प्रसवपूर्व झिल्ली फुट्नु (PPROM)

महिलाहरू, बच्चा जन्माउने व्यक्तिहरू र उनीहरूको परिवारका लागि जानकारी

यदि तपाईं यो पर्चा पढ्दै हुनुहुन्छ भने तपाईं वा तपाईंले चिन्ने कसैलाई समयपूर्व प्रसवपूर्व झिल्ली फुट्ने (PPROM) हुन सक्छ, यो पर्चाले यसको अर्थ के हो भनेर व्याख्या गर्नेछ।

समयपूर्व प्रसवपूर्व झिल्ली फुट्नु (PPROM) भनेको के हो?

एम्नियोटिक थैलीको झिल्ली फुट्नु (च्यातिनु)

तपाईंको बच्चा एम्नियोटिक थैली भनिने तरल पदार्थको झोला भित्र विकास हुन्छ। जब तपाईंको बच्चा जन्मन तयार हुन्छ, एम्नियोटिक थैलीको झिल्ली फुट्छ र तरल पदार्थ तपाईंको योनिबाट बाहिर निस्कन्छ। यो तपाईंको पानी फुट्नु हो। यसलाई झिल्ली फुट्नु पनि भनिन्छ।

सामान्यतया तपाईंको पानीको थैली प्रसव हुनुभन्दा केही समय अगाडि वा गर्भावस्थामा फुट्छ। यदि तपाईंको पानीको थैली प्रसव हुनुभन्दा केही समय अगाडि फुट्छ भने, गर्भावस्थाको ३७ हप्ता भन्दा कम समयमा, यसलाई समयपूर्व प्रसवपूर्व झिल्ली फुट्ने वा PPROM भनिन्छ।

यदि यस्तो भयो भने, यसले (तर सधैं होइन) प्रारम्भिक प्रसव सुरु गर्न सक्छ। यदि तपाईंको पानी चाँडै फुट्यो भने, जोखिम र तपाईंको उपचार तपाईंको गर्भावस्थाको कुन चरणमा हुनुहुन्छ भन्ने कुरामा निर्भर गर्दछ।

के गर्भावस्थामा प्रसवपूर्व झिल्ली फुट्नु (PPROM) सामान्य छ?

प्रत्येक १०० गर्भावस्थामा लगभग ३ मा PPROM हुन्छ।

प्रसवपूर्व झिल्ली फुट्नु (PPROM) के कारणले हुन्छ?

हामीलाई सधैं थाहा हुँदैन किन प्रसवपूर्व झिल्ली फुट्नु (PPROM) हुन्छ, तर यो निम्न मध्ये कुनै एक कारणले हुन सक्छ।

- संक्रमण।
- तपाईंको प्लेसेन्टामा समस्याहरू, उदाहरणका लागि जहाँ प्लेसेन्टा राम्रोसँग विकास भएको हुँदैन वा क्षतिग्रस्त भएको हुन्छ।
- प्लेसेन्टा वा झिल्ली पछाडि रगत जम्ने समस्या हुन्छ।

तपाईंसँग अन्य जोखिम कारकहरू हुन सक्छन् यदि:

- तपाईंको पहिले नै समयपूर्व जन्म भएको छ वा PPROM भएको छ
- तपाईंको गर्भावस्थाको समयमा योनिबाट रक्तस्राव भएको छ
- तपाईंको पेटमा कुनै प्रत्यक्ष आघात (चोट) लागेको छ
- तपाईंको ग्रीवा (cervic)को शल्यक्रिया भएको छ (जस्तै ठूलो लूप एक्साइजन ट्रान्सफर्मेसन जोन (LLETZ) प्रक्रिया) वा तपाईंको ग्रीवा छोटो छ
- पहिले पनि प्लेसेन्टल एब्रुटेशन भएको छ (प्लेसेन्टा राम्रोसँग विकास भएको छैन वा क्षतिग्रस्त छ)
- एम्नियोटिक थैली (पोलिहाइड्रम्नियोस भनेर चिनिने) मा तपाईंको बच्चाको वरिपरि अतिरिक्त तरल पदार्थ छ
- एक भन्दा बढी बच्चा जन्माइरहनुभएको छ।

यो सम्झनु महत्त्वपूर्ण छ कि गर्भावस्थामा तपाईंले गर्नुभएको वा नगरेको कुनै पनि कामले PPROM भएको होइन।

मेरो पानी फुटेको छ कि छैन भनेर कसरी थाहा पाउने?

तपाईंको पानी फुट्दा हल्का फुटेको जस्तो महसुस हुन सक्छ, त्यसपछि एम्नियोटिक तरल पदार्थको चुहावट वा बग्ने जस्तो महसुस हुन सक्छ जुन तपाईं रोक्न सक्नुहुन्न, तपाईंले पिसाब फेर्दाको अनुभव जस्तो। तपाईंको एम्नियोटिक तरल पदार्थको बग्ने मात्रा फरक हुन सक्छ। तपाईंले वास्तविक 'फुटेको' महसुस नगर्न सक्नुहुन्छ, र तपाईंले पानीको चुहावट वा बग्ने महसुस गर्दा मात्र आफ्नो पानी थैली फुटेको महसुस गर्न सक्नुहुन्छ। तपाईंको पानी थैलो फुट्दा तपाईंलाई दुख्दैन।

एम्नियोटिक तरल पदार्थ स्पष्ट र फिक्का रंगको हुन्छ। यदि यसमा केही रगत छ भने यो अलि गुलाबी हुन सक्छ। तपाईंले निम्न अवस्थामा मातृत्व ट्रयाज (Triage) लाई फोन गर्नुपर्छ वा नजिकको अस्पतालमा जानुपर्छ:

- तपाईंको पानी गन्हाउने वा पहेंलो, खैरो वा गांढा रातो रंगको छ; वा
- तपाईंको ताजा रगत बग्दैछ।

यसको अर्थ तपाईं र तपाईंको बच्चालाई तुरुन्तै हेर्न आवश्यक हुन सक्छ।

त्यसपछि के हुन्छ?

यदि तपाईंको पानी फुटेको छ भने, तपाईंलाई सामान्यतया अस्पतालमा बस्न सल्लाह दिइनेछ जहाँ तपाईं र तपाईंको बच्चालाई संक्रमणको लक्षणहरूको लागि नजिकबाट निगरानी गरिनेछ। यो केही दिनको लागि हुन सक्छ वा यो लामो समयसम्म पनि हुन सक्छ।

- तपाईंको तापक्रम, रक्तचाप र नाडी नियमित रूपमा जाँचिनेछ, साथै संक्रमण जाँच गर्न रगत परीक्षणहरू पनि गरिनेछ।
- तपाईंको बच्चाको मुटुको धड्कनको पनि नियमित रूपमा निगरानी गरिनेछ।
- संक्रमणको सम्भावना कम गर्न तपाईंलाई एन्टिबायोटिक औषधिहरू दिइन सक्छ।

यदि तपाईंको पानी फुटेको छैन भने, तपाईं घर जान सक्नुहुन्छ।

यदि तपाईंको घरमा एम्नियोटिक तरल पदार्थ चुहिन जारी रह्यो भने, तपाईंले थप जाँचको लागि तुरुन्तै अस्पतालमा सम्पर्क गर्नुपर्छ।

म र मेरो बच्चाको लागि PPROM को अर्थ के हुन सक्छ?

यदि तपाईंको पानी चाँडै फुटेको छ भने, तपाईंको मिडवाइफ वा डाक्टरले तपाईंको बच्चाको लागि यसको अर्थ के हुन सक्छ भनेर तपाईंसँग छलफल गर्नेछन्। यो घटना हुँदा तपाईं कति हप्ता गर्भवती हुनुहुन्छ र तपाईंको व्यक्तिगत परिस्थितिमा निर्भर गर्दछ।

- **संक्रमण**

झिल्लीहरू (एम्नियोटिक थैली) ले तपाईंको बच्चाको वरिपरि सुरक्षात्मक अवरोध बनाउँछन्। तपाईंको झिल्ली फुटेपछि र एम्नियोटिक तरल पदार्थ बाहिर निस्कन थालेपछि, तपाईंलाई संक्रमण हुने जोखिम हुन्छ। यसले तपाईंलाई चाँडै प्रसव वेदनामा लान सक्छ वा तपाईं वा तपाईंको बच्चालाई सेप्सिस (संक्रमणको कारणले हुने जीवनलाई खतरामा पार्ने प्रतिक्रिया) हुन सक्छ।

संक्रमणका लक्षणहरूमा निम्न समावेश छन्।

  - तातो र न्यानो हुनुको साथै थरथर काँप्नु
  - योनिबाट असामान्य स्राव बग्नु, जसको गन्ध अप्रिय हुन्छ।
  - मुटुको धड्कन छिटो हुनु।

- तपाईंको तल्लो पेटमा दुखाइ।
- सामान्यतया अस्वस्थ महसुस हुनु।

तपाईंको बच्चाको मुटुको धड्कन पनि सामान्य भन्दा छिटो हुन सक्छ। यदि तपाईंलाई संक्रमण भएको संकेत देखिएमा, तपाईंको बच्चालाई तुरुन्तै जन्माउनु पर्ने हुन सक्छ। यो तपाईं र तपाईंको बच्चा दुवैलाई अझ बढी अस्वस्थ हुनबाट रोक्नको लागि हो।

- **PPROM र समयपूर्व जन्म**

PPROM भएका लगभग आधा महिलाहरूलाई पानी फुटेको एक हप्ता भित्र प्रसव वेदना सुरु हुनसक्छ। तपाईं आफ्नो गर्भावस्थामा जति नजिक हुनुहुन्छ, यो हुने सम्भावना त्यति नै बढी हुन्छ। PPROM प्रत्येक १० समयपूर्व जन्ममध्ये ३ देखि ४ जनासँग सम्बन्धित हुन्छ।

- **कर्ड प्रोल्याप्स**

कर्ड प्रोल्याप्स भनेको तपाईंको पाठेघरको मुखबाट तपाईंको योनिमा नाभी खस्नुलाई भनिन्छ। यो एक आपतकालीन जटिलता हो र तपाईंको बच्चाको लागि ज्यान जोखिममा पार्न सक्छ, तर यो असामान्य छ।

- **पल्मोनरी हाइपोप्लासिया**

यो त्यतिबेला हुन्छ जब तपाईंको बच्चाको फोक्सो सामान्य रूपमा विकास हुँदैन किनभने तिनीहरूको वरिपरि एम्नियोटिक तरल पदार्थ हुँदैन। यो तब बढी सामान्य हुन्छ जब तपाईंको गर्भधारणा अति प्रारम्भिक अवस्थामा (२४ हप्ताभन्दा कम) पानी फुट्छ, जब तपाईंको बच्चाको फोक्सो अझै विकास भैरहेको हुन्छ।

- **प्लेसेन्टल एब्रुप्शन**

यो तब हुन्छ जब तपाईंको प्लासेन्टा तपाईंको पाठेघरबाट अलग हुन्छ वा अलग हुन थाल्छ। यसले दुखाइ र अत्यधिक रक्तस्राव निम्त्याउन सक्छ, यो तपाईं र तपाईंको बच्चा दुवैको लागि खतरनाक हुन सक्छ। यो एक आपतकालीन अवस्था हो र तपाईंले तुरुन्तै चिकित्सा ध्यान खोज्नुपर्छ वा 999 मा कल गर्नुपर्छ। यो ध्यान दिनु महत्त्वपूर्ण छ कि कहिलेकाहीँ कुनै पीडा बिना नै भारी रक्तस्राव हुन सक्छ।

टोमीको वेबसाइटमा प्लेसेन्टल एब्रुपसनको बारेमा थप जान्नुहोस्।

1. नाभी/ नालको कर्ड प्रोल्याप्स
2. प्लेसेन्टल एब्रुप्शन

यदि तपाईंले PPROM अनुभव गर्नुभयो भने, दुःखको कुरा कहिलेकाहीं तपाईंको बच्चा बाँच्न सक्दैन। यदि तपाईंको पानीको थैलो धेरै चाँडै फुट्यो भने, यदि तपाईंको बच्चा धेरै समयअघि (२४ हप्ताभन्दा कम उमेरमा) जन्मियो भने, वा केही अवस्थामा, संक्रमण वा कर्ड प्रोल्याप्स भएमा, यस घटनाको जोखिम बढी हुन्छ।

के PPROM को लागि कुनै उपचार छ?

एक पटक झिल्ली फुटेपछि / च्यातियपछि त्यसलाई 'ठीक' गर्न वा निको पार्न सम्भव छैन, तर तपाईंको बच्चालाई हुने जोखिम कम गर्न तपाईंलाई उपचार प्रस्ताव गर्न सकिन्छ। यसमा समावेश हुन सक्छ:

- संक्रमणको जोखिम कम गर्न र प्रसव सुत्केरी ढिलाइ गर्न छोटो समयको लागी एन्टिबायोटिक दिने
- तपाईंको बच्चाको विकासमा मद्दत गर्न र समयपूर्व जन्मको कारणले हुने समस्याहरूको सम्भावना कम गर्न स्टेरोइड इंजेक्शन (कोर्टिकोस्टेरोइड) को कोर्स
- प्रसव वेदनामा परेपछि म्याग्नेसियम सल्फेट दिने, जसले गर्दा यदि तपाईंको बच्चा समयभन्दा पहिले नै जन्मिएको छ भने सेरेब्रल पाल्सी हुने जोखिम कम हुन सक्छ।

यदि तपाईं समयअघि प्रसव हुन्छ भने, तपाईंलाई इन्ट्राभिनस एन्टिबायोटिकहरू प्रस्ताव गर्न सकिन्छ(जहाँ एन्टिबायोटिक सुई मार्फत सिधै नसामा दिइन्छ) दिइन सक्छ जसले गर्दा ग्रुप बी स्ट्रेप (GBS) संक्रमणको जोखिम कम हुन्छ। थप जानकारीको लागि, कृपया **गर्भावस्था र नवजात शिशुहरूमा समूह बी स्ट्रेप्टोकोकस (GBS) पर्चा पढ्नुहोस्।**

माथि सूचीबद्ध उपचारहरूको बारेमा यदि तपाईंसँग कुनै प्रश्न वा चिन्ता छ भने, कृपया आफ्नो मिडवाईफ वा डाक्टरसँग कुरा गर्नुहोस्।

के म अस्पतालमा बस्नु पर्छ?

हामी सामान्यतया तपाईंको झिल्ली फुटेको कम्तिमा ४८ घण्टासम्म अस्पतालमा बस्न सल्लाह दिन्छौं, ताकि हामी तपाईं र तपाईंको बच्चाको स्वास्थ्यको निगरानी गर्न सकौं। यदि तपाईंको

डाक्टरले तपाईंलाई चाँडै बच्चा जन्माउने जोखिम छैन र संक्रमणको कुनै संकेत छैन भनेपछि, तपाईं घर जान सक्नुहुन्छ।

घर पठाउनु अघि, तपाईंलाई घरमा तपाईंको नाडी र तापक्रम कसरी जाच्ने भन्ने बारे स्पष्ट सल्लाह दिइनेछ। यस समयमा तपाईंलाई यौनसम्पर्क नगर्न सल्लाह दिइनेछ।

म घर गएँ भने कहिले मद्दत माग्नुपर्छ?

निम्न मध्ये कुनै पनि समस्या भएमा तुरुन्तै म्याटरनिटी ट्रयाजलाई सम्पर्क गर्नुहोस् र अस्पतालमा फर्कनुहोस्।

- फ्लू जस्तो लक्षणहरू (तातो र काम्ने महसुस हुनु)।
- तपाईंको योनिबाट रगत बग्नु।
- निस्किएको तरल पदार्थ हरियो वा गन्हाउने भएमा।
- संकुचन वा पेट दुख्ने।
- पेट वा ढाड दुख्ने।
- तपाईं चिन्तित हुनुहुन्छ कि तपाईंको बच्चा चल्ने कम भएको छ, रोकिएको छ, वा परिवर्तन भएको छ। यदि यस्तो भयो भने तुरुन्तै म्याटरनिटी ट्रयाजलाई सम्पर्क गर्नुहोस् (यस पर्चाको अन्त्यमा सम्पर्क विवरण हेर्नुहोस्)।

मैले कस्तो फलो-अप गर्नुपर्छ?

PPROM पछि तपाईंले नियमित रूपमा मिडवाईफ वा डाक्टरसँग जाँच गर्नुपर्छ, सामान्यतया हप्तामा एक वा दुई पटक। यी जाँचहरू तपाईंको मिडवाईफसँगको नियमित भेटघाटहरू जस्तै हुनेछन्।

यी जाँचहरूको क्रममा तपाईंको बच्चाको मुटुको धड्कन निगरानी गरिनेछ, तपाईंको तापक्रम, नाडी र रक्तचाप जाँच गरिनेछ, र संक्रमणको संकेतहरू हेर्नको लागि तपाईंको रगत परीक्षण गरिनेछ। तपाईंको डाक्टरले तपाईंको गर्भावस्थाको लागि निरन्तर योजनाको बारेमा तपाईंसँग छलफल गर्नेछन्, जसमा तपाईंको बच्चाको वृद्धि जाँच गर्न नियमित अल्ट्रासाउन्ड स्क्यान समावेश छ।

बच्चा जन्माउने सही समय कहिले हो?

यदि तपाईं र तपाईंको बच्चा दुवै स्वस्थ हुनुहुन्छ र संक्रमणको कुनै संकेत छैन भने, हामी तपाईंलाई बच्चा जन्माउन ३७ हप्तासम्म पर्खन सल्लाह दिन सक्छौं। किनभने यसले तपाईंको बच्चा समयपूर्व जन्मिने जोखिमलाई कम गर्न सक्छ।

यदि तपाईं GBS ब्याक्टेरिया बोक्दै हुनुहुन्छ भने, तपाईंको बच्चालाई GBS संक्रमणको जोखिमको कारणले गर्दा तपाईंलाई ३४ हप्तादेखि बच्चा जन्माउन सल्लाह दिइन्छ। थप जानकारीको लागि, कृपया **गर्भावस्था र नवजात शिशुहरूमा समूह बी स्ट्रेप्टोकोकस (GBS) पर्चा पढ्नुहोस्।**

तपाईंको मिडवाईफ वा डाक्टरले तपाईं र तपाईंको बच्चाको लागि के उत्तम लाग्छ भन्ने बारेमा तपाईंसँग कुरा गर्नेछन्, र तपाईं के गर्न चाहनुहुन्छ भनेर सोध्नेछन्। आफ्नो हेरचाहको बारेमा सहज महसुस गर्न र सूचित निर्णय लिन सक्षम हुनको लागि सकेसम्म धेरै प्रश्नहरू सोध्न नडराउनुहोस्।

के म PPROM पछि योनिबाट बच्चा जन्माउन सक्षम हुनेछु?

PPROM पछि योनिबाट बच्चा जन्माउन सम्भव छ, तर यो निम्न कुराहरूमा निर्भर गर्दछ:

- जब तपाईंको प्रसव सुरु हुन्छ
- तपाईंको बच्चा कुन स्थितिमा रहेको छ; र
- तपाईंको आफ्नै व्यक्तिगत परिस्थिति र छनौटहरू।

तपाईंको मिडवाईफ वा डाक्टरले तपाईंसँग यसबारे छलफल गर्नुहुनेछ।

के भविष्यको गर्भावस्थामा मलाई फेरि PPROM हुनेछ?

सम्भवतः PPROM हुनु वा समयभन्दा पहिले नै बच्चा जन्माउनुको अर्थ भविष्यमा हुने कुनै पनि गर्भावस्थामा समयभन्दा पहिले नै बच्चा जन्माउने जोखिम बढ्छ, तर यसको अर्थ तपाईंले पक्कै पनि जन्म दिनुहुनेछ भन्ने होइन।

तपाईंको अर्को गर्भावस्थामा तपाईंलाई प्रिटर्म बर्थ सर्भेलेन्स क्लिनिकमा पठाउन सकिन्छ। थप जानकारीको लागि, **कृपया प्रिटर्म बर्थ सर्भेलेन्स क्लिनिकको** पर्चा पढ्नुहोस्।

यदि तपाईंलाई विशेषज्ञ हेरचाह प्रदान गरिएको छैन भने, तपाईं यसको लागि सोध्न सक्नुहुन्छ। याद राख्नुहोस् कि यदि तपाईंलाई आफ्नो हेरचाहको बारेमा कुनै चिन्ता छ भने तपाईं सधैं आफ्नो मिडवाईफसँग कुरा गर्न सक्नुहुन्छ।

यदि म घर फर्केपछि कुनै चिन्ता वा प्रश्नहरू भए के गर्नुपर्छ?

मद्दत र सल्लाहको लागि ०१२२७ २०६७३७ मा म्याटरनिटी ट्रयाजलाई सम्पर्क गर्नुहोस्। तिनीहरू २४७ (चौबिसै घन्टा) उपलब्ध छन् र कुनै पनि प्रश्नको जवाफ दिन पाउँदा खुसी हुनेछन्।

यो पर्चा बिरामीहरूको साथमा बिरामीहरूको लागि बनाईएको हो ।

कृपया हामीलाई जानकारी दिनुहोस्:

- यदि तपाईंलाई कुनै पहुँचको आवश्यकता छ भने; यसमा श्रवण चक्रको (hearing loop) आवश्यकता पर्दछ वा तपाईंको अपॉइंटमेन्टमा तपाईंलाई साथ दिन कोठामा आउन चाहने व्यक्तिको आवश्यकता पर्दछ।
- यदि तपाईंलाई अनुवादकको आवश्यकता छ भने।
- यदि तपाईंलाई यो जानकारी अर्को प्रारूपमा (जस्तै ब्रेल, आवाज, ठूलो प्रिन्ट वा सजिलो पढ्नका लागि) आवश्यक छ भने।

तपाईंले यो सबै हामीलाई यसरी बताउन सक्नुहुन्छ:

- ट्रस्टको वेबसाइटमा गएर ।
- तपाईंको नियुक्ति (अपोइन्ट्मेन्ट) पत्रको शीर्षमा रहेको नम्बरमा फोन गरेर ।
- यो जानकारी बिरामी पोर्टलमा थपेर।
- तपाईंको अर्को अपोइन्ट्मेन्टमा कर्मचारी सदस्यलाई भनेर।

कुनै गुनासो, टिप्पणी, चासो वा प्रशंसा भए, कृपया आफ्नो स्वास्थ्य सेवा टोलीको सदस्यसँग कुरा गर्नुहोस्। वा १२२७ ७८३१४५ मा बिरामी सल्लाह र समन्वय सेवामा सम्पर्क गर्नुहोस्
वा इमेल गर्नुहोस्।

बिरामीले अस्पतालमा धेरै रकम (पैसा) वा बहुमूल्य सामानहरू ल्याउनु हुँदैन। कृपया ध्यान दिनुहोस् कि ईस्ट केन्ट अस्पतालहरूले व्यक्तिगत सम्पत्तिको हानि वा क्षतिको लागि कुनै जिम्मेवारी स्वीकार गर्दैन, जबसम्म सम्पत्ति सुरक्षित राख्नको लागि ट्रस्ट कर्मचारीहरूलाई हस्तान्तरण गरिएको छैन।

थप बिरामी जानकारी पर्चाहरू पूर्वी केन्ट अस्पतालहरूको वेबसाइटमा उपलब्ध छन्

सन्दर्भ नम्बर: वेब 601

पहिलो पटक प्रकाशित

अक्टोबर २०२४

अन्तिम पुनरावलोकन

डिसेम्बर २०२४

पछिल्लो पुनरावलोकन मिति

फरवरी २०२८

मेडिकल फोटोग्राफी विभाग द्वारा बनाईएको चित्र र फोटोहरू।

प्रतिलिपि अधिकार © पूर्व केन्ट अस्पताल विश्वविद्यालय एन एच एस फाउन्डेसन ट्रस्ट (East Kent Hospitals University NHS Foundation Trust)