

اہم نکات

- قبل از وقت وضع حمل سے مراد وہ وضع حمل ہے جو 37 ہفتے کے حمل سے پہلے ہو۔ اتنی جلدی پیدا ہونے والے بچے تاحیات رہنے والے یا جان لیوا عوارض کے حامل ہو سکتے ہیں۔
- قبل از وقت وضع حمل کے اشارے اور علامات کے بارے میں جانیں۔ اگر آپ کو ان میں سے کوئی ایک بھی اشارہ یا علامت محسوس ہو، تو اپنے لیے نگہداشتِ صحت فراہم کرنے والے معالج کو کال کریں۔
- اگر آپ کو قبل از وقت وضع حمل ہو رہا ہے، تو بلا تاخیر مدد حاصل کریں۔

قبل از وقت وضع حمل کے اشارے اور علامات کیا ہیں؟

کسی مرض کے اشارے سے مراد وہ چیزیں ہیں جو آپ کے بارے میں کوئی دوسرا شخص دیکھ سکتا ہے یا اس کے متعلق معلوم کر سکتا ہے، جیسا کہ جلد پر کوئی نشان یا کھانسی آنا۔ علامات وہ چیزیں ہیں جو آپ خود محسوس کرتی ہیں اور دوسرے ان کو نہیں دیکھ سکتے، جیسا کہ گلے کی سوزش یا چکر آنا۔

اگر آپ کو 37 ہفتے کے حمل سے قبل ان میں سے کوئی علامات یا شکایات محسوس ہوں، تو ہو سکتا ہے کہ آپ کو قبل از وقت وضع حمل ہو رہا ہو:

- آپ کی اندام نہانی سے آنے والی رطوبت میں تبدیلی (زیادہ پتلی، رطوبت والی یا خون آلود ہونا) یا اندام نہانی کے انزال میں عمومی سے زیادہ اضافہ۔
- پیٹھ یا پیٹ کے نچلے حصے میں ایسا دباؤ، جیسا کہ آپ کا بچہ نیچے آ رہا ہے۔
- کمر کے نچلے حصے میں مسلسل، ہلکا درد۔
- اسپہال یا اس کے بغیر پیٹ میں اینٹھن ہونا۔
- پیٹ میں مسلسل یا تھوڑے تھوڑے وقفے کے بعد ہونے والا سکڑاؤ جس میں پیٹ اتنا سخت ہو جائے جیسا کہ بند مٹھی۔ یہ سکڑاؤ درد کے ساتھ بھی ہو سکتا ہے اور درد کے بغیر بھی۔
- بچے کے ارد گرد والی جھلیوں کا پھٹ جانا۔

اگر آپ کے خیال میں آپ کو قبل از وقت وضع حمل ہو رہا ہے تو آپ کو کیا کرنا چاہیے؟

اگر قبل از وقت وضع حمل کی ایک بھی علامت یا شکایت موجود ہو، تو اپنے لیے نگہداشتِ صحت فراہم کرنے والے/والی معالج کو فوری طور کال کریں۔ اگر آپ کو قبل از وقت وضع حمل ہو رہا ہے، تو بلا تاخیر مدد حاصل کریں۔

جب آپ کا/کی معالج آپ کو دیکھے گا/گی، تو ممکن ہے وہ آپ کا اندرونی معائنہ اور اندام نہانی کے اندر سے الٹراساؤنڈ کر کے یہ دیکھے کہ وضع حمل کی تیاری کے لیے آپ کی سروکس کی موٹائی کم ہونا شروع ہو گئی ہے اور وہ کھلنا شروع ہو گئی ہے۔ آپ کا سروکس، رحم (بچہ دانے) کا بیرونی حصہ ہوتا ہے جو اندام نہانی (پیدائشی راستے) کے اوپری سرے پر واقع ہوتا ہے۔ اندام نہانی کے اندر سے کیے جانے والا الٹراساؤنڈ پیٹ کے باہر سے کرنے کی بجائے اندام نہانی کے اندر سے کیا جاتا ہے۔ معمول کے الٹراساؤنڈ کی طرح، اس میں بھی آواز کی لہروں اور کمپیوٹر کی مدد سے بچے کی ایک تصویر بنائی جاتی ہے۔ اگر سکڑاؤ پیدا ہو رہے ہیں، تو آپ کا/کی معالج یہ دیکھے گا/گی کہ وہ کتنی قوت سے پیدا ہو رہے ہیں اور کتنی کتنی دیر کے بعد ہو رہے ہیں۔ یہ جاننے کے لیے کہ آپ کو واقعی وضع حمل ہو رہا ہے وہ آپ کے مزید ٹیسٹ بھی کر سکتا/سکتی ہے۔

اگر آپ کو قبل از وقت وضع حمل ہو رہا ہے، تو آپ کا/کی معالج اس کو روکنے یا آپ کے بچے کی صحت کو اس کے پیدا ہونے سے پہلے بہتر بنانے کے لیے آپ کو علاج فراہم کر سکتا/سکتی ہے۔ اپنے/اپنی معالج سے بات کر کے دیکھیں کہ آپ کے لیے کونسا علاج بہتر ہو سکتا ہے۔

کیا آپ کے لیے قبل از وقت وضع حمل کا اندیشہ ہے؟

یہ کوئی بھی یقین سے نہیں کہہ سکتا کہ قبل از وقت وضع حمل کی وجہ کیا ہوتی ہے، لیکن کچھ چیزیں ایسی ہیں جن کی وجہ سے آپ میں دوسری خواتین کی نسبت جلد وضع حمل ہونے کا امکان زیادہ ہو جاتا ہے۔ ان کو رسک فیکٹرز (وہ عوامل جو کسی چیز کے امکان یا خطرے کو بڑھا دیتے ہیں) کہا جاتا ہے۔ قبل از وقت وضع حمل کا امکان بڑھانے والے بہت سے عوامل ہیں، لیکن مندرجہ ذیل تین قبل از وقت وضع حمل کا امکان بڑھانے میں سب سے اہم کردار ادا کرتے ہیں:

1. آپ کو ماضی میں قبل از وقت ولادت (پری ٹرم برتھ) ہوئی ہو۔
2. آپ کو کثیر التعداد (دو، تین یا زیادہ بچوں والا) حمل ہو۔
3. آپ کو رحم یا سروکس کے ساتھ اس وقت مسئلے درپیش ہوں یا ماضی میں مسائل کا سامنا کرنا پڑا ہو۔

دیگر خطرے کے عوامل میں تمباکو نوشی اور حمل کے دوران نگہداشت کا حاصل نہ ہونا شامل ہیں۔ امکانات کو بڑھانے والے تمام عوامل کے متعلق معلوم کریں اور اپنے/اپنی معالج سے دریافت کریں کہ قبل از وقت وضع حمل کے امکانات کو کم کرنے کے لیے آپ کیا کچھ کر سکتی ہیں۔