস্ট করা হতে পারে।

- আল্ট্রাসাউন্ড স্ক্যানের সাহায্যে গর্ভের শিশুকে ঘিরে অ্যামনিওটিক ফ্লুইডের পরিমাণ অনুমান করাও এক্ষেত্রে সহায়ক হতে পারে।

এরপরে কী হবে?

যদি আসলেই আপনার পানি/জল ভাঙে, তাহলে আপনাকে কয়েকদিন হাসপাতালে থাকতে বলা হতে পারে এবং কিছু ক্ষেত্রে হয়ত আরো বেশি সময় থাকতে হতে পারে। সংক্রমণের লক্ষণ রয়েছে কিনা দেখার জন্য আপনাকে এবং আপনার গর্ভস্থ শিশুকে নিবিড় পর্যবেক্ষণে রাখা হতে পারে। এর জন্য নিয়মিতভাবে আপনার শরীরের তাপমাত্রা, রক্তচাপ এবং নাড়ির স্পন্দন মাপা হবে, একই সাথে কোনো সংক্রমণ আছে কিনা দেখার জন্য আপনার রক্ত

পরীক্ষা করা হবে। নিয়মিতভাবে আপনার গর্ভের শিশুর হৃদস্পন্দন মাপা হবে।

যদি আপনার পানি/জল না ভেঙে থাকে, তাহলে আপনি বাড়িতে যেতে পারবেন।

যদি খুব অল্প পরিমাণ অ্যামনিওটিক ফ্লুইড বের হয়, তাহলে সেটা অনেক সময় পরীক্ষার মাধ্যমে বোঝা যায় না এবং আসলেই পানি ভেঙেছে কিনা তা নিশ্চিত করা যায় না। বাড়িতে ফেরার পরও যদি পানি নির্গত বাহির হতে থাকে তাহলে আরো পরীক্ষার জন্য আপনাকে আবার হাসপাতালে ফিরে যেতে হবে।

আমার ও আমার শিশুর উপর পিপিআরওএম এর কী প্রভাব পড়তে পারে?

সংক্রমণ

অ্যামনিওটিক থলি গর্ভের শিশুর চারপাশে প্রতিরক্ষামূলক আবরণ গঠন করে এবং এই থলির ঝিল্লি ছিঁড়ে গেলে জরায়ুতে সংক্রমণের (কোরিওঅ্যামনিওনাইটিস) ঝুঁকি থাকে। যদি আপনার সংক্রমণ হয়, তাহলে নির্দিষ্ট সময়ের আগেই আপনার প্রসব বেদনা শুরু হতে পারে অথবা আপনার গর্ভস্থ শিশুর সেপসিস হতে পারে।

সংক্রমণের কিছু উপসর্গ হল জ্বর, দুর্গন্ধযুক্ত যোনিস্রাব নির্গত হওয়া, হৃদস্পন্দনের গতি বেড়ে যাওয়া এবং তলপেটে ব্যথা। আপনার শিশুর হৃদস্পন্দনের গতিও স্বাভাবিকের চেয়ে দ্রুত হতে পারে।

যদি সংক্রমণের উপসর্গ দেখা দেয়, তাহলে হয়ত আপনাকে তৎক্ষণাৎ শিশুকে প্রসব করতে হবে, যাতে আপনি ও আপনার শিশু আরও অসুস্থ না হয়ে পড়েন।

সঠিক সময়ের আগেই শিশুর জন্মগ্রহণ

পিপিআরওএম হয়েছে এমন নারীদের মধ্যে ৫০% নারীরই সাধারণত পানি/জল ভাঙার এক সপ্তাহের মধ্যে প্রসব বেদনা শুরু হয়। গর্ভকাল যতো বেশি হবে, পানি/জল ভাঙার এক সপ্তাহের মধ্যে প্রসব বেদনা শুরু হওয়ার সম্ভাবনা ততো বেশি।

সঠিক সময়ের আগে শিশুর জন্মগ্রহণের সাথে সম্পর্কিত সমস্যাসমূহ

সময়ের আগে জন্মগ্রহণ করলে শিশুদের স্বাস্থ্য সমস্যার ঝুঁকি বৃদ্ধি পায় বিশেষ করে শ্বাস-প্রশ্বাস নেওয়া ও খাওয়ার সমস্যা হয় এবং সংক্রমণ হতে পারে, সেই সাথে শিশুকে নবজাতক বিভাগে (নিওন্যাটাল ইউনিট) ভর্তি করার প্রয়োজন হতে পারে শিশুর জন্ম সঠিক সময়ের যতো বেশি আগে হবে, এগুলো হওয়ার সম্ভাবনা তত বেশি বৃদ্ধি পাবে।

যদি আপনার গর্ভের পানি/জল সময়ের আগেই ভাঙে, তাহলে আপনার স্বাস্থ্যকর্মী আপনি কত সপ্তাহ গর্ভবতী এবং আপনার নিজস্ব পরিস্থিতির ভিত্তিতে আপনার শিশুর কী ঘটার সম্ভাবনা রয়েছে তা নিয়ে আপনার সাথে আলোচনা করবেন।

অন্যান্য যে বিরল জটিলতাগুলো হতে পারে সেগুলি হল:

- নাড়ী স্থানচ্যুত হওয়া (কর্ড প্রল্যাপ্স): এক্ষেত্রে নাড়ী জরায়ুমুখ থেকে যোনীতে বেরিয়ে আসে। এটা একটা সংকটময় জটিলতা যা আপনার শিশুর জীবনকে ঝুঁকিতে ফেলতে পারে, তবে এটা সাধারণত ঘটে না।
- পালমোনারি হাইপোপ্লাসিয়া: এক্ষেত্রে শিশুর ফুসফুসের চারপাশে যথেষ্ট পরিমাণ পানি/জল না থাকার কারণে ফুসফুসের সঠিকভাবে বিকাশ হয় না। গর্ভাবস্থার প্রথম দিকে (সাধারণত ২৪ সপ্তাহের আগে), শিশুর ফুসফুস সবে যখন তৈরি হচ্ছে তখন পানি/জল ভাঙলে শিশুর পালমোনারি হাইপোপ্লাসিয়া হতে দেখা যায়।

- গর্ভফুল বিচ্ছিন্ন হওয়া (প্লাসেন্টাল অ্যাবরাপশন): এক্ষেত্রে সঠিক সময়ের আগেই গর্ভফুল (প্লাসেন্টা) গর্ভাশয় থেকে বিচ্ছিন্ন হয়ে যায়। এই কারণে প্রচুর রক্তক্ষরণ হতে পারে এবং এটা আপনার এবং আপনার শিশুর জন্য বিপজ্জনক হতে পারে।

অনেক সময়, গর্ভের শিশু এই পরিস্থিতিতে বাঁচে না। যদি আপনার গর্ভের পানি খুব আগে ভাঙে, শিশু নির্ধারিত সময়ের অনেক আগে জন্মগ্রহণ করে অথবা কিছু ক্ষেত্রে, শিশু যদি সংক্রমণ হওয়ার বা নাড়ী স্থানচ্যুত হওয়ার পরে জন্মায়, তাহলে এই ঝুঁকি আরো বৃদ্ধি পায়

পিপিআরওএম এর কি কোনো চিকিৎসা আছে?

বেরিয়ে যাওয়া পানি/জল প্রতিস্থাপন করা অথবা আপনার শিশুকে ঘিরে থাকা ঝিল্লির ছিদ্র মেরামত করা সম্ভব নয়। যেহেতু অ্যামনিওটিক ফ্লুইড অনবরত তৈরি হতে থাকে তাই গর্ভাবস্থার বাকি সময়েও পানি/জল নির্গত হতে থাকতে পারে।

তবে আপনার শিশুর ঝুঁকি কমাতে চিকিৎসা প্রদান করা হবে। যার মধ্যে থাকবে:

- অ্যান্টিবায়োটিক ট্যাবলেটের একটা কোর্স: এটা জরায়ুর সংক্রমন এবং আপনার ও আপনার শিশুর অসুস্থ হওয়ার ঝুঁকি কমায়। আপনার প্রসব বেদনা শুরু হওয়া বিলম্বিত করতেও অ্যান্টিবায়োটিক সাহায্য করতে পারে
- স্টেরয়েড ইনজেকশনের (কর্টিকোস্টেরয়েড) একটা কোর্স: এটা আপনার শিশুর সঠিক বিকাশে সাহায্য করবে এবং সময়ের আগে শিশুর জন্মগ্রহণ সম্পর্কিত সমস্যাগুলি হওয়ার সম্ভাবনা কমাতে সাহায্য করবে। RCOG রোগীদের জন্য তথ্য দেখুন: অকাল প্রসবজনিত জটিলতা হ্রাস করার জন্য গর্ভাবস্থায় কর্টিকোস্টেরয়েড https://www.rcog.org.uk/guidance/browse-all-guidance/green-top-guidelines/antenatal-corticosteroids-to-reduce-neonatal-morbidity-and-mortality-green-top-guideline-no-74/.
- ম্যাগনেসিয়াম সালফেট: যদি আপনার শিশুর সময়ের আগেই জন্মগ্রহণের ঝুঁকি থাকে, তবে শিশুর সেরিব্রাল পলসিতে আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা কমানোর জন্য এই ওষুধটা আপনাকে দেওয়া হতে পারে।
- সরাসরি শিরায় অ্যান্টিবায়োটিক প্রদান করা (সময়ের আগে প্রসব বেদনা শুরু হওয়ার ক্ষেত্রে): এতে নবজাতকের জন্মের সাথে সাথে গ্রুপ বি স্ট্রেপটোকক্কাস সংক্রমণে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি কমে। RCOG রোগীদের জন্য তথ্য দেখুন: গর্ভাবস্থায় ও নবজাতকদের মধ্যে গ্রুপ বি স্ট্রেপ্টোকক্কাস (জিবিএস)। https://www.rcog.org.uk/for-the-public/browse-all-patient-information-leaflets/group-b-streptococcus-gbs-in-pregnancy-and-newborn-babies/

আমাকে কি হাসপাতালে থাকতে হবে?

পানি/জল ভাঙার পর আপনাকে কয়েকদিন হাসপাতালে থাকতে বলা হতে পারে, যাতে আপনার এবং আপনার গর্ভস্থ শিশুর সার্বিক সুস্থতা পর্যবেক্ষণ করা যায়।

এরপরে যদি আপনি সুস্থ থাকেন এবং আপনার সময়ের আগে শিশু প্রসব করার ঝুঁকি কম থাকে, তাহলে বাড়ি/বাসায় যাওয়া নিয়ে আপনার স্বাস্থ্যসেবা কর্মীরা আপনার সাথে আলোচনা করবেন।

বাড়িতে গেলে কোন ক্ষেত্রে আমার স্বাস্থ্যকর্মীদের সাথে যোগাযোগ করা উচিত?

বাড়িতে যাওয়ার আগে আপনার স্বাস্থ্যসেবা কর্মী আপনাকে বলে দেবেন যে কোন উপসর্গগুলোর দিকে লক্ষ্য রাখতে হবে। নিচের যেকোনো উপসর্গ দেখা দিলেই আপনাকে স্বাস্থ্যকর্মীর সাথে যোগাযোগ করতে হবে এবং তৎক্ষণাৎ হাসপাতালে ফিরে যেতে হবে:

- জ্বর
- ফ্লু এর মতো উপসর্গ দেখা দেওয়া (জ্বর জ্বর ভাব এবং কাঁপুনি)
- যোনিপথে রক্তপাত
- নির্গত পানি যদি সবুজাভ রঙের অথবা দুর্গন্ধযুক্ত হয়
- জরায়ুর সঙ্কোচন (কনট্রাকশন) বা পেটে খিল ধরা ব্যথা
- পেটে বা পিঠে ব্যথা
- যদি আপনি চিন্তিত হন যে শিশু স্বাভাবিক ভাবে নড়াচড়া করছে না

আমাকে এরপরে কী চিকিৎসা করাতে হবে?

আপনার স্বাস্থ্যসেবা কর্মী নিয়মিতভাবে আপনাকে পরীক্ষা করবেন (সাধারণত সপ্তাহে এক বা দুই বার)। এই পরীক্ষার সময় আপনার শিশুর হৃদস্পন্দন দেখা হবে, সেই সাথে আপনার শরীরের তাপমাত্রা, নাড়ির স্পন্দন ও রক্তচাপ মাপা হবে এবং আপনার সংক্রমণের লক্ষণ আছে কিনা দেখার জন্য রক্ত পরীক্ষা করা হবে। আপনার প্রসূতিবিদ আপনার সাথে মিলে আপনার গর্ভাবস্থার জন্য একটি পরিকল্পনা প্রস্তুত করবেন।

পিপিআরওএম আপনার এবং আপনার পরিবারের জন্য তীব্র মানসিক চাপ তৈরি করতে পারে। গর্ভাবস্থায় এবং নবজাতকের জন্মের পর আপনাকে মানসিক/আবেগিক সহায়তা দেওয়া প্রয়োজন। আপনার মানসিক অবস্থা নিয়ে চিন্তিত বোধ করলে, স্বাস্থ্যসেবা কর্মী অথবা সাপোর্ট গ্রুপের কাছ থেকে সহায়তা নিন (নীচে দেওয়া লিঙ্কগুলো দেখুন)।

শিশুকে জন্ম দেওয়ার সঠিক সময় কোনটা?

যদি আপনি ও আপনার শিশু সুস্থ থাকেন এবং আপনাদের মধ্যে সংক্রমণের কোনও লক্ষণ না দেখা যায়,তাহলে আপনাকে ৩৭ সপ্তাহ পর্যন্ত অপেক্ষা করার পরে শিশু প্রসব করার পরামর্শ দেওয়া হতে পারে। কারণ, শিশু গর্ভের মধ্যে থাকলে তার অকালে জন্মগ্রহণ সংক্রান্ত ঝুঁকিগুলো হ্রাস পায়।

আপনি যদি গ্রুপ বি স্ট্রেপ্টোকক্কাস (জিবিএস) ব্যাকটেরিয়ার বাহক হন তাহলে আপনাকে ৩৪ সপ্তাহ হওয়ার পরে জন্ম দেওয়ার পরামর্শ দেওয়া হতে পারে, কারণ আপনার শিশুর জিবিএস সংক্রমণ হওয়ার ঝুঁকি থাকে। RCOG রোগীদের জন্য তথ্য দেখুন: গর্ভাবস্থায় ও নবজাতকদের মধ্যে গ্রুপ বি স্ট্রেপটোকক্কাস (জিবিএস) l https://www.rcog.org.uk/for-the-public/browse-all-patient-information-leaflets/group-b-streptococcus-gbs-in-pregnancy-and-newborn-babies/ l

আপনার স্বাস্থ্যসেবা কর্মী আপনার স্বতন্ত্র পরিস্থিতি আর পছন্দ-অপছন্দের ভিত্তিতে কখন শিশু প্রসব করবেন সেটা নিয়ে আপনার সাথে আলোচনা করবেন। আপনার গর্ভাবস্থা ও জন্মদানের প্রস্তুতি নিয়ে কোনো প্রশ্ন থাকলে, আপনি সেগুলো জিজ্ঞেস করার সুযোগ পাবেন।

পিপিআরওএম হলে আমি কি শিশুকে স্বাভাবিকভাবে প্রসব করতে পারবো?

পিপিআরওএম হলেও প্রায়ই শিশুকে স্বাভাবিকভাবে প্রসব করা সম্ভব হয়, তবে সেটা আপনার প্রসব বেদনা শুরু হওয়ার সময়, জরায়ুতে শিশু কোন অবস্থানে রয়েছে এবং আপনার নিজস্ব পরিস্থিতি ও পছন্দ-অপছন্দের উপর নির্ভর করে। আপনার স্বাস্থ্যসেবা কর্মী আপনার সাথে এটা নিয়ে আলোচনা করবেন।

ভবিষ্যৎ গর্ভধারণের উপর এর কী প্রভাব পড়তে পারে?

পিপিআরওএম হওয়া বা যথা সময়ের আগেই শিশুকে জন্ম দেওয়ার অর্থ হল ভবিষ্যতে গর্ভধারণের সময় আপনার অকাল প্রসবের ঝুঁকি বৃদ্ধি পাবে। আপনাকে একটা বিশেষজ্ঞ দলের পরিচর্যায় থাকতে বলা হবে যারা আপনার সাথে আলোচনা করে আপনার পরিস্থিতির ভিত্তিতে আপনার গর্ভাবস্থার জন্য একটি পরিকল্পনা ঠিক করবেন।

শারীরিক পরীক্ষা সম্পর্কে

স্ত্রীরোগ, ধাত্রী এবং প্রসূতি যত্নের প্রকৃতি এমনই যে প্রায়ই শারীরিক পরীক্ষা করার প্রয়োজন হয়। এর জন্য আপনার পেট এবং যোনীর অভ্যন্তরীণ পরীক্ষা করা হতে পারে।

আমরা বুঝি যে কিছু নারীর, বিশেষত যারা ট্রমা এবং শারীরিক বা যৌন নির্যাতনের সম্মুখীন হয়েছেন তাদের জন্য এই ধরনের পরীক্ষাগুলো খুব কঠিন হতে পারে। আপনাকে সহানুভূতিশীল এবং আপনার জন্য উপযুক্ত সেবা প্রদান করাই আপনার স্বাস্থ্যসেবা কর্মীদের দায়িত্ব। আপনি যদি শারীরিক পরীক্ষা করাতে না চান, তাহলে তারা সেটার বিকল্পগুলো নিয়ে আপনার সাথে আলোচনা করবেন।

আপনার যে শারীরিক পরীক্ষাগুলো করা হবে সেগুলো আপনাকে বিশদভাবে বুঝিয়ে বলার পরে স্বাস্থ্যসেবা কর্মীরা এই পরীক্ষাগুলো করার জন্য আপনার কাছে অনুমতি চাইবেন। আপনি চাইলে পরীক্ষার সময় একজন সঙ্গীকে আপনার সাথে উপস্থিত থাকতে দেওয়া উচিত। সঙ্গী হিসেবে আপনার জীবনসঙ্গী, পরিবারের সদস্য, বন্ধু অথবা আপনার মনোনীত কোনো আস্থাভাজন ব্যক্তি অথবা একজন স্বাস্থ্যসেবা কর্মী আপনার সাথে থাকতে পারেন।

পরীক্ষার আগে, চলাকালীন বা পরে আপনি যদি অস্বাচ্ছন্দ্য, উদ্বেগ, মনোকষ্ট বা ব্যথা বোধ করেন, তবে দয়া করে আপনার স্বাস্থ্যসেবা কর্মীদের জানাবেন, কারণ তারা আপনাকে সহায়তা করার জন্যই রয়েছেন।

যদি এই বিষয়ে কথা বলতে আপনি অস্বস্তি বোধ করেন, তাহলে আপনি আপনার অনুভূতি লিখে অথবা আপনার সাথে যে ব্যক্তি সঙ্গী হিসেবে রয়েছেন তার মাধ্যমে জানাতে পারেন।

শারীরিক পরীক্ষার সময় যেকোনো মুহূর্তে আপনি আপনার স্বাস্থ্যসেবা কর্মীকে সেটা থামাতে বলতে পারেন।

আরও তথ্য

লিটিল হার্টবিটস: https://www.little-heartbeats.org.uk/

Group B Strep Support (GBSS): https://gbss.org.uk/

SANDS: https://www.sands.org.uk/

Sepsis trust: https://sepsistrust.org/

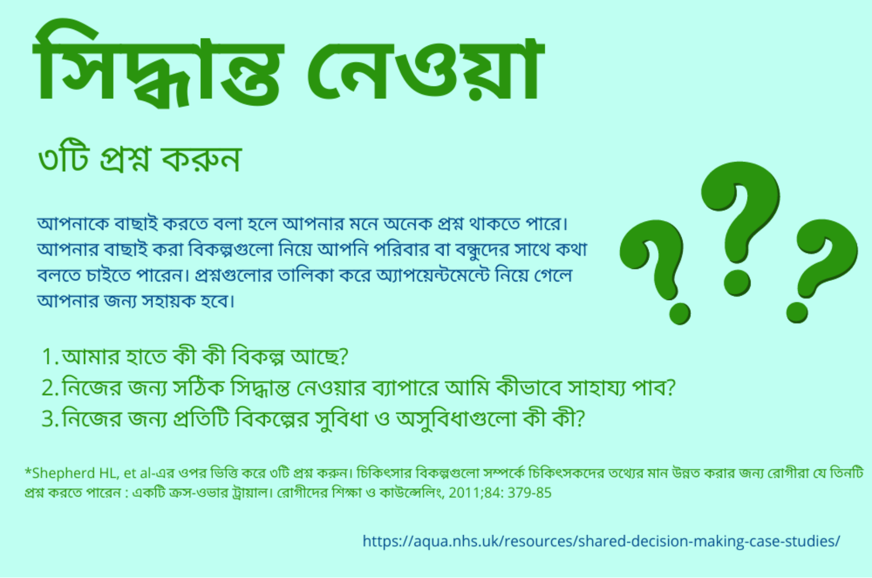
Birth Trauma Association: https://www.birthtraumaassociation.org.uk/

NICE গাইডলাইন: অকাল প্রসব এবং জন্মদান (https://www.nice.org.uk/guidance/ng25)

RCOG গ্রীন-টপ গাইডলাইন নং ৭৩, গর্ভধারণরে ২৪+০সপ্তাহরে পরে সম্ভাব্য পপিআিরওএম এ আক্রান্ত নারীদরে যত্ন। https://www.rcog.org.uk/guidance/browse-all-guidance/green-top-guidelines/care-of-women-presenting-with-suspected-pretm-prelabour-rupture-of-membranes-from-24plus0-weeks-of-gestation-green-top-guideline-no-73/

RCOG রোগীদরে জন্য তথ্য: গর্ভাবস্থার শষে দকিে নাড়ীর স্থানচ্যুতি (কর্ড প্রোল্যাপ্স) (https://www.rcog.org.uk/for-the-public/browse-all-patient-information-leaflets/umbilical-cord-prolapse-in-late-pregnancy-patient-information-leaflet/)

সিদ্ধান্তগ্রহণ



সূত্র এবং স্বীকৃতিসমূহ

এই তথ্য RCOG-র পেশেন্ট ইনফরমেশন কমিটি কর্তৃক তৈরি করা হয়েছে। এটা RCOG Green-top Guideline No. 73, Care of Women Presenting with Suspected Preterm Prelabour Rupture of Membranes from 24+0 Weeks of Gestation (২০১৯ সালের জুনে প্রকাশিত) এর ভিত্তিতে রচিত। এই নির্দেশিকায় আমাদের ব্যবহৃত প্রমাণগুলোর উৎসের একটা সম্পূর্ণ তালিকা রয়েছে। এটা অনলাইনে এই লিঙ্কে পাবেন: https://www.rcog.org.uk/guidance/browse-all-guidance/green-top-guidelines/care-of-women-presenting-with-suspected-preterm-prelabour-rupture-of-membranes-from-24plus0-weeks-of-gestation-green-top-guideline-no-73/