Saint Mary’s Managed Clinical Service
Division of Gynaecology

NHS
Manchester University
NHS Foundation Trust

مریض کی معلومات کا کتابچہ

آپ کی ابتدائی فرٹیلیٹی یعنی زرخیزی کےلیے ملاقات

یہ کتابچہ آپ کو اپنی زرخیزی حاصل کرنے کے سفر کی تیاری میں مدد دینے کےلیے ضروری رہنمائی فراہم کرتا ہے اور اس بات کو یقینی بناتا ہے کہ زرخیزی کا علاج شروع کرنے کے پہلے آپ کے پاس تمام ضروری معلومات موجود ہوں۔

آپ کو اپنے اور اپنے شریکِ حیات کےلیے ایک رجسٹریشن سوالنامہ موصول ہونا چاہیے۔ یہ بہت ضروری ہے کہ یہ سوالنامہ جلد از جلد مکمل کر کے واپس بھیج دیا جائے تاکہ (اگر آپ کسی رشتے میں ہیں) آپ کے شریکِ حیات کی تفصیلات حاصل کی جا سکیں، شریکِ حیات کے ٹیسٹ کروائے جا سکیں، زرخیزی کے علاج کےلیے آپ کی اہلیت چیک کی جا سکے اور آپ کے علاج کے عمل میں تاخیر سے بچا جا سکے۔ ٹیسٹ کے نتائج اور معاون تولیدی علاج کےلیے اہلیت پر اس وقت بات کی جائے گی جب آپ ڈاکٹر کے ساتھ مشاورتی ملاقات میں آئیں گے۔ مشاورتی ملاقاتیں صرف اسی وقت طے کی جاتی ہیں جب آپ کا رجسٹریشن سوالنامہ اور تمام تحقیقات مکمل ہو جائیں۔

اگر آپ کو سوالنامہ موصول نہیں ہوا یا اسے مکمل کرنے یا واپس بھیجنے میں مشکل پیش آ رہی ہے تو براہِ کرم ہماری انتظامی ٹیم سے 0161 276 6000 پر، آپشن 6 کے ذریعے رابطہ کریں۔

NHS کی فنڈنگ یعنی NHS کے ذریعے مفت علاج

یہ سمجھنا ضروری ہے کہ برطانیہ میں آئی وی ایف (IVF) کی فنڈنگ آپ کے رہائشی علاقے کے لحاظ سے کافی مختلف ہو سکتی ہے۔ این ایچ ایس کے تحت زرخیزی کے علاج کےلیے اہل ہونے کےلیے آپ کو اس انٹیگریٹڈ کیئر بورڈ (ICB) کے مقرر کردہ مخصوص معیار پر پورا اترنا ہو گا جس کے ساتھ آپ کے جی پی رجسٹرڈ ہیں۔ اس میں شامل ہیں:

- جسمانی وزن کا صحت مند تناسب (BMI) جو 19.0 سے 29.9 کے درمیان ہو۔
- مریض اور شریکِ حیات دونوں کا سگریٹ نوشی یا ویپنگ (vaping) نہ کرنا۔
- ایک مخصوص عمر کی حد میں ہونا (فریش آئی وی ایف کےلیے 43 سال سے کم عمر)۔
- اپنے موجودہ یا سابقہ تعلقات سے کوئی بھی بچے نہ ہونا (گود لیے ہوئے بچے بھی شامل ہیں)۔ یہ بات نوٹ کرنا اہم ہے کہ مختلف ICBs کے معیار مختلف ہوتے ہیں کہ آیا زرخیزی کے علاج میں این ایچ ایس کی جانب سے مالی مدد کےلیے درخواست دیتے وقت مریض یا ان کے شریکِ حیات کے سابقہ تعلقات سے بچے ہو سکتے ہیں یا نہیں۔
- یہ طے کرتے وقت کہ کتنے علاج کے چکروں کی مالی مدد کی جائے گی، این ایچ ایس اور ذاتی طور پر کروائے گئے دونوں علاج کے چکروں کو شمار کیا جائے گا۔ مثال کے طور پر، اگر آپ نے ایک علاج اپنی ذاتی رقم سے کروایا ہے، تو اس سے آپ کو این ایچ ایس کی طرف سے ملنے والے مفت علاج کے چکروں کی تعداد کم ہو سکتی ہے۔ آپ کے انفرادی حالات پر آپ کے ساتھ مشاورت کے دوران بات کی جائے گی۔

آپ اس لنک کے ذریعے اپنی اہلیت چیک کر سکتے ہیں:
https://www.gov.uk/government/publications/nhsfunded-ivf-in-england/nhs-funded-in-vitro-fertilisation-ivf-in-england یا گریٹر مانچسٹر کےلیے:
https://gmintegratedcare.org.uk/in-vitro-fertilisation-ivf-cycles-in-greater-manchester/

اوورسیز وزیٹرز یعنی بیرونِ ملک سے آنے والے مریض

براہِ کرم نوٹ کریں: جو مریض برطانیہ میں پیدا نہیں ہوئے یا پچھلے 12 مہینوں سے برطانیہ میں مقیم نہیں ہیں، انہیں اوورسیز وزیٹرز ٹیم کے پاس بھیجا جائے گا۔

اگر آپ کو اوورسیز وزیٹرز ٹیم کے پاس بھیجا جاتا ہے تو آپ کو ایک خط موصول ہو گا جس میں آپ سے کہا جائے گا کہ آپ قابلِ اطلاق دستاویزات کے ساتھ حاضری دیں تاکہ یہ جانچا جا سکے کہ آیا آپ بطور اوورسیز وزیٹر **معاون تولیدی علاج کے اہل ہیں یا نہیں۔ یہ بہت ضروری ہے کہ آپ اس ملاقات میں ضرور شرکت کریں تاکہ آپ کے علاج کے عمل میں تاخیر نہ ہو۔**

ابتدائی ٹیسٹ اور تحقیقات

براہِ کرم نوٹ کریں کہ آپ کی ابتدائی ملاقات صرف تحقیقات کےلیے ہو گی۔

خواتین مریضوں کےلیے، آپ کی تحقیقات ہماری نرسنگ ٹیم اور سینٹ میری ہسپتال کی سونوگرافی ٹیم کے اراکین کے ذریعے مکمل کی جائیں گی۔

مرد مریضوں کےلیے، اینڈرولوجی ٹیم کے ساتھ آپ کی ایک الگ ملاقات طے کی جائے گی۔

جب آپ کے تمام نتائج دستیاب ہو جائیں گے تو آپ کو ڈاکٹر کے ساتھ ایک ملاقات دی جائے گی تاکہ آپ کے نتائج، علاج کےلیے اہلیت اور (اگر اہل ہوں) علاج کی منصوبہ بندی پر بات کی جا سکے۔ اس ملاقات کےلیے موجودہ انتظار کا وقت آپ کی تحقیقات کی ملاقات کے بعد 6 ماہ تک ہو سکتا ہے۔

خواتین کی زرخیزی کے ٹیسٹ اور تحقیقات

طبی مشاہدات	آپ کا بلڈ پریشر، دل کی دھڑکن، سانس کی رفتار، درجہ حرارت اور آکسیجن کی سطح جانچی اور درج کی جائے گی۔ اگر کوئی نتیجہ معمول کی حد سے باہر ہوا تو آپ کو مشورے کےلیے اپنے جی پی سے رجوع کرنے کو کہا جائے گا۔
باڈی ماس انڈیکس (BMI)	آپ کا قد اور وزن ناپ کر درج کیا جائے گا تاکہ آپ کا موجودہ BMI معلوم کیا جا سکے۔
اینٹی مولیرین ہارمون (AMH)	AMH آپ کی بیضہ دانی میں ان خلیات سے پیدا ہوتا ہے جو آپ کے انڈوں کو گھیرے ہوتے ہیں۔ یہ ہمیں یہ سمجھنے میں مدد دیتا ہے کہ آپ کے پاس کتنے انڈے باقی ہیں اور یہ آپ کے علاج کے اختیارات کی رہنمائی کرتا ہے۔ آپ کا AMH خون کے نمونے کے ذریعے ٹیسٹ کیا جائے گا۔
فل بلڈ کاؤنٹ (FBC)	FBC ہمیں آپ کی مجموعی صحت کا جائزہ لینے اور کسی بھی مسئلے جیسے خون کی کمی یا انفیکشن کی نشاندہی کرنے میں مدد دیتا ہے جس کے علاج کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ آپ کا FBC خون کے نمونے کے ذریعے ٹیسٹ کیا جائے گا۔
روبیلا	ہم یہ جانچیں گے کہ آیا آپ کو روبیلا (جرمن خسرہ) کے خلاف مدافعت حاصل ہے یا نہیں، کیونکہ حمل کے دوران یہ انفیکشن ہونے کی صورت میں غیر پیدائشی بچے کو نقصان پہنچ سکتا ہے۔ یہ ٹیسٹ خون کے نمونے کے ذریعے کیا جائے گا۔ اگر آپ کا روبیلا نتیجہ مثبت ہو تو اس کا مطلب ہے کہ آپ کو روبیلا کے خلاف مدافعت حاصل ہے جو مطلوبہ نتیجہ ہے، اور مزید کسی کارروائی کی ضرورت نہیں۔ اگر نتیجہ منفی ہو تو اس کا مطلب ہے کہ اینٹی باڈیز موجود نہیں ہیں، اور آپ کو اپنے جی پی سے رابطہ کرنا چاہیے تاکہ یہ تصدیق ہو سکے کہ آیا آپ کو MMR ویکسین لگی تھی یا نئی ویکسین لگوانے کا انتظام کیا جا سکے۔ اگر آپ کو بچپن میں ویکسین لگی تھی لیکن پھر بھی نتیجہ منفی ہے تو آپ کو اپنے جی پی سے MMR بوسٹر کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ ویکسین لگوانے کے بعد حاملہ ہونے سے پہلے کم از کم ایک ماہ انتظار کرنا ضروری ہے۔
جنسی صحت کی اسکریننگ	آپ کا کلیمائیڈیا (chlamydia) اور گونوریا (gonorrhoea) کےلیے اسکریننگ ٹیسٹ کیا جائے گا کیونکہ یہ انفیکشن آپ کی تولیدی صحت کو متاثر کر سکتے ہیں اور زرخیزی کے علاج کے آغاز سے پہلے ان کا علاج ضروری ہوتا ہے۔ یہ ٹیسٹ خود لیے گئے ویجائنل سویب (vaginal swab) کے ذریعے کیے جائیں گے۔ تحقیقات اور مشاورت کے بعد، اگر آپ IUI/IVF/ICSI کے ساتھ آگے بڑھنے کا فیصلہ کرتے ہیں تو HIV، ہیپاٹائٹس C، ہیپاٹائٹس B اور سفلس یعنی آتشک کےلیے خون کے ٹیسٹ بھی کیے جائیں گے۔

ٹرانس ویجائنل الٹراساؤنڈ اسکین	ہم آپ کی بیضہ دانی اور رحم کا معائنہ کرنے کےلیے ٹرانس ویجائنل (اندرونی) الٹراساؤنڈ اسکین کرتے ہیں۔ اس کا مقصد کسی بھی ایسے مسئلے کی نشاندہی کرنا ہے جو آپ کی زرخیزی کو متاثر کر سکتا ہو اور آپ کے علاج کے منصوبے کی رہنمائی کرنا ہے۔ براہِ کرم نوٹ کریں کہ کچھ اسکین نئے سینٹ میری ہسپتال کے مرکزی اسکین ڈیپارٹمنٹ میں کیے جاتے ہیں۔ یہ شعبہ زرخیزی، امراضِ نسواں اور زچگی کے مریضوں کے اسکین کرتا ہے۔ اگر آپ زیادہ آرام دہ محسوس کریں تو شعبے میں ایک چھوٹا ویٹنگ روم بھی دستیاب ہے، براہِ کرم استقبالیہ پر پوچھیں۔
سِکل سیل اور تھیلیسیمیا اسکرین *(اگر قابلِ اطلاق ہو)*	سِکل سیل اور تھیلیسیمیا کی اسکریننگ ان افراد کےلیے خون کے ٹیسٹ کے ذریعے کی جائے گی جو خطرے والے گروپ میں شامل ہوں، کیونکہ یہ خون کی موروثی بیماریاں ہیں اور بچے میں منتقل ہو سکتی ہیں۔ براہِ کرم نوٹ کریں کہ یہ خون کا ٹیسٹ ڈاکٹر کے ساتھ مشاورت کے بعد، اگر قابلِ اطلاق ہوا، تو تجویز کیا جائے گا، اور یہ ابتدائی تحقیقات کا معمول کا حصہ نہیں ہو گا۔ اس اسکریننگ کے بارے میں مزید معلومات کےلیے، براہِ کرم ملاحظہ کریں: https://www.nhs.uk/pregnancy/your-pregnancy-care/screening-for-sickle-cell-
	andthalassaemia/

مردوں کی زرخیزی کے ٹیسٹ اور تحقیقات

تشخیص شدہ منی کا تجزیہ	منی کا تجزیہ سپرم کے معیار اور مقدار کا جائزہ لینے کےلیے ضروری ہوتا ہے، جس سے ہمیں ان عوامل کو سمجھنے میں مدد ملتی ہے جو آپ کے حاملہ ہونے کی صلاحیت کو متاثر کر سکتے ہیں۔ اگر ضرورت ہو تو یہ مزید علاج یا انتظام کی سمت متعین کرنے میں مدد دیتا ہے۔ ملاقات طے ہونے پر آپ کو اس کی تیاری سے متعلق ہدایات بھیجی جائیں گی۔
جنسی صحت کی اسکریننگ	اگر ابتدائی تحقیقات اور مشاورت کے بعد آپ IUI/IVF/ICSI کے ساتھ آگے بڑھنے کا فیصلہ کرتے ہیں تو HIV، ہیپاٹائٹس C، ہیپاٹائٹس B اور آتشک کےلیے خون کے ٹیسٹ بھی کیے جائیں گے۔

آپ کی زرخیزی کی مشاورتی ملاقات میں حاضری

ہم سمجھتے ہیں کہ زرخیزی کا علاج شروع کرنا ایک اہم اور جذباتی قدم ہو سکتا ہے۔ **چونکہ زرخیزی کی دیکھ بھال میں دونوں شریکِ حیات شامل ہوتے ہیں (اگر آپ کسی رشتے میں ہیں)، اس لیے یہ ضروری ہے کہ آپ دونوں تمام مشاورتی ملاقاتوں میں اکٹھے شریک ہوں۔** اس سے ہمیں آپ کے مشترکہ سفر کے مطابق درست اور معاون نگہداشت فراہم کرنے میں مدد ملتی ہے اور آپ کے علاج کے عمل میں تاخیر سے بچاؤ ہوتا ہے۔

آپ کی پہلی مشاورت میں، ہم آپ دونوں کے ٹیسٹ کے نتائج کا بغور جائزہ لیں گے، علاج کےلیے آپ کی اہلیت پر بات کریں گے، اور دستیاب اختیارات پر غور کریں گے۔ ہم آپ کا زرخیزی کا علاج اس وقت تک شروع نہیں کر سکتے جب تک آپ دونوں حاضر نہ ہوں۔ **اگر کسی بھی وجہ سے آپ دونوں طے شدہ ملاقات میں شریک نہیں ہو سکتے تو ہم درخواست کرتے ہیں کہ براہِ کرم ملاقات منسوخ کر کے دوبارہ وقت لیں۔ اس کے لیے براہِ کرم 0161 276 6000 پر، آپشن 6 کے ذریعے ہمیں کال کریں۔**

ہماری تولیدی طب کے ڈاکٹروں کے ساتھ آپ کی ابتدائی مشاورت کے بعد، آپ کو ایک خط موصول ہوگا جس میں آپ کی اہلیت اور آئندہ کے اقدامات کی وضاحت کی جائے گی۔

اگر آپ این ایچ ایس کے تحت معاون تولیدی علاج کے اہل ہیں تو براہِ کرم آگاہ رہیں کہ آپ اور آپ کے شریکِ حیات دونوں کو ایک ایک تصویری شناختی دستاویز فراہم کرنا ہوگی (مثلاً پاسپورٹ)۔ اگر آپ کے پاس پاسپورٹ نہیں ہے تو آپ ڈرائیونگ لائسنس اپ لوڈ کر سکتے ہیں۔ یہ بات اہم ہے کہ اگر آپ ڈرائیونگ لائسنس اپ لوڈ کرتے ہیں تو جب ہیومن فرٹیلٹی ایمبریالوجی اتھارٹی (HFEA) کے رضامندی فارم مکمل کرنے کا وقت آئے گا تو آپ کو اپنے رضامندی فارم اپنے این ایچ ایس نمبر کے ساتھ مکمل کرنا ہوگا۔ HFEA ہماری لائسنسنگ اتھارٹی ہے اور برطانیہ میں علاج کو منظم کرنے میں ایک اہم کردار ادا کرتی ہے، جس میں علاج کے مختلف پہلوؤں اور انڈوں اور سپرم کے ذخیرہ کرنے کےلیے تحریری رضامندی کی شرط شامل ہے۔ اگر آپ شادی شدہ ہیں تو آپ کو اپنے نکاح نامہ/شادی کے سرٹیفکیٹ کی ایک نقل بھی فراہم کرنا ہو گی۔

باڈی ماس انڈیکس

آپ کا وزن زرخیزی میں ایک اہم کردار ادا کرتا ہے، اور صحت مند حد کو باڈی ماس انڈیکس (BMI) کے ذریعے بیان کیا جاتا ہے۔ این ایچ ایس کے تحت زرخیزی کے علاج کےلیے اہل ہونے کےلیے آپ کا BMI 19.0 اور 29.9 کے درمیان ہونا ضروری ہے۔ یہ حد بہترین ممکنہ کامیابی کے امکانات کو یقینی بنانے کےلیے تجویز کی جاتی ہے، کیونکہ بہت کم یا بہت زیادہ وزن ہونے سے حاملہ ہونا مشکل ہو سکتا ہے۔

اگر BMI 19 سے کم ہو تو یہ آپ کے ماہواری کے چکر اور زرخیزی کو متاثر کر سکتا ہے۔ اس صورت میں، ہم آپ کو وزن بڑھانے کی کوشش کرنے کا مشورہ دیں گے۔ کم وزن ہونا حمل، زچگی اور ولادت کے دوران پیچیدگیوں کے خطرے کو بھی بڑھاتا ہے۔ زیادہ وزن والا BMI ہارمون کے توازن میں خلل ڈال کر اور بیضہ بننے کے عمل میں رکاوٹ ڈال کر زرخیزی پر منفی اثر ڈال سکتا ہے، جس سے حاملہ ہونا مشکل ہو جاتا ہے۔ 30 یا اس سے زیادہ BMI مردانہ زرخیزی کو بھی کم کر سکتا ہے۔

صحت مند BMI تک پہنچنا نہ صرف حاملہ ہونے کے امکانات بہتر بنانے کےلیے بلکہ این ایچ ایس زرخیزی کے علاج کے معیار پر پورا اترنے کےلیے بھی نہایت ضروری ہے۔ گروپ ورزش اور غذائی معاونت حاصل کرنا اکثر اکیلے وزن کم کرنے کی کوشش کرنے سے زیادہ مؤثر ہوتا ہے۔ صحت مند وزن برقرار رکھنا اس بات کو یقینی بناتا ہے کہ آپ علاج کےلیے تیار ہیں اور کامیاب حمل کے بہترین امکانات حاصل ہوں۔ فی الحال یہ شعبہ وزن کم کرنے میں مدد فراہم کرنے سے قاصر ہے اور اگر آپ اپنے وزن میں کمی کے اختیارات پر بات کرنا چاہتے ہیں تو آپ کو اپنے جی پی سے رابطہ کرنے کا مشورہ دیتا ہے۔ براہِ کرم آگاہ رہیں کہ اگر آپ وزن کم کرنے کی دوا استعمال کر رہے ہیں تو زرخیزی کا علاج شروع کرنے سے پہلے اس دوا کو بند کرنے کے کم از کم 2 ماہ بعد تک انتظار کرنا ہوگا۔

صحت مند BMI حاصل کرنے کے بارے میں مزید رہنمائی اور معاونت کےلیے درج ذیل اضافی لنکس دیکھیں۔

- https://www.nhs.uk/better-health/lose-weight/
- https://fertilitynetworkuk.org/access-support/health-wellbeing-programme/

غذا اور سپلیمنٹس

صحت مند اور متنوع غذا کھانے سے یہ یقینی بنتا ہے کہ آپ کے جسم کو زیادہ تر ضروری وٹامنز اور معدنیات مل جائیں۔ لیکن جب آپ حاملہ ہوں، یا حاملہ ہونے کا امکان ہو، تو اضافی سپلیمنٹس لینا ضروری ہوتا ہے۔ مزید معلومات اور سپلیمنٹس سے متعلق رہنمائی کےلیے براہِ کرم این ایچ ایس کی ویب سائٹ پر اس لنک کے ذریعے جائیں۔ https://www.nhs.uk/pregnancy/keeping-well/vitamins-supplements-and-nutrition/

سروائیکل اسکریننگ

زرخیزی کا علاج شروع کرنے سے پہلے یہ نہایت ضروری ہے کہ آپ کی سروائیکل اسکریننگ (جسے پہلے اسمیئر ٹیسٹ کہا جاتا تھا) بروقت مکمل ہو۔ یہ ٹیسٹ گریوا (سروکس) کی صحت جانچنے کےلیے کیا جاتا ہے اور اس میں گریوا سے خلیات کا ایک نمونہ لیا جاتا ہے جسے بعد میں ہیومن پیپیلوما وائرس (HPV) کےلیے ٹیسٹ کیا جاتا ہے۔ HPV ایک وائرس ہے جو خلیات میں غیر معمولی تبدیلیاں پیدا کر سکتا ہے، جو ممکنہ طور پر سروائیکل کینسر میں تبدیل ہو سکتی ہیں۔ اگر آپ کی سروائیکل اسکریننگ مقررہ وقت سے تاخیر کا شکار ہے تو آپ کو اپنے جی پی کے ساتھ جلد از جلد ملاقات بک کرنی چاہیے تاکہ آپ کے زرخیزی کے علاج میں تاخیر نہ ہو۔ یہ ٹیسٹ حمل کے دوران نہیں کیا جا سکتا۔ سروائیکل اسکریننگ کے بارے میں مزید معلومات این ایچ ایس کی ویب سائٹ پر دستیاب ہیں۔ https://www.nhs.uk/conditions/cervical-screening/

طرزِ زندگی سے متعلق مشورہ

ہم مشورہ دیتے ہیں کہ حاملہ ہونے کی کوشش کے دوران شراب سے پرہیز کریں کیونکہ یہ ہارمونز کی سطح، انڈوں اور سپرم کے معیار، اور کامیاب حمل کے مجموعی امکانات پر منفی اثر ڈال کر زرخیزی کو متاثر کر سکتی ہے۔ حمل سے پہلے اور دورانِ حمل شراب سے پاک رہنے کےلیے رہنمائی اور تجاویز کےلیے براہِ کرم درج ذیل وسائل تک رسائی حاصل کریں:

الکحل یعنی شراب

https://www.tommys.org/pregnancy-information/im-pregnant/alcohol-in-pregnancy/tips-alcoholfree-pregnancy

تمباکو نوشی

زرخیزی کے علاج سے پہلے تمباکو نوشی ترک کرنا صحت مند حمل کے حصول کے امکانات کو بہتر بنا سکتا ہے۔ متعدد تحقیقی مطالعات نے نطفے کے معیار، بیضے کے معیار اور بارآور شدہ بیضوں کے رحم میں ٹھہرنے کی شرح پر تمباکو نوشی کے مضر اثرات کو ثابت کیا ہے۔ تمباکو نوشی اسقاط حمل کے خطرے اور پیچیدگیوں جیسے قبل از وقت پیدائش، کم پیدائشی وزن، اور بچے میں نشوونما سے متعلق مسائل کے خطرے کو بھی بڑھا دیتی ہے۔

اگر آپ یا آپ کے شریکِ حیات تمباکو نوشی کرتے ہیں تو یہ نوٹ کرنا ضروری ہے کہ NHS کی فنڈنگ کے اہل ہونے کےلیے، دونوں شریکِ حیات کو زرخیزی کے علاج کے آغاز سے کم از کم 3 ماہ پہلے تمباکو نوشی ترک کرنی ہو گی۔ شعبہ تمباکو نوشی/ویپنگ (vaping) چھوڑنے میں مدد فراہم کرنے سے قاصر ہے اور آپ کو مشورہ دیتا ہے کہ اپنے اختیارات پر بات کرنے کےلیے درج ذیل میں سے کسی ایک سے رابطہ کریں:

- آپ کا جی پی یا پریکٹس نرس
- ملاحظہ کریں https://www.nhs.uk/better-health/quit-smoking/ :

سفر سے متعلق رہنمائی

مریضوں اور ان کے شریکِ حیات کو زیکا (Zika) یا ایبولا (Ebola) کے انفیکشن کی وبا والے علاقوں میں سفر سے گریز کرنا چاہیے کیونکہ حمل کے دوران ان انفیکشنوں سے منسلک ممکنہ خطرات موجود ہیں۔ اگر آپ نے کسی زیادہ خطرے والے علاقے کا سفر کیا ہے تو کلینک آپ کی واپسی کی تاریخ سے کم از کم 3 ماہ گزرنے تک زرخیزی کا علاج شروع نہیں کرے گا. جب آپ علاج شروع کرنے کےلیے تیار ہوں تو تاخیر سے بچنے کےلیے یہ ضروری ہے کہ خطرے والے ممالک کی تازہ ترین فہرست کےلیے باقاعدگی سے حکومتی ویب سائٹ چیک کریں۔

مزید معلومات کےلیے براہِ کرم درج ذیل لنکس ملاحظہ کریں:

- https://www.gov.uk/foreign-travel-advice
- https://www.fitfortravel.nhs.uk/
- https://www.gov.uk/guidance/zika-virus-country-specific-risk

اگر آپ کو مزید معلومات درکار ہوں یا اصطلاحات کی وضاحت چاہیے ہو تو براہِ کرم اپنی تحقیقات کرنے والی نرسوں میں سے کسی ایک سے یا اپنی فالو اپ مشاورت کے دوران ڈاکٹر سے بات کرنے میں ہچکچاہٹ محسوس نہ کریں، وہ خوشی سے آپ کے خدشات پر گفتگو کریں گے۔

رابطہ کی تفصیلات

☎ (0161) 276 6000

https://mft.nhs.uk/saint-marys/services/gynaecology/reproductive-medicine/