

**Saint Mary's Managed Clinical Service Division of Gynaecology**

مریض کی معلومات کا کتابچہ

# ایکٹوپک (ectopic) حمل یعنی اپنی اصل جگہ سے بڑے ہوئے حمل کا متوقع انتظام

اگر آپ کو ایکٹوپک (ectopic) حمل یعنی اپنی اصل جگہ سے بڑے ہوئے حمل کی تشخیص ہوئی ہے، تو ہم سمجھتے ہیں کہ یہ بہت پریشان کن وقت ہو سکتا ہے اور ہمیں آپ کے نقصان پر افسوس ہے۔

آپ کے ڈاکٹر کی تجویز ہے کہ آپ کے ایکٹوپک (ectopic) حمل کو 'متوقع طور پر' سنبھالنا مناسب ہوگا۔ بصورت دیگر دیکھو اور انتظار کرو کے نقطہ نظر کے طور پر جانا جاتا ہے۔ اس کتابچے کا مقصد آپ کو ایکٹوپک (ectopic) حمل کے متوقع انتظام کے بارے میں کچھ عمومی معلومات فراہم کرنا اور آپ کے کچھ سوالات کے جوابات دینے میں مدد کرنا ہے۔ اس کا مقصد صرف ایک رہنمائی دینے کا ہے اور آپ کو اپنی نرس اور ڈاکٹر سے اپنی دیکھ بھال اور علاج کے بارے میں بات کرنے کا موقع ملے گا۔

## متوقع انتظام کیا ہے؟

متوقع انتظام کا مطلب یہ ہے کہ ہم توقع کرتے ہیں کہ آپ کا ایکٹوپک (ectopic) حمل قدرتی طور پر بغیر کسی مداخلت کے حل ہو جائے گا۔ فوری علاج کرنے کے بجائے ہسپتال کی طرف سے آپ کی کڑی نگرانی کی جائے گی۔ اسے 'قدمات پسند' یا 'انتظار کرو اور دیکھو' انتظام/علاج کے طور پر بھی جانا جا سکتا ہے۔

## مجھے یہ علاج کیوں پیش کیا گیا ہے؟

اگرچہ ایکٹوپک (ectopic) حمل کے واقعات میں اضافہ ہو سکتا ہے، بلاشبہ موجودہ وقت میں بہتر تشخیصی سہولیات جیسے الٹراساؤنڈ اور ہارمون خون کے ٹیسٹ کی وجہ سے زیادہ کیسوں کی تشخیص ہو رہی ہے۔ ماضی میں ان میں سے بہت سے ایکٹوپک (ectopic) حمل قدرتی طور پر حل ہوئے تھے۔

تحقیق پر مبنی شواہد سے پتہ چلتا ہے کہ خاص طور پر منتخب مریضوں میں، تشخیص شدہ یا مشتبہ ایکٹوپک حمل میں کسی فعال علاج کی ضرورت نہیں ہوگی اور اگر ہم دیکھتے اور انتظار کرتے ہیں تو یہ بے ساختہ حل ہو جائے گا۔

جہاں ممکن ہو ڈاکٹر ہمیشہ علاج کی کم سے کم ناگوار شکل پر غور کرتے ہیں۔ ایسا محسوس ہو سکتا ہے جیسے کچھ نہیں کیا جا رہا ہے، تاہم، اگر طبی یا جراحی مداخلت سے بچا جا سکتا ہو تو آپ کی صحت یابی تیز تر ہونے کا امکان ہے۔ آپ کے ٹیسٹوں کی بنیاد پر ہم سمجھتے ہیں کہ یہ آپ کے لیے موزوں اختیار ہے۔

## کیا علاج ہر ایک کے لیے موزوں ہے؟

متوقع انتظام تمام خواتین کے لیے ایک آپشن نہیں ہے۔ یہ عام طور پر صرف اس صورت میں ممکن ہے جب:

- آپ کے حمل کے ہارمون (hCG) کی سطح کم ہو۔
- آپ کی عمومی صحت اچھی ہو، اور آپ کی حالت بغیر کسی/بہت کم درد کے مستحکم ہو۔
- الٹراساؤنڈ اسکین ایک چھوٹے ایکٹوپک (ectopic) حمل کو ظاہر کرے جس کے پیٹ میں خون نہ آتا ہو۔

## یہ کتنا کامیاب ہے؟

مطالعات سے پتہ چلتا ہے کہ علاج کی یہ شکل بہت کامیاب ہے، تقریباً تین چوتھائی خواتین کو اس طریقے سے علاج کی ضرورت نہیں ہوتی ہے۔

تاہم، ایک موقع ہے کہ علاج کارگر نہ ہو اور حمل بڑھتا رہے گا۔ یہی وجہ ہے کہ تمام فالو اپ اپائنٹمنٹوں میں شرکت کرنا اور EGU/GAU عملے کو علامات میں تبدیلی کی اطلاع دینا ضروری ہے۔

## علاج سے پہلے کن تحقیقات کی ضرورت ہے؟

آپ کو HCG حمل ہارمون لیول لینے کی ضرورت ہوگی، اندام نہانی کا الٹراساؤنڈ اسکین کیا جائے گا اور ڈاکٹر کے ساتھ بات چیت اور معائنے کے بعد آپ کا اندازہ لگایا جائے گا کہ آپ قدامت پسند انتظام کے لیے موزوں ہیں۔

## متوقع انتظام کے فوائد کیا ہیں؟

- آپ کو ہسپتال میں رہنے کی ضرورت نہیں ہے۔
- عام بے ہوشی والی ادویات یا سرجری اور دونوں کے ممکنہ منسلک خطرات اور ضمنی اثرات سے بچاتا ہے۔

## متوقع انتظام کے کیا نقصانات ہیں؟

- ہسپتال میں زیادہ جانے کی ضرورت پڑتی ہے جس میں خون کے ٹیسٹ، اسکین یا دوبارہ معائنات شامل ہو سکتے ہیں۔
- اگر حمل بڑھتا رہتا ہے تو طبی یا جراحی کے انتظام کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔
- اگر حمل بڑھتا رہتا ہے تو ٹیوب پھٹ سکتی ہے اور آپ کو ہنگامی سرجری کی ضرورت ہوگی۔

## خطرات کیا ہیں؟

متوقع انتظام سے وابستہ بنیادی خطرہ یہ ہے کہ ایکٹوپک حمل کے خلیات کا تقسیم ہونا جاری رہ سکتا ہے جس کے نتیجے میں متوقع انتظام کی مدت کے بعد بھی طبی علاج یا سرجری کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

100 میں سے 29 تک خواتین (29 فی صد) متوقع انتظام سے گزر رہی ہیں اضافی طبی یا جراحی کے انتظام کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

آپ کا ڈاکٹر یہ بتانے کے قابل ہو گا کہ آیا حمل کے خلیے مسلسل تقسیم ہو رہے ہیں کیونکہ hCG کی سطح بڑھے گی اور گرے گی۔ اگر ایسا ہوتا ہے تو اس بات کا خطرہ ہے کہ ایکٹوپک (ectopic) حمل پھٹ سکتا ہے، اور سرجری کی ضرورت ہوگی۔

## کیا مجھے کوئی درد ہوگی؟

جی ہاں، انتظام کے دوران کسی بھی وقت آپ کو نچلے حصے میں درد یا کمر میں درد ہو سکتا ہے۔ اگر ضرورت ہو تو آپ پیراسیٹامول لے سکتے ہیں۔ (ان کو لینے سے پہلے ہمیشہ لیبل/ہدایات کو پڑھیں اور زیادہ سے زیادہ روزانہ کی خوراک سے تجاوز نہ کریں)۔

گھر میں رہتے ہوئے یہ ضروری ہے کہ ایمرجنسی گائناکالوجی خدمات کو مطلع کیا جائے اگر:

- آپ کو درد میں کسی بھی اضافہ کا تجربہ ہوتا ہو۔
- آپ کو ایسی جگہ پر درد ہوتا ہو جو آپ کو پہلے نہیں ہوا ہو، مثال کے طور پر، کندھے کی نوک میں درد یا ریکٹم میں درد۔
- آپ کو بیہوشی۔ یا چکر آ رہا ہو۔
- پیراسیٹامول کسی بھی درد کے لیے کافی نہیں ہے جس کا آپ سامنا کر رہے ہوں۔

یہ پھٹے ہوئے ایکٹوپک حمل کی علامت ہو سکتی ہے۔

## کیا میں اندام نہانی سے خون بہنے کا تجربہ کروں گی؟

ہاں، یہ گہرے بھورے دھبوں سے لے کر بھاری چمکدار سرخ نقصان تک مختلف ہو سکتا ہے۔ انفیکشن کے خطرے کو کم کرنے کے لیے ٹیمپون یعنی ڈاٹ کے بجائے سینیٹری تولیے کا استعمال کریں۔ اگر آپ کو پریشانی ہے کہ خون بہت زیادہ ہے (ہر گھنٹے پیٹ تبدیل کرنا) تو براہ کرم ہم سے رابطہ کریں۔

## کیا مجھے علاج کے دوران کام سے دور رہنا چاہیے؟

یہ ایک انفرادی فیصلہ ہوتا ہے۔ تاہم، یہ علاج پریشان کن ہوتا ہے، اور آپ اپنے بچے کے نقصان سے صحت یاب ہو رہے ہیں جو کہ خواتین کی زندگی میں ایک بہت پریشان کن واقعہ ہو سکتا ہے۔ بہت سی خواتین محسوس کرتی ہیں کہ کام سے کم از کم کچھ دن کی چھٹی ضروری ہے خاص طور پر پہلے ہفتے میں جب بار بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔ آپ پہلے ہفتے کے لیے خود کی تصدیق کر سکتے ہیں، متبادل طور پر ہسپتال کا عملہ آپ کو ایک بیماری نوٹ جاری کر سکتا ہے۔

## کیا کوئی اور چیز ہے جو مجھے معلوم ہونی چاہیے؟

یہ ضروری ہے کہ hCG کی سطح گرنے کے دوران آپ کوئی سخت ورزش نہ کریں یا بھاری وزن نہ اٹھائیں۔

آپ کو اس وقت تک جنسی تعلقات سے گریز کرنا چاہیے جب تک کہ آپ کے ڈاکٹر کو یقین نہ ہو کہ حمل ٹھیک ہو رہا ہے۔

آپ کو اپنے فولک ایسڈ کے سپلیمنٹس لینا بند کر دینا چاہیے اور کسی دوسرے وٹامن اور/یا معدنی سپلیمنٹوں سے پرہیز کرنا چاہیے جب تک کہ hCG کی سطحیں اس بات کی تصدیق نہ کر دیں کہ ایکٹوپک (ectopic) حمل ختم ہو گیا ہے۔

آپ کی تشخیص کے بعد ابتدائی چند دنوں میں چیزوں کو نرمی سے لینا ضروری ہے جب تک کہ یہ ثابت نہ ہو جائے کہ hCG کی سطح خود ہی گر رہی ہے۔

اس وقت کے دوران گرم پانی سے نہانا یا شاور لینا آپ کے لیے محفوظ ہے لیکن براہ کرم بہت گرم غسل سے گریز کریں، کیونکہ آپ کو بیہوشی محسوس ہو سکتی ہے۔

## کون سے فالو اپ کی ضرورت ہوتی ہے؟

یہ ہر عورت کے لیے مختلف ہوتا ہے، لیکن آپ کو حمل کے ہارمون کی سطح (ایچ سی جی) معمول پر آنے تک کم از کم ہفتہ وار ہسپتال جانا پڑے گا۔ کہیں بھی یہ عام طور پر 28 ہفتوں کے درمیان لگتے ہیں۔ اگر آپ ہمیں بتائے بغیر اپنی کسی فالو اپ اپائنٹمنٹوں میں شرکت نہیں کرتے ہیں تو ہم آپ کی نگرانی کی تکمیل کے لیے آپ سے رابطہ کرنے کی کوشش کریں گے۔ یہ ضروری ہے کہ آپ سمجھیں کہ آپ سے رابطہ کرنے کی صرف ایک کوشش کی جائے گی۔

یہ بہت ضروری ہے کہ آپ اپنی فالو اپ اپائنٹمنٹوں میں شرکت کریں۔ ہم اس وقت تک کوئی علاج نہیں کریں گے جب تک کہ آپ ان میں شرکت کا عہد نہ کریں۔ اگر آپ کو محسوس نہیں ہوتا کہ آپ اس کا ارتکاب کر سکتے ہیں تو براہ کرم اپنی نرس یا ڈاکٹر سے ایک مختلف آپشن پر بات کریں۔

اگر آپ کو مزید معلومات یا اصطلاحات کی وضاحت کی ضرورت ہو 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

اگر آپ کو کسی اضافی معلومات یا مدد کی ضرورت ہو تو براہ کرم رابطہ کریں:

ایمرجنسی گائناکولوجی یونٹ (EGU) 

(0161) 291 2561 (24 گھنٹے)

EGU وائٹن 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 ماتچسٹر 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 درکار ہے۔ GAU سیلف ریفرل یونٹ نہیں ہے۔

ابتدائی حمل کے نقصان کی ماہر نرس  
0161) 276 6571: پیر تا جمعرات متغیر اوقات - جوابی فون دستیاب ہے۔



کونسلنگ سروس (خفیہ)  
0161) 276 4319: پیر تا جمعہ صبح 8.30 بجے سے شام 4.30 بجے تک - جوابی فون دستیاب ہے



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

مفید پتے

<https://ectopic.org.uk/>: ایکٹوپک پریگننسی ٹرسٹ:

[www.miscarriageassociation.org.uk](http://www.miscarriageassociation.org.uk): اسقاط حمل ایسوسی ایشن:  
ٹیلی فون: 200799 (01924)

<https://cradlecharity.org/>: کریڈل چیریٹی:  
فون: 0333 443 4630  
ای میل: [info@cradlecharity.org](mailto:info@cradlecharity.org)