NHS

کورونا وائرس: بچہ کی پیدائش کی منصوبہ بندی کرنا

آپ کی اور آپ کے بچہ کی عافیت ہماری سب سے اولین ترجیح ہے اور ہم نجی اور محفوظ بنیادوں پر میٹرنیٹی سروسز (زچگی خدمات) کو یقینی بنانے کے لئے اپنی تمام تر کوشش کر رہے ہیں۔

اگر آپ اپنی یا اپنے نامولود بچہ کی صحت کے بارے میں فکر مند ہوں تو، براہ کرم اپنی مڈوائف (دائی) یا میٹرنیٹی ٹیم سے رابطہ کریں۔

کورونا وائرس پینڈیمک (وبائی مرض) کے دوران بھی بچہ کی پیدائش کا تجربہ اپنی جگہ پوری اہمیت رکھتا ہے۔ قطع نظر کہ آپ کو کورونا وائرس ہوا ہے یا نہیں، ایک محفوظ اور مثبت طور پر پیدائش کا تجربہ حاصل کرنے کے لیے آپ کی معاونت ہونی چاہئے۔

آپ مندرجہ ذیل توقعات کر سکتے ہیں:

- آپ کے ساتھ احترام اور وقار کے ساتھ سلوک کیا جائے
- آپ کی پسند کے مطابق ایک شریک پیدائش کا ہونا
- درد سے نجات کے آپشنز (اختیارات) کی رسائی آپ کو حاصل ہونا
- اپنے بچہ کی پیدائش کے بارے میں باخبر فیصلے کرنا
- میٹرنیٹی اسٹاف (عملہ زچگی) سے واضح اور شفاف طور پر بات چیت کرنا
- کسی ایسے انتظام کے تحت اپنے بچہ کی پیدائش کی منصوبہ بندی کرنا جو آپ کے لیے مناسب ترین ہو
- جس حد تک ممکن ہو متحرک ہونا اور اپنی ترجیحی پوزیشن میں بچہ جنم دینا۔

پیدائش کے ایک اچھے تجربہ کے لیے مناسب منصوبہ بندی کرنے سے خود اپنے آپ کو تیار محسوس کرنے کیلئے مدد ملے گی۔ ہم آپ کی حوصلہ افزائی کریں گے کہ آپ پیدائش کے لیے جو بھی طریقہ منتخب کریں اس کی منصوبہ بندی کو دستاویز کریں کیونکہ میٹرنیٹی ٹیم اسی کے زیر قیادت کام کرے گی تاکہ اس کی رہنمائی میں آپ کی انفرادی ضروریات پوری کی جا سکیں اور آپ کی دیکھ بھال کو یقینی بنایا جاسکے۔

میٹرنیٹی سروسز (زچگی خدمات) میں عارضی تبدیلیاں

موجودہ حالات کے تحت آپ اور آپ کے بچہ کی حفاظت کے لیے موجودہ حالات کے تحت میٹرنیٹی سروسز (زچگی خدمات) میں چند عارضی تبدیلیاں لانا ضروری ہوسکتی ہیں۔

اس کی وجہ یہ ہے کہ ہوسکتا ہے کہ ہمارے پاس میٹرنیٹی اسٹاف (عملہ زچگی) کی دستیابی کم ہوجائے۔ متعلقہ مقامی میٹرنیٹی سروسز (زچگی خدمات) میں عائد ہونے والی عارضی تبدیلیوں کے بارے میں اطلاع اور معلومات آپ کو متعلقہ مڈوائف (دائی) یا میٹرنٹی ٹیم سے حاصل کرنا چاہیئے۔ آپ کی متعلقہ مقامی میٹرنیٹی سروسز (زچگی خدمات) کی کوئی ویب سائیٹ یا سوشل میڈیا پیج پر بھی ہونا چاہیئے جو کہ باقاعدگی سے اپڈیٹ ہوتا ہو۔ متعلقہ مقامی میٹرنیٹی سروسز (زچگی خدمات) کو کسی بھی عارضی تبدیلیوں سے متعلق فیصلے، خواتین اور ان کی فیملیز کے ساتھ باہمی شراکت سے کرنا چاہئیں۔ اس کو مقامی میٹرنیٹی وائسز پارٹنرشپ کے ذریعے انجام دیا جاسکتا ہے۔

اگر آپ کو ممکنہ یا مصدقہ طور پر کورونا وائرس ہوگیا تو

جیسا کہ ابھی تک اس بات کا کوئی ثبوت نہیں ہے کہ کورونا وائرس ہونے کے باعث آپ کے ہاں پیدائش ویجائنل (فطری) ہوگی یا سیزرین ہوگی۔ اگر آپ کو ممکنہ یا مصدقہ طور پر کورونا وائرس کی علامات ہوتی ہیں، جس میں درجہ حرارت اور ایک نئی یا مستقل کھانسی شامل ہو، تو آپ کو یہ مشورہ دیا جائے گا کہ آپ کسی آبزٹیٹرک یونٹ میں اپنی زچگی کرائیں۔ یہ اس لئے ہے کہ زچگی کی ٹیم آپ کی اور آپ کے بچہ کی انتہائی نگہداشت اور نگرانی کرسکتی ہے اور اگر ضرورت پیش آئے تو فوری دیکھ بھال کر سکتی ہے۔

میٹرنیٹی یونٹ میں ایک مخصوص جگہ پر آپ کی نگہداشت کی جائے گی تاکہ آپ اور ہماری خدمات کے صارف یا اس کے لیے کام کرنے والے ہر شخص کو جہاں تک ممکن ہو محفوظ رکھا جاسکے۔

آپ دیکھیں گی کہ مڈوائف (دائی) اور میٹرنیٹی ٹیم نے حفاظتی لباس پہنے ہوئے ہیں، جیسے آپرن، ماسک یا آئی-پروٹیکشن (حفاظتی چشمے)۔ یہ اقدامات آپ کی حفاظت، آپ کے بچہ اور آپ کی نگہداشت پر معمور اسٹاف (عملہ) کی حفاظت کرتے ہیں، اور انفیکشن پھیلنے کے خطرے کو کم کرتے ہیں۔

Royal College of Obstetricians & Gynaecologists

THE ROYAL COLLEGE OF MIDWIVES

MATERNITY VOICES PARTNERSHIPS

NHS

کورونا وائرس:
بچہ کی پیدائش کی منصوبہ بندی کرنا

اس بات کی تجویز نہیں کی جاتی کہ آپ برتھنگ پول میں لیبر یا بچہ کی پیدائش کریں، کیونکہ پانی میں پھو(اجابت)، جو کہ کبھی کبھی بچہ کی پیدائش کے دوران ہو جاتی ہے، آپ کے بچہ یا آپ کی نگہداشت کرنے والے عملہ کو کورونا وائرس لگنے کا باعث بن سکتی ہے۔ پیدائش کے بعد، اپنے بچہ کو معمول کے مطابق اسکن-ٹو-اسکن (گود میں لینے) کیلئے آپ کی حوصلہ افزائی کی جائے گی، ماسوائے یہ کہ آپ کا بچہ بیمار ہو اور اسے نیونیٹل یونٹ میں نگہداشت کی ضرورت ہو۔

بچہ کو اسکن-ٹو-اسکن گود میں لینا بچہ کو گرم رکھتا ہے، ان کی سانسوں کو منظم کرتا ہے، قربت قائم کرنے اور بچوں کا فیڈ لینا (دودھ پینا) سیکھنے میں مددگار ہوتا ہے۔ اس بات کا کوئی ثبوت نہیں ہے کہ کروناوائرس آپ کی چھاتی کے دودھ کے ذریعہ آپ کے بچے میں منتقل ہو سکتا ہے۔ اپنی چھاتی کا دودھ پلانے کے جس قدر فوائد اور تحفظ بچوں کو حاصل ہیں، وہ دودھ کے ذریعے کورونا وائرس کی منتقلی کے کسی بھی ممکنہ خطرے سے کہیں زیادہ ہیں۔

اگر آپ کو کسی بھی موقع پر سوالات یا خدشات ہوں تو براہ کرم اپنی مڈوائف (دائی) یا میٹرنیٹی ٹیم سے رابطہ کریں۔

بچہ کی پیدائش کہاں کی جائے

اگر آپ اور آپ کا بچہ خیریت سے ہو، تو عموماً گھر میں یا فری-اسٹینڈنگ یا مڈوائفری-قیادت کے حامل یونٹ یا برتھ سینٹر کا آپ اپنے بچہ کی پیدائش کیلئے انتخاب کرسکتی ہیں۔ نیشنل انسٹی ٹیوٹ برائے ہیلتھ اینڈ کیئر ایکسیلینس گائیڈنس (www.nice.org.uk) کے تحت طے کردہ یہ انتظام کئی خواتین کے لئے ایک محفوظ آپشن (انتخاب) ہے۔ اگر آپ کے ساتھ حمل کی پیچیدگیاں ہوں، تو بچہ کی پیدائش (زچگی) کے لیے آپ کو کسی آبزٹیٹرک یونٹ میں جانے کا مشورہ دیا جاسکتا ہے۔ پیدائش (زچگی) کے وقت کسی مڈوائف (دائی) کا آپ ساتھ ہونا ہمیشہ ضروری ہے۔

کوروناوائرس کے وبائی مرض کے دوران، ممکن ہے کہ بعض میٹرنیٹی سروسز (زچگی خدمات) گھر پر پیدائش کی خدمات فراہم نہ کرسکیں، یا مڈوائفری لیڈ یونٹ میں پیدائش (زچگی) کا آپشن نہ دے سکیں۔ مقامی عارضی تبدیلیاں صرف، حفاظتی اقدامات کی تفصیلی تشخیص اور دیگر تمام متبادل آپشنز (اختیارات) کا جائزہ لینے کے بعد ہی، طے اور عمل میں لائی جاتی ہیں۔ میٹرنیٹی سروسز (زچگی خدمات) مناسب عملہ موجود ہونے اور ضرورت پڑنے پر ایمبولینس کی دستیابی پر انحصار کرتی ہیں، تاکہ آپ اور آپ کے بچہ کو محفوظ رکھ سکیں۔ اگر ان سہولیات کی ضمانت نہیں دی جاسکتی ہو اور آپ کے مقامی میٹرنیٹی سروسز (زچگی خدمات) سے متعلق عارضی تبدیلیاں لائی جا چکی ہوں، تو آپ کی مڈوائف (دائی) یا میٹرنیٹی ٹیم متبادل آپشنز (انتخابات) سے متعلق آپ سے بات کرے گی۔

آپ بچہ کی پیدائش کا انتظام کس جگہ پلان کرسکتی ہیں کے آپشنز سے متعلق (تاحال) معلومات کے لیے اپنی مڈوائف (دائی) یا میٹرنیٹی ٹیم سے رابطہ کریں۔

پیدائش کے وقت ساتھی اور ملاقاتی

ہم یہ اچھی طرح جانتے ہیں کہ لیبر کے دوران آپ کے ساتھ کسی معتبر ساتھی کے موجود ہونے سے لیبر اور پیدائش کے دوران خواتین کی حفاظت اور ان کی فلاح و بہبود میں بہت فرق پڑتا ہے۔

آپ کی لیبر اور بچہ کی پیدائش ہونے کے دوران آپ کے ساتھ کسی شریک ساتھی کو ساتھ رکھنے کی حمایت اور معاونت کی جائے گی، بشرطیکہ ان کو کورونا وائرس کی علامات نہ ہوں۔ اگر آپ کے پہلے منتخب فرد میں علامات پائی جائیں تو اس صورت میں، آپ کے خیال میں آپ کسی اور فرد سے اپنا برتھ پارٹنر بننے کے لیے پوچھیں گی۔

یہ فرد کوئی دوست، خاندان کا کوئی فرد یا کوئی بھی مددگار ہوسکتا ہے، لیکن اس شرط کے ساتھ کہ ان کو کوئی علامات نہ ہوں۔ یہ انتہائی اہم ہے کہ دیگر خواتین اور بچوں اور آپ کی نگہداشت پر معمور اسٹاف (عملے) کے افراد کی حفاظت کو یقینی بنایا جائے۔

اگر پیدائش کے لیے آپ کا کوئی انتظام ہے یا آپ کو ایمرجنسی سیزیرین درپیش ہے، تو میٹرنیٹی ٹیم آپ کے ساتھی کو آپریٹنگ تھیٹر میں موجود رہنے کی اجازت دینے کے لیے ہر ممکن کوشش کرے گی۔ یہ ایک خطرہ ہوتا ہے جس کا مقامی طور پر جائزہ لیا جاتا ہے اور ہمیشہ ایسا ہونا ممکن نہیں ہو سکتا، خصوصاً جہاں حفاظت سے متعلق مخصوص خدشات ہوں، یا آپ یا آپ کا ساتھی امکانی یا مصدقہ طور کروناوائرس کے حامل ہوں۔ اس بارے میں آپ کی مڈوائف (دائی) یا میٹرنیٹی ٹیم آپ کے ساتھ تبادلہ خیال کرے گی اور آپ کو باخبر رکھے گی۔

میٹرنیٹی یونٹ میں معمول کی اینٹیل اپائنمنٹس (قبل پیدائش متعلقہ تقرریاں، بشمول اسکین) میں ملاقاتیوں کے لیے محدود ہو سکتی ہیں۔ اینٹینیٹل یا پوسٹنیٹل مقامات پر وزیٹرز (ملاقاتیوں) کو آنے کی محدود طور پر یا بالکل اجازت نہیں دی جاسکتی، تاکہ آپ اور آپ کے بچہ کو، دیگر خواتین اور ان کے اہل خانہ اور میٹرنیٹی اسٹاف (زچگی کے عملے) کو جہاں تک ممکن ہو سکے محفوظ رکھنے کے لئے تاکہ سماجی فاصلہ رکھنے کی ضرورت کو یقینی طور پر برقرار رکھا جاسکے۔ اگر آپ کو اضافی مدد کی ضرورت ہے یا ترجمانی خدمات کی رسائی درکار ہو، تو آپ کی مڈوائف (دائی) یا میٹرنیٹی ٹیم آپ کے ساتھ مل کر اس کی منصوبہ بندی کرے گی۔

مزید معلومات اور مشاورت کے لیے ذیل لنک وزٹ کریں:
www.nhs.uk/pregnancy-and-coronavirus