the women's
the royal women's hospital
victoria australia

حمل کے شروع میں درد اور خون آنا

حمل کے شروع میں خون آنے پر عورتوں کو بہت پریشانی ہو سکتی ہے لیکن اس کا ہمیشہ یہ مطلب نہیں ہوتا کہ آپ کا حمل گر رہا ہے۔ ایسا ہر چار عورتوں میں سے **تقریباً** ایک کے ساتھ ہوتا ہے اور ایسی بہت سی عورتیں آگے چل کر صحتمند بچے کو جنم دیتی ہیں۔

حمل کے شروع میں خون آنا

اگر اسقاط حمل (حمل گرنے) کی وجہ سے خون آ رہا ہو ایسا کوئی علاج یا تھراپی نہیں ہے جو اسقاط حمل کو روک سکتی ہو۔ تاہم پھر بھی یہ بہت اہم ہے کہ آپ کسی طبی کارکن سے ملیں۔ اگر آپ کو لوتھڑوں والا بہت زیادہ خون آ رہا ہو اور ساتھ اینٹھن والے درد اٹھ رہے ہوں تو آپ کو فوری نگہداشت کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ دوسری صورت میں آپ اپنے جنرل پریکٹیشنر (جی پی) یا ابتدائی حمل میں جائزے کی سروس (Early Pregnancy Assessment Service) سے ملاقات کا وقت لے سکتی ہیں۔

ایکٹوپک (رحم سے باہر) حمل کی وجہ سے بھی خون آنے اور درد کا مسئلہ ہو سکتا ہے۔ ایکٹوپک حمل اسے کہتے ہیں کہ حمل رحم سے باہر بڑھ رہا ہو – بالعموم فلوپیئن ٹیوب میں۔ تمام حملوں میں سے ایک سے دو فیصد حمل ایکٹوپک ہوتے ہیں اور علاج کے بغیر ایکٹوپک حمل آپ کی صحت اور اولاد پیدا کرنے کی صلاحیت پر شدید اثرات چھوڑ سکتا ہے۔ اگر آپ کو شدید درد کا سامنا ہو تو کسی طبی کارکن سے ملنا بہت اہم ہے۔

حمل کے شروع میں خون آنے کی دوسری وجوہات

اکثر و بیشتر کوئی وجہ نہیں ملتی اور حمل نارمل طور پر جاری رہتا ہے۔ کبھی کبھار الٹراساؤنڈ میں خون کا لوتھڑا نظر آتا ہے جس سے اشارہ ملتا ہے کہ حمل کے سیک (جس تھیلی میں جنین بڑھتا ہے) کے گرد کچھ خون بہتا رہا ہے، اسے کبھی کبھار امپلانٹیشن بلیڈنگ (حمل ٹھہرنے پر خون نکلنا) کہتے ہیں۔

حمل سے بالکل تعلق نہ رکھنے والی بعض دوسری وجوہ پر غور کرنے کی بھی ضرورت ہو سکتی ہے جیسے غیرمضر بڑھی ہوئی نسیج یا بافت، انفیکشن یا سرویکس (رحم کے دہانے) میں تبدیلیاں۔ اگر حمل نارمل دکھانے والے سکین کے بعد خون آنا جاری رہے یا بعد میں پھر خون آئے تو یہ اہم ہے کہ دوسری ممکنہ وجوہ کا پتہ چلانے کے لیے آپ کا معائنہ کیا جائے۔

اگر حمل کے شروع میں خون آنے کے نتیجے میں اسقاط حمل نہ ہو تو اس سے آپ کے بچے کو کوئی نقصان نہیں پہنچے گا۔

حمل کے شروع میں خون آنے پر ٹیسٹ

جب آپ اپنے جی پی یا ابتدائی حمل میں جائزے کی سروس کے پاس جائیں گی تو آپ کو مندرجہ ذیل ٹیسٹوں میں سے کوئی ایک یا تمام ٹیسٹ پیش کیے جا سکتے ہیں۔

اندرونی معائنہ

ممکن ہے ڈاکٹر یا نرس یہ دیکھنے کے لیے آپ کا اندرونی معائنہ کرے:

- آیا رحم کا سائز اتنا ہی ہے جس کی حمل کے اس مرحلے پر توقع کی جاتی ہے
- آیا درد کی کوئی وجہ ہے
- آیا خون بہنے کی کوئی وجہ نظر آتی ہے جیسے انفیکشن یا سرویکس (رحم کی گردن) کھلی ہوئی ہو۔ انفیکشن کی چھان بین کے لیے مزید ٹیسٹوں کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

الٹراساؤنڈ

حمل ٹھہرنے کے تقریباً چھ ہفتے بعد بالعموم الٹراساؤنڈ میں بچے کے دل کی دھڑکن دیکھی جا سکتی ہے۔ اگر آپ کو حمل میں خون آتا رہا ہے تو بالعموم آپ کو فرج کے راستے الٹراساؤنڈ کی پیشکش کی جاتی ہے کیونکہ اس طرح حمل کو بہترین ممکن طور پر دیکھا جا سکتا ہے۔ فرج کے راستے الٹراساؤنڈ کے لیے ایک پتلا سا آلہ فرج کے اندر رکھا جاتا ہے۔ یہ اندرونی معائنے کی طرح ہی محسوس ہو گا اور یہ کافی محفوظ عمل ہے۔ چھ ہفتوں سے پہلے الٹراساؤنڈ سے کوئی واضح جواب حاصل ہونے کا امکان نہیں ہوتا لیکن اگر آپ کا حمل ایکٹوپک ہونے کی فکر ہو تو الٹراساؤنڈ سے مدد مل سکتی ہے۔

خون کے ٹیسٹ

یہ ماپنے کے لیے خون کے ٹیسٹ کیے جاتے ہیں کہ کیا حمل کے ہارمون (HCG) کی سطح آپ کے حمل کے مرحلے (آپ کی آخری ماہواری کے وقت کی بنیاد پر) کے لیے مناسب ہے۔ اکثر اس ٹیسٹ کو دہرانا پڑتا ہے تاکہ دیکھا جائے کہ کیا ہارمون کی سطح نارمل طور پر بڑھ رہی ہے۔ آپ کے خون کا گروپ چیک کرنے کے لیے بھی خون کا ٹیسٹ ضروری ہو سکتا ہے۔

نتائج آنے کا انتظار کرنے کے دوران مجھے کیا کرنا چاہیے؟

- جتنا زیادہ ہو سکے، آرام کرنے اور پرسکون رہنے کی کوشش کریں۔
- جس حد تک آپ سے ہو سکے، اپنی عام روزانہ سرگرمیاں جاری رکھیں، اگر آپ کام جاری رکھنا چاہیں تو کام بھی کریں۔عام سرگرمی جو زیادہ طاقت طلب نہ ہو، نقصان نہیں پہنچائے گی۔
- اگر آپ کو درد ہو تو آپ پیکٹ پر لکھی ہدایات کے مطابق پیراسیٹامول (جیسے پیناڈول) لے سکتی ہیں۔
- کئی مجاز افراد مشورہ دیتے ہیں کہ اسقاط حمل کے دوران یا اس کے بعد، یا جب اسقاط حمل کا خطرہ پیش ہو، ٹیمپون استعمال نہ کیا جائے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ انفیکشن کا خطرہ ہو سکتا ہے، اگرچہ یہ ثابت نہیں ہے کہ اس صورتحال میں ٹیمپون کی وجہ سے انفیکشن ہو جاتا ہے۔
- اگر درد یا خون آنے کا مسئلہ ہو تو زیادہ تر لوگ جنسی فعل (سیکس) سے پرہیز بہتر سمجھتے ہیں۔ جب خون آنے کا مسئلہ دور ہو جائے تو جنسی فعل کرنا ٹھیک ہے، اگر آپکو یہ ٹھیک لگتا ہو تو۔ ان حالات میں لوگ اکثر جنسی فعل سے گھبراتے ہیں لیکن ہم نہیں سمجھتے کہ اس سے اسقاط حمل کے امکان پر کوئی اثر پڑے گا۔
- اگر ٹیسٹوں سے کوئی نتیجہ سامنے نہ آئے تو ممکن ہے اس دوران اسقاط حمل ہو جائے جب آپ ابھی مزید ٹیسٹوں کا انتظار کر رہی ہوں۔ اگر آپ کو خون کے لوتھڑوں اور اینٹھن والے درد کے ساتھ بہت زیادہ خون آئے تو امکان ہے کہ آپ کا اسقاط حمل ہو رہا ہے۔ بالعموم خون آنے، لوتھڑوں اور درد میں تب بہتری آ جائے گی جب حمل کے ٹشو کا زیادہ تر حصہ جسم سے نکل چکا ہو گا۔ اگر زیادہ خون آنا جاری رہے تو آپ کو مزید علاج کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ اگر آپ کے خیال میں آپ کا اسقاط حمل ہو رہا ہے یا ہو چکا ہے تو آپ کو معائنے کے لیے ڈاکٹر سے ملنا چاہیے یا ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جانا چاہیے۔

اگر آپ کو یہ مسائل پیش آ رہے ہوں تو آپ کو ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ میں جانا چاہیے:

- زیادہ شدید خون آ رہا ہو جیسے ایک گھنٹے میں دو پیڈ بھیگ جاتے ہوں اور/یا گولف کی گیند کے برابر لوتھڑے نکل رہے ہوں
- پیٹ میں شدید درد یا کندھے میں درد
- بخار یا کپکپی
- چکر آنا یا غشی ہونا
- فرج سے غیرمعمولی بو والا مواد نکل رہا ہو

اپنے ٹیسٹوں کے نتائج کو سمجھنا

حمل کے ہارمون کی سطح

آپ کے خون میں حمل کے ہارمون کی سطح اس لحاظ سے بدلتی رہے گی کہ آپ کو حاملہ ہوئے کتنے ہفتے گزرے ہیں۔ جب اسقاط حمل ہونے والا ہو تو ہارمون کی سطح گر جائے گی۔ مندرجہ ذیل نقاط سے واضح ہوتا ہے کہ مختلف سطحوں کا کیا مطلب ہو سکتا ہے۔

1۔ حمل کے ہارمون کی سطح نارمل ہے

یہ تسلی کی بات ہے کہ آپ کے حمل کے ہارمون کی سطح نارمل ہے لیکن اس سے یہ تصدیق نہیں ہوتی کہ آپ کے حمل کی نشوونما نارمل ہے۔ آپ کے حمل کے ہارمون کی سطح کو آپ کی علامات کے ساتھ ساتھ دیکھا جائے گا تاکہ ہمیں یہ فیصلہ کرنے میں مدد ملے کہ کیا ہمیں الٹراساؤنڈ کرنا چاہیے۔ اگر حمل کے بہت شروع میں الٹراساؤنڈ کیا جائے تو ہو سکتا ہے ہمیں اتنا واضح نظر نہ آئے کہ ہم حمل کے بارے میں کسی نتیجے تک پہنچ سکیں۔

2۔ حمل کے ہارمون کی سطح توقع سے کم ہے

اس کے دو مطلب ہو سکتے ہیں:

- شاید آپ کے حمل کو اتنے ہفتے نہیں گزرے جتنے آپ سمجھتی تھیں؛ یا
- حمل کی نشوونما نارمل نہیں ہے۔

بالعموم دو دن بعد خون کا ٹیسٹ دہرانے کی ضرورت ہو گی۔

3۔ حمل کے ہارمون میں اضافہ معمول کی نسبت کم ہو رہا ہے

اس کا مطلب یہ ہو سکتا ہے کہ حمل کی نشوونما نارمل نہیں ہے، یا تو اس وجہ سے کہ آپ کا اسقاط حمل ہو رہا ہے یا اس وجہ سے کہ حمل ایکٹوپک ہے۔ البتہ بعض دفعہ یہ وجہ بھی ہوتی ہے کہ حمل تو ویسے نارمل ہوتا ہے لیکن اس میں ہارمون کی سطحیں غیرمعمولی ہوتی ہیں۔

4۔ حمل کا ہارمون کم ہو رہا ہے

اس کا مطلب بالعموم یہ ہوتا ہے کہ حمل ختم ہو رہا ہے۔

الٹراساؤنڈ معائنہ

1. نارمل الٹراساؤنڈ جس میں دل کی دھڑکن نظر آئے

یہ اچھی بات ہے۔ اس کے بعد اسقاط حمل ہونا غیرمعمولی ہو گا؛ بیس حملوں میں سے ایک سے بھی کم گرے گا۔ آپ حمل کی نارمل دیکھ بھال کے ساتھ آگے چل سکتی ہیں۔ اگر آپ کے سرویکل سکریننگ ٹیسٹ (CST) کا وقت آ چکا ہو یا اگر آپکو خون آتا رہے تو یہ ٹیسٹ کروانے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔

2. الٹراساؤنڈ میں اسقاط حمل صاف نظر آ جاتا ہے

الٹراساؤنڈ میں ایسی کئی نشانیاں دیکھی جا سکتی ہیں جن سے ہمیں پتہ چلتا ہے کہ حمل کی نشوونما رک چکی ہے۔ ان میں حمل کی تھیلی (سیک)کا سائز، جنین کا سائز اور دل کی دھڑکن کی عدم موجودگی شامل ہیں۔کبھی کبھار ہم دیکھ سکتے ہیں کہ اسقاط حمل پہلے ہی شروع ہو چکا ہے اور حمل کے ٹشو کا کچھ حصہ رحم میں سے نکل چکا ہے۔ آپ کو علاج کے ان طریقوں پر غور کرنے کی ضرورت ہو سکتی ہے جن سے یقینی ہو جائے کہ حمل کا تمام ٹشو جسم سے نکل چکا ہے لیکن یہ کام بالعموم فوری توجہ طلب نہیں ہوتا۔

3. الٹراساؤنڈ میں حمل کا چھوٹا سا سیک (تھیلی) تو نظر آ تا ہے لیکن نہ دل کی دھڑکن نظر آتی ہے اور نہ ہی جنین

حمل کی تھیلی چھوٹی ہونے کا مطلب یہ ہو سکتا ہے:

- یا تو ابھی بھی حمل شروع ہوئے اتنا کم وقت گزرا ہے کہ جنین نہیں دیکھا جا سکتا؛ یا
- حمل کی نشوونما ٹھیک نہیں ہے۔

اگر حمل کی تھیلی کا سائز وہی ہو جس کی ہم آپ کے حمل کے اس مرحلے کے لیے توقع کرتے ہیں اور یہ آپ کے حمل کے ہارمون کی سطح سے بھی مطابقت رکھتا ہو تو آپ حمل کی نارمل دیکھ بھال کے ساتھ آگے چل سکتی ہیں۔

اگر حمل کی تھیلی کا سائز درست نہ ہو تو اس کی ایک وجہ محض یہ ہو سکتی ہے کہ آپ کو حاملہ ہوئے ابھی اتنا عرصہ نہیں گزرا جتنا ہم سمجھ رہے تھے۔ اس بات کی تصدیق کا صرف یہی طریقہ ہے کہ کچھ وقت گزرنے دیا جائے اور پھر دوبارہ الٹراساؤنڈ کیا جائے۔ دوسرا الٹراساؤنڈ بالعموم دس دن بعد کیا جاتا ہے اور اس سے تصدیق ہو جائے گی کہ آپ کے حمل کی نشوونما جاری ہے یا نہیں۔

بدقسمتی سے، اس سے جلدی پتہ چلانے کا کوئی طریقہ نہیں ہے کہ آپ کے حمل کا کیا بنے گا یا کیا نہیں بنے گا۔ کبھی کبھار، جس دوران آپ دوسرے الٹراساؤنڈ کا انتظار کر رہی ہوں، آپ کو مزید خون آ سکتا ہے یا اسقاط حمل ہو سکتا ہے۔

4. الٹراساؤنڈ میں رحم خالی نظر آتا ہے

اس کا مطلب یہ ہو سکتا ہے:

- ابھی بھی حمل کو اتنا کم وقت گزرا ہے کہ یہ دکھائی نہیں دے رہا
- مکمل اسقاط حمل ہو چکا ہے اور حمل کا تمام ٹشو نکل چکا ہے (بالخصوص اگر آپ کو زیادہ خون آتا رہا ہو تو)، یا حمل "ایکٹوپک" ہو سکتا ہے یعنی حمل رحم سے باہر نشوونما پا رہا ہے۔ ایکٹوپک حمل کی نارمل نشوونما جاری نہیں رہ سکتی اور اگر اس کا علاج نہ کیا جائے تو اس کی وجہ سے جسم کے اندر خطرناک حد تک خون بہ سکتا ہے۔

اگر رحم خالی ہو تو تب تک مزید ٹیسٹوں کی ضرورت ہو گی جب تک کہ ہمیں یقین ہو جائے کہ حمل ایکٹوپک نہیں ہے یا اسقاط حمل کی تصدیق ہو جائے۔ بالعموم آپ کو دوبارہ خون کا ٹیسٹ کروانا ہوگا تاکہ آپ کے حمل کے ہارمون کی سطح میں تبدیلیوں کی پیمائش کی جا سکے۔ آپ کے خون کے ٹیسٹوں کے ساتھ درد اور خون آنے میں تبدیلیوں کو بھی دیکھتے ہوئے فیصلہ کیا جائے گا کہ آیا علاج کی ضرورت ہے اور کب ضرورت ہے، یا کیا ایک اور الٹراساؤنڈ سے مدد ملے گی۔

5. الٹراساؤنڈ میں ایکٹوپک حمل نظر آتا ہے

اگر ایکٹوپک حمل سامنے آئے تو آپ کو پیچیدگیوں سے بچنے کے لیے فوری علاج کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ ایکٹوپک حمل کی نوعیت کے لحاظ سے علاج کے دو مختلف طریقے ہیں۔ ایکٹوپک حمل کو نکالنے کے لیے سرجری ضروری ہو سکتی ہے یا کبھی کبھار اسے سکیڑنے والی دوا دے کر علاج کیا جا سکتا ہے۔

مجھے مزید مدد کہاں سے مل سکتی ہے؟

اگر آپ کو حمل کے دوران خون آنے یا درد کا مسئلہ ہو تو اس پر پریشان ہونا یا دکھ محسوس کرنا نارمل ہے۔ کچھ عورتوں کو کاؤنسلنگ (ماہرانہ مشورہ) حاصل کرنے اور دوسری جذباتی مدد یا نفسیاتی مدد حاصل کرنے سے فائدہ محسوس ہوتا ہے۔ اپنے جی پی سے اپنے مقامی علاقے میں ایسی مدد کے لیے تجاویز مانگیں۔

مجھ سے حمل کو جاری رکھنے یا جاری نہ رکھنے کا فیصلہ نہیں ہو رہا

کچھ عورتوں کے معاملے میں جلد درد اور خون آنے سے ہی ان کے حاملہ ہونے کے ابتدائی اشارے ملتے ہیں۔ اپنے حاملہ ہونے کو قبول کرنا اور ساتھ ہی حمل ضائع ہو جانے سے نبٹنا آپ کے ذہن میں بہت الجھن پیدا کر سکتا ہے۔ اگر آپ حمل کو جاری رکھنے یا نہ رکھنے کے سلسلے میں پورا یقین نہیں رکھتیں تو آپ کو اپنے جی پی یا کسی اور طبی کارکن سے بات کرنی چاہیے۔

مدد کے لیے مجھے کس سے رابطہ کرنا چاہیے؟

رابطے کے عام مواقع

- آپ کا جی پی (فیملی ڈاکٹر)
- کمیونٹی ہیلتھ سروس
- قریبی ہسپتال کا ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ
- ابتدائی حمل میں جائزے کی قریبی سروس
- نرس آن کال - 24 60 60 1300

رائل ویمنز ہاسپٹل میں دستیاب مواقع

جائزے، ٹیسٹوں اور علاج کے لیے

- ابتدائی حمل میں جائزے کی سروس (Early Pregnancy Assessment Service, EPAS)
  فون: 3643 8345 (03)

  پیر تا جمعہ صبح 8.00 بجے سے سہ پہر 3.00 بجے۔

  اوپر دیے گئے نمبر پر فون کر کے اپائنٹمنٹ لیں۔ شاید آپ کو فون پر آنسرنگ مشین میں اپنی تفصیلات چھوڑنی پڑیں لیکن کوئی آپ کو واپس فون کرے گا۔

  سروس میں آتے ہوئے اس حمل سے متعلق تمام معلومات اور ٹیسٹوں کے نتائج ساتھ لائیں۔
- ویمنز ایمرجنسی سنٹر (24 گھنٹے)
  اگر آپ کو فوری نگہداشت کی ضرورت ہو تو آپ کسی بھی وقت آ سکتی ہیں۔
  اگر ممکنہ اسقاط حمل کا پتہ چلانے کے لیے الٹراساؤنڈ کی ضرورت ہو تو بالعموم اس کلینک میں بکنگ کروانی پڑتی ہے جہاں اگلی EPAS اپائنٹمنٹ مل سکتی ہو۔

عام معلومات کے لیے

- ویمنز ویلکم سنٹر

فون: 3037 8345 (03) یا ٹول فری نمبر 007 442 1800 (بڑے شہروں سے دور علاقوں کے لیے)

انٹرنیٹ پر معیاری معلومات کے ذرائع جاننے کے لیے سنٹر سے مدد مانگیں۔

جذباتی سہارے اور کسی کے ساتھ اپنے احساسات پر بات کرنے کے لیے

- ویمنز سوشل سپوّرٹ سروسز
  (عورتوں کے لیے سماجی مدد کی خدمات)
  فون: 3050 8345 (03) (دفتری اوقات میں)

- پاسٹورل کیئر (پاسٹر کی مدد) اور مذہبی و روحانی خدمات
  فون: 3016 8345 (03) (دفتری اوقات میں)

اگر آپ سے حمل کو جاری رکھنے یا جاری نہ رکھنے کا فیصلہ نہیں ہو رہا

- 1800MyOptions
  فون: 784 696 1800
  ویب سائیٹ: www.1800myoptions.org.au

1800MyOptions حمل سے متعلق مواقع اور خدمات کے بارے میں رازدارانہ معلومات دینے والا ادارہ ہے؛ یہ آپ کو بتا سکتا ہے کہ آپ کو کونسے مواقع حاصل ہیں اور یقینی بنا سکتا ہے کہ آپ کا فیصلہ جو بھی ہو، آپ کو مناسب خدمات کے پاس بھیجا جائے۔

اعلان دستبرداری یہ معلوماتی پرچہ صرف عمومی معلومات فراہم کرتا ہے۔ اپنی اور اپنے بچے کی صحت کی دیکھ بھال کی ضروریات کے بارے میں خاص معلومات کے لیے آپکو اپنے طبی ماہر سے مشورہ طلب کرنا چاہیئے۔ رائل ویمنز ہاسپٹل آپکے طبی ماہر سے ملنے کی بجائے اس معلوماتی پرچے پر انحصار کرنے کے سبب پیش آنے والی محرومی یا نقصان کی ذمہ داری بالکل قبول نہیں کرتا۔ اگر آپکو یا آپکے بچے کو فوری طبی مدد کی ضرورت ہے تو براہ مہربانی اپنے قریبی ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ سے رابطہ کریں۔ © رائل ویمنز ہاسپٹل 2020