

# په کازارین خانګه کې له مخکیني زېږون وروسته ستاسو د زېږون انتخابونه

## د پمرنو لپاره معلومات

### معرفي

که چېرې تاسو پخوا په سازارین کې ولادت یا زېږون کړی وي، نو دا خانګه تاسو ته ستاسو د ولادت د انتخابونو په اړه معلومات چمتو کوي. په ټولو مواردو کې به یو ډاکټر یا نرسه تاسو ته ستاسو د ولادت یا زېږون اړونده انتخابونو په اړه تشریحات وړاندې کړي او ستاسو پوښتنو ته ځوابونه درکړي.

### ستاسو زېږون، ستاسو انتخاب

که چېرې تاسو کومه پوښتنه یا اندېښنه لرئ، مهرباني وکړئ د خپل ډاکټر یا نرسې سره خبرې وکړئ. مور دلته ستاسو د ملاتړ لپاره یو او تاسو ته پوهاوی او معلومات چمتو کولو ترڅو تاسو وکولای شئ د خان، ماشوم او کورنۍ لپاره ترټولو ښه پرېکړه او انتخابونه وکړئ.

د پرېکړې په برخه کې د ملاتړ په موخه، تاسو کولای شئ له مور څخه درې لاندې پوښتنې وکړئ:

- زما انتخابونه څه دي؟
- زما د انتخابونو مثبت او منفي ټکي څه دي؟
- څنګه کولای شم ملاتړ ترلاسه کړم تر د ښو پرېکړو ترسره کولو په برخه راسره مرسته وکړي؟

که چېرې تاسو اضافي پوښتنې لرئ، مهرباني وکړئ په جرئت سره یې مور سره شریکې کړئ. تاسو کولای شئ د دغې پانې په وروستۍ برخه کې د درج شویو معلوماتو له لارې مور سره د اړیکو په اړه معلومات ترلاسه کړئ او یا هم مهرباني وکړئ هغې د تلفون شمېرې ته مراجعه وکړئ چې ستاسو د زېږون په دوسیه کې درج ده.

## ستاسو د زېږون یا ولادت انتخابونه

### VBAC څه شی دی؟

VBAC مخفف له 'vaginal birth after caesarean' څخه اخیستل شوی چې د "له کازارې نه وروسته د مهېلي زېږون" په معنی دی. دا هغه اصطلاح ده کله چې یوه ښځه د تناسلي آلې یا رحم له لارې زېږون یا ولادت کوي، له هغې مخکې یې په کازارین برخه کې ولادت یا زېږون کړی وي. مهېلي زېږون هغه ساده زېږون دی چې د پېنس یا kiwi/vacuum cup چې یوه طبي آله ده په مرسته ترسره کېږي.

### ERCS څه ته وايي؟

ERCS هغه مخفف دی چې له 'elective repeat caesarean section' څخه اخیستل شوی چې ستاسو له لومړني کازارین وروسته د پلان شوي کازارین زېږون په مانا دی.

تاسو به دغه انتخابونه معمولاً له مېندواری 39 اونۍ وروسته ولرئ. دا ځکه چې هغه ماشومان چې له یادې مودې مخکې په کازارین کې زېږي په لوړ احتمال سره ښايي هغه سره د تنفسي مرستې په موخه د ماشومانو د ځانګړي پالنې څانګې ته واستول شي، نو په همدې اساس، تر نو په همدې اساس، تر 39 اونيو پورې صبر وکړئ ترڅو ستاسو ماشوم یو څه لوی شي.

## کله چې د مهېلي ولادت او د کازارين د انتخابي ولادت تر منځ پرېکړه کېږي، نو کوم موارد بايد په پام کې ونيول شي

تاسو بايد لاندې موارد په پام کې ونيسئ:

- په کازارين څانگه کې ستاسو د لومړي زېږون لامل
- دا چې آيا تاسو پخوا مهېلي يا د رحم له لارې زېږون درلود که څنگه
- دا چې آيا تاسو هغه مهال د زېږون پر مهال يا له هغې وروسته په بستر کې کومه عارضه درلوده که څنگه
- ستاسو په رحم (تناسلي) کې د پرې کولو (څيرلو) نوع يا څرنگوالي
- د خپل پخواني زېږون په اړه مو په فزيکي او رواني لحاظ څه احساس درلود
- آيا ستاسو فعلي ماشوم په مستقم ډول د رحم له لارې دنيا ته راغلی او که مو ستونزه يا عارضه درلوده او بله دا چې څه پلان لرئ ترڅو په راتلونکي کې څو ماشومان ولرئ. د هر کازارين زېږون سره خطر ډېرېږي، نو که چېرې تاسو تکل لرئ چې نور ماشومان هم ولرئ نو دا به بهتره وي ترڅو د امکان په صورت کې د کازارين په څانگه کې له زېږون څخه ډډه وکړئ. دا هغه څه دي چې تاسو يې بايد په اړه له خپل نرس يا ډاکټر سره خبرې وکړئ.
- په کازارين کې له يوه څخه تر ډېر زېږون وروسته، تاسو بايد د مهېلي زېږون د احتمالي خطرونو مثبتو او منفي ټکو په اړه د بنځو چارو د يوه ارشد متخصص سره مشوره وکړئ.

تاسو سره د پرېکړې په برخه کې د مرستې په موخه، که چېرې تاسو وغواړئ په کازارين کې زېږون وکړئ او يا مو پخوا په دغه څانگه کې زېږون کړی وي، نو ستاسو نرس/نرسه به له تاسو غوښتنه وکړي ترڅو د زېږون په انتخابونو کې حضور ولرئ.

که چېرې تاسو خپل ماشوم په شاهي وړيا روغتون (Royal Free Hospital) کې ساتئ، نو دا به د 38 يا له 36-34 اونيو پورې هلته وي. که چېرې تاسو خپل ماشوم په بارنېټ روغتون (Barnet Hospital) کې ساتئ، نو دا به هلته د 28 اونيو لپاره وي. که چېرې تاسو خپله قانوني موده تېره کړئ، نو بنسټي له 40-41 اونيو پورې اضافي ملاقاتونه يا ليدنې ترتيب شي.

## له کازارين وروسته مې! - يم استقيم زېږون (VBAC) ن) زما د کازارين زېږون

### احتمال ما څومره دی؟

له يو ځل کازارين زېږون وروسته، په څلورو کې شاوخوا درې (75%) هغه بنځې چې له مستقي لارې مېندواري لري او دنده ترسره کوي، معمولا مېهلي زېږون کوي.

ځيني لاملونه کولای شي ستاسو د مهېلي زېږون احتمال ډېر کړي، لکه:

- که چېرې تاسو پخوا مهېلي زېږون درلود په کازارين څانگه کې ستاسو له پاتې کېدو مخکې يا وروسته، ستاسو تېر مهېلي زېږون، په 10 کې له 8-9 بنځې کېدې شي بل ډول مهېلي زېږون ولري.
- کله چې ستاسو زېږون په طبيعي ډول باندې پيل کېږي
- کله چې ثبت کې ستاسو د بدن حجمي شاخص (BMI) له 30 کمېږي.

### د کازارين له تېر زېږون وروسته د مهېلي زېږون درلودل څه گټې لري؟

- د کازارين له تېر زېږون وروسته د پلان شوي کازارين زېږون په پرتله، مهېلي زېږون لږ څه عوارض.
- تاسو به په لور احتمال سره په ډېر تعداد مهېلي ولادتونه ولرئ.
- ستاسو د بسترېدو موده به لنډه وي.
- کېدې شي تاسو د لنډې مودې لپاره په روغتون کې پاتې شئ.
- تاسو به په لور احتمال سره ډېر ژر د خپل ماشوم سره پوست په پوست کې شئ او په بريالۍ توگه به هغه ته شديدې ورکړئ.
- تاسو به عملياتو له خطر نه خوندي وئ.

- دا احتمال به کم وي چې ستاسو ماشوم د تنفسي ستونزو سره مخ شي.

## زيانونه يا منفي نقطې يې څه دي؟

په ټوله کې، ډېری بنځې داسې وي چې د هغوی او د هغی د ماشوم لپاره جدي گواښ خورا کم وي، که څه هم مور د تېر کازارین زېږون وروسته د مهلي زېږون په اړه ځینې ممکنه احتمالي عوارض لاندې ذکر کړي دي.

- په پېنځو کې دوه (40%) مېرمنې بنایي کېدې شي له **kiwi/vacuum cup** يا پېنس نه په استفادې سره مهلي زېږون ته اړتيا پيدا کړي.
- په 4 کې شاوخوا 1 (25%) هغه مېرمنې چې د مهلي زېږون پرمهال عمليات کېږي، کېدې شي د زېږون پرمهال بېرني کازارین زېږون ته اړتيا پيدا کړي. دا رقم په هغو بنځو کې چې خپل لومړنی ماشوم زېږوي 20% دی، او په هغو بنځو کې چې پخوا يې مهلي زېږون کړی وي 11% دی. د پلان شوي کازارین زېږون په پرتله د هغو بنځو لپاره چې بېرني د کازارین زېږون تجربه کوي د گواښ کچه لوړه ده. د بېرني کازارین ځانگي لپاره ترټولو لوی لامل دا گڼل کېږي چې که چېرې ستاسو زېږون په ځنډ سره کېږي او/يا هم ستاسو د ماشوم روغتيا ته د اندېښنې رامنځ ته کېدو په صورت کې.
- تاسو د هغو بنځو په پرتله چې د کازارین په ځانگه کې د دوهم ځل لپاره انتخاب کوي، ویني ته د اړتيا کم چانس (له 1%-2%) لری.
- دا امکان شتون لري چې ستاسو په رحم کې د پخواني کازارین زېږون له امله رامنځ ته شوی زخم جدا يا وڅیرل شي. دا ډول عارضه په خورا ندرت سره پېښېږي، معمولا د 200 هغو میندو له ډلې چې پخوا يې د کازارین په ځانگه کې ولادت کړی، 1 هغه يې د ورته عارضې سره مخ کېږي. که چېرې ستاسو زېږون القاح کېږي، او يا هم کومې مود په کازارین کې له يوه څخه ډېر ولادتونه کړي وي، نو دغه گواښ دوه يا درې برابره زیاتېږي. که چېرې د دغه ډول عوارضو د خطر نښې شتون ولري، نو ستاسو ماشوم به د کازارین په بېرني ځانگه کې ترسره شي. خو په هغهو شرايطو کې چې خورا په ندرت سره د رحم څیړولو ته اړتيا پيدا کېږي، دا کار کولای شي د مور او ماشوم په روغتيا ناوړه اغېز وکړي.
- د پلان شوي کازارین په پرتله (چې په 10000 میندو کې 1 ده) له کازارین وروسته د رحم له لارې د زېږون په صورت کې ستاسو ماشوم ته جدي گواښ لکه مغزي صدمه لور دی (په 10000 میندو کې 8 هغه يې).
- له کازارین وروسته پلان شوی د رحم له لارې زېږون له 39 اونيو وروسته د مړه ماشوم د زېږېدو د گواښ سره مل دی (په 10000 کې له 10 څخه ډېر). د مړو ماشومان زېږون کچه همغه ده چې د لومړي ځل لپاره زېږون کوی.

## د سازارین د نه توصیې په صورت کې څومره موده وروسته مهلي زېږون ترسره کېږي؟

د ډېری میندو لپاره مهلي يا د رحم له لارې زېږون يوه انتخابي موضوع ده، خو په لاندې شرايطو کې يې سپارښتنه نه کېږي:

- کله چې تاسو په تېره کې درې ځله يا له هغې څخه ډېر د کازارین ولادتونه کړي وي
- کله چې د تېر زېږون پرمهال ستاسو رحم څیرل شوی وي
- کله چې تاسو له خپل پخواني کازارین څخه د رحم په پاسنی برخه کې څیرل تجربه کړي وي
- کله چې تاسو د مېندواری اړونده نورې داسې ستونزې لری چې له مخې يې کازارین ته اړتيا لیدل کېږي.

## انتخابي کازارین زېږون

### د انتخابي کازارین زېږون گټي څه دي؟

- د رحم څیرلو د گواښ ټیټه کچه (په 1000 کې 1)
- د زېږون پرمهال خطرات له منځه وړي او ستاسو ماشوم ته نادر جدي گواښونه کموي او دا چې تاسو کولای شئ د د پلان شوي زېږون نېټه معلومه کړئ.
- په 10 مېرمنو کې 1 هغه يې د خپل انتخابي زېږون له ټاکل شويې نېټې مخکې زېږون کوي.

### زیانونه يې څه دي؟

- د پخواني سازارین له امله رامنځ ته شوي انساج بنائې عملیات نور هم پېچلي کړي او پایله يې کېدی شي کولمو او مثاني ته زیان ورسوي. دغه مورد د کازارین په متواترو زېږونونو کې ته 1% کم رامنځ ته کېږي.
- کېدی شي تاسو د ټپ په انتانونو اخته شئ چې کولای شي ستاسو تنفسي سیستم مختل کړي.
- کېدی شي تاسو د وینې تزریق ته اړتیا پیدا کړئ.
- تاسو په پښو یا سرو کې د وینې د ټینګېدو د جدي گواښ سره مخ کېږئ.
- کېدای شي تاسو د اوږدې مودې لپاره په بستر کې پاتې شئ او جراحی وروسته شاوخوا شپږ اونۍ به و به نه شئ کولای ډرېږوي وکړئ.
- که چېرې تاسو په راتلونکي کې مېندواره شئ په لوړ احتمال سره به د سازارین زېږون ته اړتیا پیدا کړئ. دا کار په زخم کې د جنینو د ودې امکان ډېروي. دا کار کېدی شي د خون رېزې لامل شي او بنائې د رحم لرې کولو ته اړتیا ولري.
- کېدی شي د کازارین د زېږون پرمهال ستاسو د ماشوم پوست څیري کرل شي. دا په کازارین کې د زېږېدونکو ماشومان ترمنځ په هرو 100 ماشومانو کې په 2 هغو کې رامنځ ته شي. دا ډول څیرل معمولاً د پېښېدو پرمهال په لږه اندازه وي او په طبیعي ډول د وخت په تېرېدو سره بڼه کېږي.
- له کازارین زېږون وروسته ستاسو د ماشوم لپاره تنفسي ستونزې یوه بشپړه طبیعي موضوع ده خو دا ستونزه د یوې لنډې مودې لپاره ده. هغه ماشومان چې د پلان شوي کازارین زېږون پرمهال او یا هم له هغې وروسته په 39 اونيو کې زېږي، په 100 کې له 4 تر 5 هغه يې تنفسي ستونزې لري او کېدی شي د ماشومانو د ځانگړي پالنې ځانگې ته اړتیا پیدا کړي.

### په کمر ډول مطرح شويې پوښتنې

آیا زه کولای شم له تېر کازارین زېږون وروسته په کور کې زېږون وکړم؟

له کازارین وروسته د مهېلي زېږون اړونده د کوچنیو خو واقعي زیانونو له امله، سپارښتنه دا ده چې د ښځو او زېږون په یوه ځانگه کې چې هلته بیړنۍ پالنې ته لاسرسی کېږي زېږون وکړئ.

که چېرې تاسو غواړئ په کور کې زېږون وکړئ، مور به تاسو د دغه انتخاب د ټاکلو په موخه یوه مشاور نرس ته معرفي کړو او تاسو سره به د تصم نیونې په برخه کې مرسته وکړو. بل انتخاب دا دی چې د زېږون په یوه مرکز کې ولادت وکړئ، چېرې چې بیړنۍ پالنې ته د یوه کور له شرائطو په گټې اخیستنې سره لاسرسی کېږي.

### که چېرې زه د مهېل له لارې د زېږون تکل کوم، څه پېښېږي؟

تاسو ته به مشوره درکړل شي ترڅو په روغتون کې زېږون وکړئ، خو دا هغه څه دي چې په اړه يې تاسو کولای شئ د زېږون ځانگې ته له تلو مخکې د خپل نرس/نرسې یا ډاکټر سره صلاح مشوره وکړئ.

څنگه چې تاسو پدې پوه شوی چې زېږون مو شوی یا مو اوبه درېدلې دي، نو فوراً له لاندې جزئیاتو نه په استفادې د روغتون سره په اړیکه کې شئ. څنگه چې په منظم ډول ستاسو د انقباض پروسټه پیل شوه، نو تاسو ته به سپارښتنه وشي ترڅو د زېږون پرمهال د خپل ماشوم د زړه ضربان په دوامداره توګه و څارئ. تاسو کولای شئ د درد د تسکین لپاره مختلف انتخابونه ولرئ.

## که چېرې زه پلان شوی کازارین زېږون ولرم خو بیا هم د زېږون ځانګې ته مراجعه کوم، نو څه به کېږي؟

مهرباني وکړئ د مشورې لپاره د هغه روغتون سره په اړیکه کې شئ چېرې چې تاسو کولای شئ کازارین زېږون ولرئ – مور سره د اړیکې په اړه معلومات لاندې ذکر شوي. که چېرې زېږون په لوړه کچه وي، کېدی شي کازارین زېږون ستاسو او ستاسو د ماشوم لپاره خورا خوندي وي، خو د اړتیا په صورت کې، د بېرني کازارین د ځانګې انتخاب هم شتون لري.

## مور سره اړیکه ونیسئ

- د بارنېټ روغتون (Barnet Hospital) وړیا شمېره: 020 8216 4408
- د شاهي وړیا روغتون شمېره: 020 7794 0500 ext 36208

## نور معلومات

- AIMS – د مېندواری په خدماتو کې د بهبود رامنځ ته کولو ټولنه  
[www.aims.org.uk/journal/item/vbac-in-birth-centres](http://www.aims.org.uk/journal/item/vbac-in-birth-centres)
- د بنځو او زېږون د برخې شاهي کالج (Royal College of Obstetricians and Gynaecologists) د تېر کازارین له لارښود پانې وروسته د زېږون د برخې انتخابونه:  
[www.rcog.org.uk/en/patients/patient-leaflets/birth-after-previous-caesarean](http://www.rcog.org.uk/en/patients/patient-leaflets/birth-after-previous-caesarean)
- د رویال فری لندن (Royal Free London) وېبپاڼه  
په رویال فری لندن روغتون (Royal Free London) کې د مېندواری د خدماتو په اړه د نورو معلوماتو لپاره لاندې لېنک وګورئ: [www.royalfree.nhs.uk/maternity](http://www.royalfree.nhs.uk/maternity)

## تصدیق پانې/ستاينې

د بنځو او زېږون په برخه کې د رویال کالج لخوا په لاره واچول شوه. “له تېرې کازارین ځانګې وروسته د زېږون انتخابونه” د ناروغ په اړه د معلوماتو پاڼه، لندن: RCOG؛ جولای 2016 د بنځو او زېږون په برخه کې د رویال یا شاهي کالج په اجازه.

## ستاسو نظر

که چېرې تاسو د لارښود په هغه کې د مآخذونو په اړه کوم نظر لرئ، مهرباني وکړئ لاندې برېښنالیک ته ایمل وکړئ: [rf.communications@nhs.net](mailto:rf.communications@nhs.net)

## بدیل فارمتونه

دغه لارښودپاڼه په لوړه بېمانه او ګڼو ژبو کې چاپ او د لاسرسې وړ ده. که چېرې تاسو دغه لارښودپانې ته په نورو ژبو کې اړتیا لرئ، مهرباني وکړئ د کارکوونکو د کوم غړي سره په اړیکه کې شئ.

Royal Free London NHS Foundation Trust  
Service: Maternity  
Version: 2  
Leaflet reference: RFL731PS  
Approval date: May 2023  
Review date: May 2025