

په کازارین خانګه کې له مخکیني زېږون وروسته ستاسو د زېږون انتخابونه

د مېرمنو لپاره معلومات

معرفي

که چېرې تاسو پخوا په سازارین کې ولادت یا زېږون کړی وي، نو دا خانګه تاسو ته ستاسو د ولادت د انتخابونو په اړه معلومات چمتو کوي. په ټولو مواردو کې به یو ډاکټر یا نرسه تاسو ته ستاسو د ولادت یا زېږون اړونده انتخابونو په اړه تشریحات وړاندې کړي او ستاسو پوښتنو ته ځوابونه درکړي.

ستاسو زېږون، ستاسو انتخاب

که چېرې تاسو کومه پوښتنه یا اندېښنه لرئ، مهرباني وکړئ د خپل ډاکټر یا نرسې سره خبرې وکړئ. مور دلته ستاسو د ملاتړ لپاره یو او تاسو ته پوهاوی او معلومات چمتو کولو ترڅو تاسو وکولای شئ د خان، ماشوم او کورنۍ لپاره ترټولو ښه پرېکړه او انتخابونه وکړئ.

د پرېکړې په برخه کې د ملاتړ په موخه، تاسو کولای شئ له مور څخه درې لاندې پوښتنې وکړئ:

- زما انتخابونه څه دي؟
- زما د انتخابونو مثبت او منفي ټکي څه دي؟
- څنګه کولای شم ملاتړ ترلاسه کړم تر د ښو پرېکړو ترسره کولو په برخه راسره مرسته وکړي؟

که چېرې تاسو اضافي پوښتنې لرئ، مهرباني وکړئ په جرئت سره یې مور سره شریکې کړئ. تاسو کولای شئ د دغې پانې په وروستی برخه کې د درج شویو معلوماتو له لارې مور سره د اړیکو په اړه معلومات ترلاسه کړئ او یا هم مهرباني وکړئ هغې د تلفون شمېرې ته مراجعه وکړئ چې ستاسو د زېږون په دوسیه کې درج ده.

ستاسو د زېږون یا ولادت انتخابونه

VBAC څه شی دی؟

VBAC مخفف له 'vaginal birth after caesarean' څخه اخیستل شوی چې د "له کازاري نه وروسته د مهېلي زېږون" په معنی دی. دا هغه اصطلاح ده کله چې یوه ښځه د تناسلي آلې یا رحم له لارې زېږون یا ولادت کوي، له هغې مخکې یې په کازارین برخه کې ولادت یا زېږون کړی وي. مهېلي زېږون هغه ساده زېږون دی چې د پېنس یا kiwi/vacuum cup چې یوه طبي آله ده په مرسته ترسره کېږي.

ERCS څه ته وايي؟

ERCS هغه مخفف دی چې له 'elective repeat caesarean section' څخه اخیستل شوی چې ستاسو له لومړني کازارین وروسته د پلان شوي کازارین زېږون په مانا دی.

تاسو به دغه انتخابونه معمولاً له مېندواری 39 اونۍ وروسته ولرئ. دا ځکه چې هغه ماشومان چې له یادې مودې مخکې په کازارین کې زېږي په لوړ احتمال سره ښايي هغه سره د تنفسي مرستې په موخه د ماشومانو د ځانګړي پالنې ځانګې ته واستول شي، نو په همدې اساس، تر نو په همدې اساس، تر 39 اونيو پورې صبر وکړئ ترڅو ستاسو ماشوم یو څه لوی شي.

کله چې د مهېلي ولادت او د کازارين د انتخابي ولادت تر منځ پرېکړه کېږي، نو کوم موارد بايد په پام کې ونيول شي

تاسو بايد لاندې موارد په پام کې ونيسئ:

- په کازارين څانگه کې ستاسو د لومړي زېږون لامل
- دا چې آيا تاسو پخوا مهېلي يا د رحم له لارې زېږون درلود که څنگه
- دا چې آيا تاسو هغه مهال د زېږون پر مهال يا له هغې وروسته په بستر کې کومه عارضه درلوده که څنگه
- ستاسو په رحم (تناسلي) کې د پرې کولو (څيرلو) نوع يا څرنگوالي
- د خپل پخواني زېږون په اړه مو په فزيکي او رواني لحاظ څه احساس درلود
- آيا ستاسو فعلي ماشوم په مستقم ډول د رحم له لارې دنيا ته راغلی او که مو ستونزه يا عارضه درلوده او بله دا چې څه پلان لرئ ترڅو په راتلونکي کې څو ماشومان ولرئ. د هر کازارين زېږون سره خطر ډېرېږي، نو که چېرې تاسو تکل لرئ چې نور ماشومان هم ولرئ نو دا به بهتره وي ترڅو د امکان په صورت کې د کازارين په څانگه کې له زېږون څخه ډډه وکړئ. دا هغه څه دي چې تاسو يې بايد په اړه له خپل نرس يا ډاکټر سره خبرې وکړئ.
- په کازارين کې له يوه څخه تر ډېر زېږون وروسته، تاسو بايد د مهېلي زېږون د احتمالي خطرونو مثبتو او منفي ټکو په اړه د بنځو چارو د يوه ارشد متخصص سره مشوره وکړئ.

تاسو سره د پرېکړې په برخه کې د مرستي په موخه، که چېرې تاسو وغواړئ په کازارين کې زېږون وکړئ او يا مو پخوا په دغه څانگه کې زېږون کړی وي، نو ستاسو نرس/نرسه به له تاسو غوښتنه وکړي ترڅو د زېږون په انتخابونو کې حضور ولرئ.

که چېرې تاسو خپل ماشوم په شاهي وړيا روغتون (Royal Free Hospital) کې ساتئ، نو دا به د 38 يا له 36-34 اونيو پورې هلته وي. که چېرې تاسو خپل ماشوم په بارنېټ روغتون (Barnet Hospital) کې ساتئ، نو دا به هلته د 28 اونيو لپاره وي. که چېرې تاسو خپله قانوني موده تېره کړئ، نو بنيابي له 40-41 اونيو پورې اضافي ملاقاتونه يا ليدنې ترتيب شي.

له کازارين وروسته مهېلي يا مستقيم زېږون (VBAC)

زما د کازارين زېږون احتمال څومره دی؟

له يو ځل کازارين زېږون وروسته، په څلورو کې شاوخوا درې (75%) هغه بنځې چې له مستقيمي لارې مېندواري لري او دنده ترسره کوي، معمولا مهېلي زېږون کوي.

ځيني لاملونه کولای شي ستاسو د مهېلي زېږون احتمال ډېر کړي، لکه:

- که چېرې تاسو پخوا مهېلي زېږون درلود په کازارين څانگه کې ستاسو له پاتې کېدو مخکې يا وروسته، ستاسو تېر مهېلي زېږون، په 10 کې له 8-9 بنځې کېدې شي بل ډول مهېلي زېږون ولري.
- کله چې ستاسو زېږون په طبيعي ډول باندې پيل کېږي
- کله چې ثبت کې ستاسو د بدن حجمي شاخص (BMI) له 30 کمېږي.

د کازارين له تېر زېږون وروسته د مهېلي زېږون درلودل څه گټې لري؟

- د کازارين له تېر زېږون وروسته د پلان شوي کازارين زېږون په پرتله، مهېلي زېږون لږ څه عوارض.
- تاسو به په لور احتمال سره په ډېر تعداد مهېلي ولادتونه ولرئ.
- ستاسو د بسترېدو موده به لنډه وي.
- کېدې شي تاسو د لنډې مودې لپاره په روغتون کې پاتې شئ.
- تاسو به په لور احتمال سره ډېر ژر د خپل ماشوم سره پوست په پوست کې شئ او په بريالۍ توگه به هغه ته شديدې ورکړئ.
- تاسو به عملياتو له خطر نه خوندي وئ.

- دا احتمال به کم وي چې ستاسو ماشوم د تنفسي ستونزو سره مخ شي.

زيانونه يا منفي نقطې يې څه دي؟

په ټوله کې، ډېری بنځې داسې وي چې د هغوی او د هغی د ماشوم لپاره جدي گواښ خورا کم وي، که څه هم مور د تېر کازارين زېرون وروسته د مهلي زېرون په اړه ځيني ممکنه احتمالي عوارض لاندې ذکر کړي دي.

- په پېنځو کې دوه (40%) مېرمنې بنايي کېدې شي له **kiwi/vacuum cup** يا پېنس نه په استفادې سره مهلي زېرون ته اړتيا پيدا کړي.
- په 4 کې شاوخوا 1 (25%) هغه مېرمنې چې د مهلي زېرون پرمهال عمليات کېږي، کېدې شي د زېرون پرمهال بېرني کازارين زېرون ته اړتيا پيدا کړي. دا رقم په هغو بنځو کې چې خپل لومړنی ماشوم زېروي 20% دی، او په هغو بنځو کې چې پخوا يې مهلي زېرون کړی وي 11% دی. د پلان شوي کازارين زېرون په پرتله د هغو بنځو لپاره چې بېرني د کازارين زېرون تجربه کوي د گواښ کچه لوړه ده. د بېرني کازارين ځانگي لپاره ترټولو لوی لامل دا گڼل کېږي چې که چېرې ستاسو زېرون په ځنډ سره کېږي او/يا هم ستاسو د ماشوم روغتيا ته د اندېښنې رامنځ ته کېدو په صورت کې.
- تاسو د هغو بنځو په پرتله چې د کازارين په ځانگه کې د دوهم ځل لپاره انتخاب کوي، وينې ته د اړتيا کم چانس (له 1%-2%) لری.
- دا امکان شتون لري چې ستاسو په رحم کې د پخواني کازارين زېرون له امله رامنځ ته شوی زخم جدا يا وڅيرل شي. دا ډول عارضه په خورا ندرت سره پېښېږي، معمولا د 200 هغو ميندو له ډلې چې پخوا يې د کازارين په ځانگه کې ولادت کړی، 1 هغه يې د ورته عارضې سره مخ کېږي. که چېرې ستاسو زېرون القاح کېږي، او يا هم کومې مود په کازارين کې له يوه څخه ډېر ولادونه کړي وي، نو دغه گواښ دوه يا درې برابره زياتېږي. که چېرې د دغه ډول عوارضو د خطر نښې شتون ولري، نو ستاسو ماشوم به د کازارين په بېرني ځانگه کې ترسره شي. خو په هغېو شرايطو کې چې خورا په ندرت سره د رحم څيرولو ته اړتيا پيدا کېږي، دا کار کولای شي د مور او ماشوم په روغتيا ناوړه اغېز وکړي.
- د پلان شوي کازارين په پرتله (چې په 10000 ميندو کې 1 ده) له کازارين وروسته د رحم له لارې د زېرون په صورت کې ستاسو ماشوم ته جدي گواښ لکه مغزي صدمه لور دی (په 10000 ميندو کې 8 هغه يې).
- له کازارين وروسته پلان شوی د رحم له لارې زېرون له 39 اونيو وروسته د مړه ماشوم د زېرېدو د گواښ سره مل دی (په 10000 کې له 10 څخه ډېر). د مړو ماشومان زېرون کچه همغه ده چې د لومړي ځل لپاره زېرون کوی.

د سازارين د نه توصیې په صورت کې څومره موده وروسته مهلي زېرون ترسره کېږي؟

د ډېری ميندو لپاره مهلي يا د رحم له لارې زېرون يوه انتخابي موضوع ده، خو په لاندې شرايطو کې يې سپارښتنه نه کېږي:

- کله چې تاسو په تېره کې درې ځله يا له هغې څخه ډېر د کازارين ولادونه کړي وي
- کله چې د تېر زېرون پرمهال ستاسو رحم څيرل شوی وي
- کله چې تاسو له خپل پخواني کازارين څخه د رحم په پاسنی برخه کې څيرل تجربه کړي وي
- کله چې تاسو د مېندواری اړونده نورې داسې ستونزې لری چې له مخې يې کازارين ته اړتيا ليدل کېږي.

انتخابي کازارين زېږون

د انتخابي کازارين زېږون کټي څه دي؟

- د رحم څيرلو د گواښ ټيټه کچه (په 1000 کې 1)
- د زېږون پرمهال خطرات له منځه وړي او ستاسو ماشوم ته نادر جدي گواښونه کموي او دا چې تاسو کولای شئ د د پلان شوي زېږون نېټه معلومه کړئ.
- په 10 مېرمنو کې 1 هغه يې د خپل انتخابي زېږون له ټاکل شويې نېټې مخکې زېږون کوي.

زيانونه يې څه دي؟

- د پخواني سازارين له امله رامنځ ته شوي انساج بنائې عمليات نور هم پېچلي کړي او پايله يې کېدای شي کولمو او مثاني ته زيان ورسوي. دغه مورد د کازارين په متواترو زېږونونو کې ته 1% کم رامنځ ته کېږي.
- کېدای شي تاسو د ټپ په انتانونو اخته شئ چې کولای شي ستاسو تنفسي سيستم مختل کړي.
- کېدای شي تاسو د ويني تزريق ته اړتيا پيدا کړئ.
- تاسو په پښو يا سرو کې د ويني د ټينگېدو د جدي گواښ سره مخ کېږئ.
- کېدای شي تاسو د اوږدې مودې لپاره په بستر کې پاتې شئ او جراحی وروسته شاوخوا شپږ اونۍ به و به نه شئ کولای ډرېږوي وکړئ.
- که چېرې تاسو په راتلونکي کې مېندواره شئ په لوړ احتمال سره به د سازارين زېږون ته اړتيا پيدا کړئ. دا کار په زخم کې د جنينو د ودې امکان ډېروي. دا کار کېدای شي د خون رېزې لامل شي او بنائې د رحم لرې کولو ته اړتيا ولري.
- کېدای شي د کازارين د زېږون پرمهال ستاسو د ماشوم پوست څيري کرل شي. دا په کازارين کې د زېږېدونکو ماشومان ترمنځ په هرو 100 ماشومانو کې په 2 هغو کې رامنځ ته شي. دا ډول څيرل معمولاً د پېښېدو پرمهال په لږه اندازه وي او په طبيعي ډول د وخت په تېرېدو سره بڼه کېږي.
- له کازارين زېږون وروسته ستاسو د ماشوم لپاره تنفسي ستونزې يوه بشپړه طبيعي موضوع ده خو دا ستونزه د يوې لنډې مودې لپاره ده. هغه ماشومان چې د پلان شوي کازارين زېږون پرمهال او يا هم له هغې وروسته په 39 اونيو کې زېږي، په 100 کې له 4 تر 5 هغه يې تنفسي ستونزې لري او کېدای شي د ماشومانو د ځانگړي پالنې ځانگړي ته اړتيا پيدا کړي.

په مکرر ډول مطرح شويې پوښتنې

آيا زه کولای شم له تېر کازارين زېږون وروسته په کور کې زېږون وکړم؟

له کازارين وروسته د مهيلي زېږون اړونده د کوچنيو خو واقعي زيانونو له امله، سپارښتنه دا ده چې د ښځو او زېږون په يوه څانگه کې چې هلته بيړنۍ پالنې ته لاسرسی کېږي زېږون وکړئ.

که چېرې تاسو غواړئ په کور کې زېږون وکړئ، مور به تاسو د دغه انتخاب د ټاکلو په موخه يوه مشاور نرس ته معرفي کړو او تاسو سره به د تصم نيونې په برخه کې مرسته وکړو. بل انتخاب دا دی چې د زېږون په يوه مرکز کې ولادت وکړئ، چېرې چې بيړنۍ پالنې ته د يوه کور له شرائطو په گټې اخيستنې سره لاسرسی کېږي.

که چېرې زه د مهيل له لارې د زېږون تکل کوم، څه پېښېږي؟

تاسو ته به مشوره درکړل شي ترڅو په روغتون کې زېږون وکړئ، خو دا هغه څه دي چې په اړه يې تاسو کولای شئ د زېږون څانگې ته له تلو مخکې د خپل نرس/نرسې يا ډاکټر سره صلاح مشوره وکړئ.

ځنگه چې تاسو پدې پوه شوی چې زېږون مو شوی یا مو اوبه درېدلې دي، نو فوراً له لاندې جزئیاتو نه په استفادې د روغتون سره په اړیکه کې شئ. ځنگه چې په منظم ډول ستاسو د انقباض پروسټه پیل شوه، نو تاسو ته به سپارښتنه وشي ترڅو د زېږون پرمهال د خپل ماشوم د زړه ضربان په دوامداره توګه و څاری. تاسو کولای شئ د درد د تسکین لپاره مختلف انتخابونه ولری.

که چېرې زه پلان شوی کازارین زېږون ولرم خو بیا هم د زېږون ځانګې ته مراجعه کوم، نو څه به کېږي؟

مهرباني وکړئ د مشورې لپاره د هغه روغتون سره په اړیکه کې شئ چېرې چې تاسو کولای شئ کازارین زېږون ولری – مور سره د اړیکې په اړه معلومات لاندې ذکر شوي. که چېرې زېږون په لوړه کچه وي، کېدی شي کازارین زېږون ستاسو او ستاسو د ماشوم لپاره خورا خوندي وي، خو د اړتیا په صورت کې، د بېرني کازارین د ځانګې انتخاب هم شتون لري.

مور سره اړیکه ونیسئ

- د بارنېټ روغتون (Barnet Hospital) وریا شمېره: 020 8216 4408
- د شاهي وریا روغتون شمېره: 020 7794 0500 ext 36208

نور معلومات

- AIMS – د مېندواری په خدماتو کې د بهبود رامنځ ته کولو ټولنه
www.aims.org.uk/journal/item/vbac-in-birth-centres
- د بنځو او زېږون د برخې شاهي کالج (Royal College of Obstetricians and Gynaecologists) د تېر کازارین له لارښود پانې وروسته د زېږون د برخې انتخابونه:
www.rcog.org.uk/en/patients/patient-leaflets/birth-after-previous-caesarean
- د رویال فری لندن (Royal Free London) وېبپاڼه
په رویال فری لندن روغتون (Royal Free London) کې د مېندواری د خدماتو په اړه د نورو معلوماتو لپاره لاندې لېنک وګورئ: www.royalfree.nhs.uk/maternity

تصدیق پانې/ستاینې

د بنځو او زېږون په برخه کې د رویال کالج لخوا په لاره واچول شوه. “له تېرې کازارین ځانګې وروسته د زېږون انتخابونه” د ناروغ په اړه د معلوماتو پاڼه، لندن: RCOG؛ جولای 2016 د بنځو او زېږون په برخه کې د رویال یا شاهي کالج په اجازه.

ستاسو نظر

که چېرې تاسو د لارښود په هغه کې د مآخذونو په اړه کوم نظر لری، مهرباني وکړئ لاندې برېښنالیک ته ایمل وکړئ: rf.communications@nhs.net

بدیل فارمټونه

دغه لارښودپاڼه په لوړه بېمانه او ګڼو ژبو کې چاپ او د لاسرسي وړ ده. که چېرې تاسو دغه لارښودپانې ته په نورو ژبو کې اړتیا لری، مهرباني وکړئ د کارکوونکو د کوم غړي سره په اړیکه کې شئ.

© Royal Free London NHS Foundation Trust

خدمات: مېندواري

د چاپ گڼه: 1

د تصویب نېټه: مارچ 2021

د بیا کتنې نېټه: مارچ 2021

www.royalfree.nhs.uk

Royal Free London (Mar 2021) *Your birth options after a previous caesarean birth*. Version 1. London: RFL