

**Saint Mary's Managed Clinical Service Division of Gynaecology****مریض کی معلومات کا کتابچہ****ابتدائی حمل میں متلی اور الٹی کے لیے ایکوپنکچر**

بہت سی خواتین حمل کے دوران متلی اور الٹی کا شکار ہوتی ہیں جس کا روایتی طور پر اس کا علاج ادویات سے کیا جاتا ہے۔ ہمارے ایمرجنسی امراض نسوان کا شعبہ (EGU) وائٹھن شاوے (Wythenshawe) اور GAU (نارتھ مانچسٹر) متلی اور الٹی کی علامات کو کم کرنے کے لیے ایکوپنکچر سے علاج بھی پیش کر سکتے ہیں۔

ایکوپنکچر حمل میں متلی اور الٹی کا ایک محفوظ اور مؤثر انتظام ہے، اور یہ تحقیقی مطالعات میں نظر آتا ہے۔

**ایکوپنکچر کیا ہے؟**

ایکوپنکچر 2000 سال پرانی چینی تکنیک ہے اور اس میں آپ کے جسم کے مخصوص پوائنٹوں میں باریک سوئیاں ڈالنا شامل ہوتا ہے۔ یہ بہت سے مختلف طبی مسائل کے علاج کے لیے استعمال ہوتا رہا ہے۔ حالیہ تحقیق نے ظاہر کیا ہے کہ سرجری کے بعد متلی اور الٹی کو روکنے اور علاج کرنے میں بہت مؤثر ہے۔ خیال کیا جاتا ہے کہ یہ دماغ کے اس حصے پر کام کرتا ہے جو متلی اور الٹی کا سبب بنتا ہے۔

**کیا یہ بیماری کے خلاف دوائی کی طرح ہی اچھا ہے؟**

جی ہاں، ایکوپنکچر بیماری کے خلاف روایتی دوائیوں کی طرح مؤثر ثابت ہوا ہے۔ اگر آپ محسوس کرتے ہیں کہ ایکوپنکچر آپ کی بیماری کو پوری طرح سے دور نہیں کر رہا ہے تو نرس کو بتائیں اور وہ آپ کو ایکوپنکچر کے ساتھ ساتھ یا اس کے بجائے بیماری کے خلاف کچھ دوائیں دے سکتی ہیں۔ حمل کے کسی بھی مرحلے پر ایک ہی وقت میں دونوں طریقوں کا استعمال محفوظ اور مؤثر ہے۔

یہ نہ بھولنا ضروری ہے کہ ہم ہمیشہ بیماری کو مکمل طور پر دور نہیں کر سکتے۔

**ایکوپنکچر میں کیا شامل ہے؟**

ایک بہت ہی چھوٹی سوئی، جیسے ایک چھوٹی سی ڈرائنگ پن، آپ کی کلائی کے اندر رکھی جائے گی اور ایک چھوٹے سے پلاسٹر سے پکڑی جائے گی۔ جب ایکوپنکچر پن لگ جاتی ہے تو آپ درج ذیل احساسات محسوس کر سکتے ہیں:

• جھنجھلاہٹ، کھجلی، گرمی، درد

براہ کرم پریشان نہ ہوں کیونکہ سبھی ایکوپنکچر کے عمومی احساسات ہیں۔

**کیا ایکوپنکچر کروانے میں کوئی خطرات شامل ہیں؟**

یہ محفوظ، سادہ ہے اور اس سے تکلیف نہیں ہونی چاہیے۔ تاہم، ایکوپنکچر بعض اوقات ان کا سبب بن سکتا ہے:

• درد، سوجن، لالی

اگر آپ کو ان میں سے کچھ بھی ہوتا ہے تو براہ کرم اپنے ایمرجنسی گائناکولوجی یونٹ سے رابطہ کریں، آپ کی نرس جو یا تو ایکوپین (acupin) کو مختلف جگہ پر رکھے گی یا اسے ہٹا دے گی اور آپ کو بیماری مخالف دوا دے گی۔

جی ہاں، ایکوپنکچر کو کام کرنے کے لیے، آپ کو سوئی پر ہلکا دباؤ ڈالنا ہوگا۔ یہ صرف اس صورت میں کریں جب آپ کو واقعی متلی یا بیماری کا تجربہ ہو۔ اس تعداد کی کوئی حد نہیں ہے کہ آپ اس طرح کے دباؤ کو کتنی بار لگا سکتے ہیں۔

ایکوپن 3 (acupin) دن تک رہ سکتی ہے۔ اس وقت کے بعد، اسے ہٹانے اور ٹھکانے لگانے کی ضرورت ہوگی، آپ کو ایکوپن کو ٹھکانے لگانے کے لیے یا تو ایک تیز دھار ڈبہ یا برتن فراہم کیا جائے گا۔ آپ کو دکھایا جائے گا کہ ایکوپن کو خود کیسے بدلنا ہے۔

آپ کو اپنے علاج کے بعد EGU/GAU میں واپس آنے کے لیے 72 گھنٹوں میں ملاقات کا وقت دیا جائے گا۔

براہ کرم اپنی ملاقات کے وقت تیز دھار ڈبہ یا برتن کو وارڈ میں واپس کر دیں۔

اگر آپ کو مزید معلومات یا اصطلاحات کی وضاحت کی ضرورت ہے، تو براہ کرم ڈاکٹروں یا نرسوں میں سے کسی سے بات کرنے میں ہچکچاہٹ محسوس نہ کریں جو آپ کے خدشات پر بات کرنے میں خوش ہوں گے۔

## رابطہ کی تفصیلات

ایمرجنسی گائناکولوجی یونٹ (EGU)

291 2561 (0161) (24 گھنٹے)

EGU واٹن شاوے ہسپتال میں واقع ہے (داخلہ 15 کے ذریعے داخل ہوں)

محکمہ ایک ٹیلی فون ٹرائیج سروس چلاتا ہے آپ کو اپنی دیکھ بھال کی منصوبہ بندی کرنے کے لیے حاضر ہونے سے پہلے ایک خاص تربیت یافتہ نرس کو کال اور بات کرنی چاہیے۔

سینٹ میریز ہسپتال، آکسفورڈ روڈ میں کوئی ایمرجنسی گائناکولوجی خدمات نہیں ہیں

گائناکولوجی اسسمنٹ یونٹ (GAU/F5)

GAU (0161) 720 2010 استقبالیہ / GAU (0161) 604 5130 نرسیں

پیر تا جمعہ - 07.30 - 20.30

ہفتہ اور اتوار - 08:30 - 16:30

GAU نارتھ مانچسٹر ہسپتال میں واقع ہے (وارڈ F5، بذریعہ داخلہ 1 / مرکزی داخلہ)

GAU میں دیکھنے کے لیے آپ کے GP، مڈوائف، A&E یا دیگر صحت کی دیکھ بھال کرنے والے پیشہ ور سے حوالہ دیا جائے گا۔ GAU سیلف ریفرل یونٹ نہیں ہے۔

<https://mft.nhs.uk/saint-marys/services/gynaecology/emergency-gynaecology/>

