



پوسٹ پارٹم ہیمرج کی روک تھام

Prevention of Postpartum Hemorrhage (PPH)

دنیا بھر میں ہر منٹ ایک عورت حمل اور زچگی کی پیچیدگیوں کا علاج نہ ہو سکنے کی وجہ سے مر جاتی ہے۔ جس میں 22 سے 25 فیصد اموات کی وجہ خون کا ضیاع ہے۔ خصوصاً زچگی کے بعد یعنی پی پی ایچ (PPH)۔

بین الاقوامی اداروں کی ان تھک ریسرچ اور تجربے سے ثابت ہو چکا ہے کہ زچگی کے تیسرے مرحلہ میں فوری موثر اقدام سے پی پی ایچ کو بہت حد تک روکا جاسکتا ہے۔ بشرطیکہ زچگی کے وقت عورت کو صحت کے تربیت یافتہ کارکن اور فوری موثر عمل کی بنیادی سہولیات موجود ہوں۔



ICM



WHO



FIGO

زچگی کے تیسرے مرحلہ میں فوری موثر اقدام

Active Management of Third Stage of Labor (AMTSL)

(بچہ کی پیدائش کے بعد خون کے ضائع ہونے سے بچاؤ کے لئے)

بچے کی پیدائش کے بعد خون بہنا یعنی Post Partum Hemorrhage (PPH) کی تعریف:-
بچے کی پیدائش کے بعد فرج یعنی و جانکا سے 500 ملی لیٹر (تقریباً دو کپ) سے زیادہ خون بہہ جانے کو، پوسٹ پارٹم ہیمیرج Post partum Hemorrhage یعنی پی پی ایچ کہتے ہیں۔
چاہے آنول باہر آجکی ہو یا اندر ہی ہو۔

پی پی ایچ کے بارے میں چند حقائق:-

• پی پی ایچ کی سب سے بڑی وجہ بچے کی پیدائش کے بعد رحم کا ڈھیلا پن یعنی سکڑنے کی طاقت میں کمی (atony) ہے۔

• پی پی ایچ کے بارے میں ہمیشہ پیشین گوئی نہیں کی جاسکتی لیکن فوری موثر اقدام لینے سے اس سے بچاؤ ممکن ہے۔

• جس عورت کو پہلے ہی سے anemia یعنی خون کی کمی ہو اس کے لئے تھوڑا سا خون بہہ جانا بھی جان لیوا ثابت ہو سکتا ہے۔

فوری موثر اقدام (AMTSL) کا مقصد اور نتیجہ:-

- رحم کے ڈھیلا پڑنے (atony) کو روکنا تاکہ پی پی ایچ نہ ہو

- کافی ثبوت موجود ہے کہ ان اقدام سے atony سے ہونے والے پی پی ایچ

میں 60 فیصد تک کمی ہو جاتی ہے۔

فوری موثر اقدام (AMTSD) کے مراحل :-

— بچے کی پیدائش کے فوراً بعد رحم کو سکڑنے کی طاقت دینے والی
(uterotonic) دواؤں کا استعمال۔

— ناز وکواصیاط سے آہستہ آہستہ نیچے کھینچنے کا عمل تاکہ آنول کو باہر آنے میں
مدد ملے یعنی (CCT) Controlled cord traction۔

— رحم کو پیٹ پر سے مخالف سمت میں اوپر کی طرف نرمی سے دھکیلنے کا عمل تاکہ رحم
باہر نہ آجائے یعنی Counter traction of the uterus

— آنول کے خارج ہونے کے بعد پیٹ پر سے رحم کی مالش (uterine massage)
تاکہ رحم سکڑا رہے اور ڈھیلا نہ پڑنے پائے۔

فوری موثر اقدام (AMTSL) کے فوائد:

- زچگی کے تیسرے مرحلے کا دورانِ نیکم ہو جاتا ہے۔
- زیادہ خون ضائع نہیں ہوتا۔
- پی پی ایچ کا خطرہ کم ہو جاتا ہے۔
- پی پی ایچ کی وجہ سے ایمرجنسی علاج (EmOC) کی ضرورت کم ہو جاتی ہے۔
- عورت کو خون دینے (Blood Transfusion) کی ضرورت کم ہو جاتی ہے۔

فوری موثر اقدام (AMTSL) کی ضروریات:

- ضروری ادویات (Uterotonic drugs) اور سرج کی ہر وقت موجودگی۔
- زچگی کے وقت ایک ایسے تربیت یافتہ کارکن کی موجودگی جو:
- صحیح مشاہدہ اور معائنہ کر سکے۔

فوری موثر اقدام (AMTSD) کے مراحل:-

— بچے کی پیدائش کے فوراً بعد رحم کو سکڑنے کی طاقت دینے والی
(uterotonic) دواؤں کا استعمال۔

— ناز و کو اھیٹا ط سے آہستہ آہستہ نیچے کھینچنے کا عمل تاکہ آنول کو باہر آنے میں
مدد ملے یعنی (CCT) Controlled cord traction۔

— رحم کو پیٹ پر سے مخالف سمت میں اوپر کی طرف نرمی سے دھکیلنے کا عمل تاکہ رحم
باہر نہ آجائے یعنی Counter traction of the uterus

— آنول کے خارج ہونے کے بعد پیٹ پر سے رحم کی مالش (uterine massage)
تاکہ رحم سکڑا رہے اور ڈھیلا نہ پڑنے پائے۔

فوری موثر اقدام (AMTSL) کے فوائد:

- زچگی کے تیسرے مرحلہ کا دورانہ کم ہو جاتا ہے۔
- زیادہ خون ضائع نہیں ہوتا۔
- پی پی ایچ کا خطرہ کم ہو جاتا ہے۔
- پی پی ایچ کی وجہ سے ایمرجنسی علاج (EmOC) کی ضرورت کم ہو جاتی ہے۔
- عورت کو خون دینے (Blood Transfusion) کی ضرورت کم ہو جاتی ہے۔

فوری موثر اقدام (AMTSL) کی ضروریات:

- ضروری ادویات (Uterotonic drugs) اور سرنج کی ہر وقت موجودگی۔
- زچگی کے وقت ایک ایسے تربیت یافتہ کارکن کی موجودگی جو:
- صحیح مشاہدہ اور معائنہ کر سکے۔

- انجکشن دے سکے۔

- ناڈوکونٹروول میں کر کے آنول کونزری سے کھینچ کر نکالنے کی صلاحیت رکھتی ہو۔

نوٹ :- بہتر ہے کہ ایک تربیت یافتہ مددگار کارکن موجود ہو جو بچے کو سنبھال سکے۔ اور

ہنگامی صورت میں اسکوسانس لینے میں مدد دے سکے۔

فوری موثر اقدام (AMTSL) کی تیاری:

جیسے ہی زچگی کا دوسرا مرحلہ شروع ہو تو جراثیم سے پاک صرف ایک مرتبہ استعمال

والی (Disposable) سرنج میں 10 یونٹ اوکسی ٹوسن (oxytocin) بھر لیں۔ اسکے

بعد سرنج کی سوئی کا ڈھکنا واپس لگا کر تیار رکھیں۔

طریقہ کار:

• بچے کی پیدائش کے فوراً بعد ماں کے پیٹ کا معائنہ کر کے یقین کر لیں کہ اندر اور

بچہ تو نہیں ہے۔

• ماں کو Oxytocin کا تیار شدہ انجکشن ران کے سامنے والے پٹھے میں لگائیں۔

اس دوا کا دو سے تین منٹ کے اندر اثر ہو جاتا ہے۔ اور رحم سکڑ جاتا ہے۔

• بچے کو جلدی سے صاف کپڑے سے خشک کر کے ناڈوکالے بغیر ماں کے پیٹ پر رکھ

دیں تاکہ بچے کو ماں سے گرمی ملتی رہے۔ اور تو لیے یا نرم کمبل سے ڈھک دیں۔

اگر بچے کو سانس لینے میں مشکل ہو یا رنگت نیلی یا بھیگی ہو تو فوراً ناڈو (cord)

طے شدہ طریقے سے باندھ کر اور کاٹ کر تولیہ میں لپیٹ کر بچے کو مددگار کارکن کو

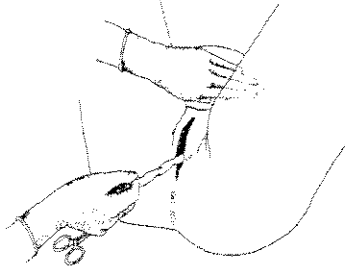
دے دیں، جو سانس لینے میں بچے کو ہنگامی مدد فراہم کر سکے۔

• اب ناڑو پر مضبوط اور نرم کھنچاؤ نیچے کی طرف (controlled cord traction)

اور رحم پر نرم دباؤ اوپر کی طرف (counter traction of the uterus) کا مندرجہ ذیل عمل شروع کریں۔

- ناڑو کو ماں کے وجائنا کے پاس خاص اوزار یعنی (clamp) سے پکڑیں اور ناڑو کو بیچ میں رکھتے ہوئے اوزار کو دونوں طرف سے انگلیوں سے پکڑیں۔
- ناڑو کو ہلکا سا تناؤ دیکر رکھیں اور دوسرا ہاتھ ماں کے پیٹ پر رکھ کر رحم کے سکڑنے (contraction) کا انتظار کریں۔

- جب رحم سکڑنے لگے تو دوسرے ہاتھ سے ماں کے پیٹ پر ناف سے نیچے ہاتھ رکھ کر اوپر کی طرف دھکیلیں تاکہ رحم الٹ کر باہر نہ آجائے۔



(نیچے کی طرف ناڑو کا کھنچاؤ اور رحم پر اوپر کی طرف نرم دباؤ)

controlled traction and counter traction of the uterus

- جب رحم سخت اور گول ہو جائے اور ناڑو لمبا ہونے لگے تو اس کا مطلب ہے کہ آنول خارج ہونے کے لئے تیار ہے۔ آہستہ سے ناڑو کو مضبوطی سے پکڑ کر

زمی سے نیچے کی طرف کھینچیں تاکہ آنول کو باہر آنے میں مدد مل سکے
اگر نازو زیادہ لمبا ہو جائے تو ماں کے جسم کے قریب رہنے کے لئے نازو کو اوزار
(clamp) پر پیٹ لیں۔

- ساتھ ساتھ دوسرے ہاتھ سے پیٹ پر سے رحم کو اوپر کی طرف دھکیلتی رہیں۔
- اگر آنول 30 سے 40 سینڈ میں باہر نہیں آتی تو نازو کو کھینچنا بند کر دیں اور آہستہ
سے پکڑے رہیں پیٹ کے اوپر ہاتھ رکھ کر رحم کے دوبارہ سکڑنے کا انتظار
کریں۔

- جب رحم دوبارہ سکڑ کر گول ہو جائے تو controlled cord traction اور
counter traction of the uterus کا مندرجہ بالا عمل دوہرائیں۔

کورڈ کو کھینچنے اور رحم کو اوپر کی طرف دھکیلنے سے پہلے یہ یقین کر لیں کہ رحم سکڑا ہوا
ہے۔ اور سخت گولے کی مانند ہے

- آنول باہر آنے کے بعد فوراً پیٹ پر سے رحم کی ماش (Massage) کریں
جب تک وہ سکڑ نہ جائے۔

- معائنہ کرتی رہیں کہ ماش ختم کرنے کے بعد رحم دوبارہ ڈھیلا یا نرم تو نہیں
پڑ گیا اگر ایسا ہو جائے تو ماش کے ذریعے رحم کو سکینے کا عمل جاری رکھیں۔
- آنول اور جھلیوں کا معائنہ کریں کہ وہ مکمل ہیں۔

اس پورے عمل کے دوران ماں کا خیال رکھیں اور تسلی دیں۔

فوری موثر اقدام میں استعمال ہونیوالی دوائیں جن سے رحم سکڑتا ہے

دوا کا نام	فائدے	کمزوریاں
اوکسی ٹوسن (Oxytocin) انجکشن	- فوری موثر اقدام کے لئے موزوں ترین دوا - انجکشن لگنے کے 2 سے 3 منٹ کے اندر رحم کو سکیر دیتی ہے۔ - عام طور پر کوئی جانبی اثرات نہیں ہوتے۔	- ارگو میٹرن سے زیادہ مہنگی ہے - صرف انجکشن سے دی جاسکتی ہے - گرمی سے اس کا اثر کم ہو جاتا ہے
ارگو میٹرن (Ergometrine) انجکشن	- کم قیمت ہے - اثر 2 سے 4 گھنٹے تک رہتا ہے۔	- انجکشن لگنے کے 2 سے 7 منٹ بعد اثر ہوتا ہے۔ - رحم سکڑ کر پھر ڈھیلا نہیں پڑتا۔ اس لئے بعض اوقات رحم کے اندر آنول علیحدہ ہونے کے باوجود پھنس کر رہ جاتی ہے - بلڈ پریشر بڑھنا، اللٹیاں اور سردرد اس کے جانبی اثرات ہیں۔ - جسکو بڑھے ہوئے بلڈ پریشر یا دل کی تکلیف ہوا سے نہیں دی جاسکتی۔ - گرمی سے اس کا اثر کم ہو جاتا ہے۔

<p>- اس سے بلڈ پریشر بڑھ جانے کا امکان ہوتا ہے۔</p> <p>- الٹیاں اور سر کا درد اس کے جانبی اثرات ہیں۔</p> <p>- گرمی سے اس کا اثر کم ہو جاتا ہے۔</p>	<p>- انہیں دونوں فائدے ہیں یعنی</p> <p>- اوکسی ٹوسن (oxytocin) کی طرح جلد اثر کرتی ہے اور</p> <p>ارگو میٹرن کی طرح زیادہ دیر تک اثر باقی رہتا ہے۔</p>	<p>سٹو میٹرن (syntometrine; انجکشن (- سین اور ارگو میٹرن کا مرکب)</p>
<p>- اثر انداز ہونے کے لئے انجکشن کے مقابلے میں نسبتاً زیادہ وقت لگتا ہے۔</p> <p>- اکثر اس کے استعمال سے جسم میں کچلی طاری ہو جاتی ہے</p>	<p>- منہ کے ذریعے (گل کر یا زبان کے نیچے رکھ کر) یا پاخانے کے راستے (Rectum) دی جا سکتی ہے۔</p> <p>- کم قیمت ہے۔</p> <p>- گرمی سے اثر کم نہیں ہوتا</p> <p>- اسٹور کرنا آسان ہے</p>	<p>میزہ پروسٹل (Misoprostol) گولیاں</p>

For SOGP
Razia Korejo
JPMC
Karachi.
Tel: 021-9201351

For MAP
Imtiaz Kamal
36-C, Street 14,
D.H.A. Phase 5
Karachi 75500.
Tel: 021-5341597-8