اولاد کیلئے کوشش؟

قرارِ حمل کی مشکلات کے بارے میں معلومات

اولاد کیلئے کوشش؟

قرارِ حمل کی مشکلات کے بارے میں معلومات

In Urdu

تعارف

اس لیف لٹ میں مندرج معلومات اُن لوگوں کیلئے ہیں جنہیں ممکن ہے قرارِ حمل میں دشواریوں کا تجربہ ہو رہا ہو اور جنہیں بانجھ پن، اس کی وجوہ اور دستیاب علاج کے بارے میں مزید معلومات حاصل کرنے کی ضرورت ہے۔ اس میں اُن اداروں کی فہرست میں شامل

[illegible]

اولاد سے محرومی کی مشکلات کا تجربہ ہو رہا ہے۔

بانجھ پن - یہ کیا ہوتا ہے؟

ایک ایسے جوڑے کو، جو قرارِ حمل کیلئے سال دو سال کی اپنی کاوشوں کے بعد بھی ناکام رہتے ہیں، ڈاکٹرز اُن کی وضاحت اس طرح کرتے ہیں، گویا وہ بانجھ پن کے زیرِ اثر ہیں۔ قرارِ حمل کی مشکلات عمومی ہیں، یعنی ہر چھ جوڑوں میں سے ایک جوڑے کو حصولِ اولاد کیلئے مدد کی ضرورت پڑتی ہے۔ ممکن ہے کہ کسی جوڑے کے یہاں ایک بچہ موجود ہو لیکن انہیں دوسری بار قرارِ حمل میں مشکلات کا سامنا ہو رہا ہے۔ اس صورتِ حال کے باوجود آپ کو مدد حاصل ہو سکتی ہے لیکن غالباً چند علاج کا حصول این ایچ ایس کے تحت ممکن نہ ہوگا

کسی جوڑے کو پیش آنے والی مشکلات کی کئی وجوہ ہیں کہ انہیں قرارِ حمل کیوں نہیں ہوتا، جس میں ایک یا دونوں شرکائے حیات کو دخل ہوتا ہے۔ تقریباً ایک چوتھائی واقعات میں، مرد کے مادۂ تولید میں حیات خیز خلیوں (اِسپرم) کی پیداوار کی مشکلات ہوتی ہیں جس کی بنا

- واقعات میں یہ اُووَریز اور فلوپین ٹیوبز کو نقصان پہنچاتا ہے جس سے قرارِ حمل پر اثر پڑتا ہے (endometriosis)

مَردوں کیلئے:

- اِسپرم کی بے ضابطی - ایک مرد میں اسپرم کبھی کبھی بہت کم تعداد میں تیار ہوتے ہیں (low sperm count)۔ اسپرم کی ایک اچھی خاصی تعداد کے باوجود کبھی ان کا حیاتی معیار کم درجے کا ہوتا ہے۔ اسپرم یا تو غیر معمولی نوعیت کے [illegible]

- غیر واضح بانجھ پن - اس کا مطلب ہے کہ تمام کئے جانے والے ٹیسٹس/ معائنے بظاہر صحیح معلوم ہوتے ہیں اور کوئی طبی ایسی وجہ نظر نہیں آتی جس کی بنا پر قرارِ حمل نہ ہوسکتا ہو۔ غیر واضح بانجھ پن کا احساس ہونے کے باوجود بھی اُن شرکائے حیات کیلئے جو دو تین برس سے حصولِ اولاد کی کوشش کر رہے ہیں، بغیر کسی مدد کے قرارِ حمل کا خاصا امکان موجود رہتا ہے۔ اُس جوڑے کیلئے جس کی تین برس سے زیادہ عرصے تک کی کوششیں فائدہ مند ثابت نہیں ہوئی ہوں، آئی وی ایف/ IVF کا علاج قرارِ حمل کی مد میں کامیاب ثابت ہوسکتا ہے (درج ذیل ملاحظہ کیجئے)۔

ڈونر (معطی) کی جانب سے بیضے/ (Donor eggs)

کچھ خواتین بیضہ پیدا کرنے سے قاصر ہوتی ہیں، یا اُن کے بیضوں کا حیاتی معیار اس قابل نہیں ہوتا کہ ان کیلئے قرارِ حمل کا امکان باقی رہے۔ اس صورت میں یہ ممکن ہے کہ کسی دوسری خاتون کا بیضہ استعمال کرتے ہوئے IVF کا علاج کیا جائے۔ یہ خاتون ایک بے نام معطی بھی ہو سکتی ہے یا چند مخصوص حالات میں ایک دوست یا خاندان کا کوئی رکن بھی

بیضے میں اشتراک

بیشتر "infertility clinics" اب ایک اسکیم چلاتے ہیں جسے "egg sharing" اسکیم کہتے ہیں اس کے معنی ہیں کہ اگر آپ، اپنے ایّام پر ہیز میں سے کسی ایک دورِ ایام میں پیدا ہونے والے اپنے بیضوں کی آدھی مقدار کسی گمنام خاتون کو عطیہ کر دیں جس کے اپنے بیضوں کی پیداوار نہیں ہوتی تو آپ کو مفت یا کم معاوضے پر اپنا علاج کروانے کی سہولت حاصل ہو سکتی ہے۔ اگر آپ کیلئے یہ ایک مناسب اقدام ہے تو آپ کو اس بارے میں معلومات حاصل کرنی چاہئیں۔

غور طلب باتیں

اگر آپ کو ایک فیصلہ کن مرحلے کا سامنا ہے کہ آیا آپ کو علاج کروانے کیلئے کوئی قدم اٹھانا چاہئے یا نہیں، تو اس صورتِ حال میں کئی ایسے امور ہیں جو غور طلب ہو سکتے ہیں لہٰذا، آپ کو چاہئے کہ آپ اپنے شریکِ حیات سے کھل کر بات کرنے کے علاوہ اپنے ڈاکٹر اور اُن نرسوں سے بھی تبادلہ خیال کریں جو آپ کے معالج ہیں۔

علاج کر رہا ہے اور آپ کس نوعیت کا علاج کروا رہے ہیں۔ البتہ زیرِ علاج جوڑوں میں سے، جنہیں قرارِ حمل میں دشواریوں کا سامنا ہوتا ہے، کم از کم آدھوں کو کامیاب نتائج حاصل ہوتے ہیں۔ عمومی سطح پر، IVF کے علاج میں کامیابی کی شرح، ہر ایامی دور میں اوسطاً 20 فیصد ہے، جس کا مطلب ہے کہ آئی وی ایف کے استعمال سے پانچ میں سے ایک کارکردگی حمل کی صورت میں برآمد ہوتی

کسی کونسلر یا اسپتال کے کسی عملے سے تبادلہ خیال کے دوران حاصل ہوتی ہیں، انتہائی رازداری میں رکھی جاتی ہیں۔

اگر آپ کو ایک ترجمانِ زبان کی ضرورت ہو تو براہِ کرم اپنے ڈاکٹر یا نرس کو اطلاع کیجیئے۔ اپنے جی پی سے کہیئے کہ جب وہ آپ کو کسی اسپتال میں بھیجیں تو وہ یہ گزارش اسپتال سے کردیں۔ اسپتال یا کلینک کو ایک پیشہ ور ترجمانِ زبان کا انتظام کرنا چاہیئے۔

طرزِ زندگی: اپنی مدد آپ کرنے کیلیئے ہم کیا کرسکتے ہیں؟

آپ کا جی پی یا کنسلٹنٹ، قرارِ حمل کے سلسلے میں، آپ کو اپنی زندگی میں چند عملی تبدیلیاں لانے کا مشورہ دے سکتا ہے، اِن میں یہ شامل ہوسکتی ہیں:

وزن – قرارِ حمل کی کامیابی کیلیئے، یہ اہم ہے کہ آپ کا وزن مناسب ترین ہو، کیونکہ جسمانی وزن کا زیادہ یا کم ہونا آپ کے ہارمونز کی سطح کو متاثر کرسکتا ہے۔

سگریٹ پینا – مرد میں اسپرم کی تعداد کو کم کرسکتا ہے اور خاتون ان سے پیدا ہونے والے بچے کیلیئے مضر اثرات کا باعث بن سکتا ہے۔

الکحل – یہ حمل ہوجانے کے مواقع کم کرتا ہے اور اس کا استعمال کم سے کم مقدار میں کیا جانا چاہیئے۔

مباشرت– قرارِ حمل کے امکان کیلیئے، ہفتہ بھر میں دو یا تین بار مباشرت کرنا مناسب ہوگا۔

فو لک ایسڈ – حکومت کی جانب سے یہ سفارش کی جاتی ہے کہ جو خواتین اولاد کے حصول کی کوششیں کررہی ہیں انہیں فو لک ایسڈ کا استعمال کرنا چاہیئے تاکہ پیدائشی نقائص کا تدارک کیا جاسکے۔ اسے قرارِ حمل سے تین ماہ پیشتر ہی سے کھانا شروع کردینا چاہیئے لہٰذا، اگر

اعانت اور مزید معلومات

کتابیں

بانجھ پن کے موضوع پر ایک کثیر تعداد میں کتابیں انگریزی زبان میں موجود ہیں، جنہیں ممکن ہے آپ مفید پائیں، اِن کتابوں میں یہ شامل ہیں:

- van den Akker, O.B.A. (2002) The Complete Guide to Infertility:

[redacted]

Diagnosis,Treatment, Options. Free Association Books

- Chambers, R. (1999) Fertility Problems: A simple guide. Abingdon: