



सामान्य प्रसव

Normal Delivery

उद्देश्य



- सामान्य प्रसव के बारे में जानना
- सामान्य प्रसव के 4 चरणों के बारे में जानना



सामान्य प्रसव की परिभाषा



सामान्य प्रसव वह प्रक्रिया है जिसके द्वारा गर्भकाल पूर्ण करने के बाद गर्भस्थ शिशु व प्लसेन्टा जन्म मार्ग (योनि मार्ग) से बिना किसी प्रयास से बाहर निकलते हैं तथा जिसकी अवधि 18 घंटे से अधिक नहीं बढ़ती है इसे सामान्य प्रसव कहते हैं ।

वास्तविक प्रसव पीड़ा के चिन्ह



1. महिला को रूक-रूककर पेट दर्द होता है जो कि 22 सप्ताह बाद कभी भी शुरू हो सकता है। इस दर्द के साथ अक्सर रक्तमिश्रित श्लेष्मा स्राव जिसे शो कहते हैं देखा जाता है।
2. गर्भाशय संकुचन (Uterine contraction)
3. सर्वाइकल ओस का विस्तारण (Dilatation of the cervical os)
4. गर्भाशय ग्रीवा का खुलना व पतला होना
5. झिल्ली का फटना व योनि से पतले पानी की तरह स्राव होता है।

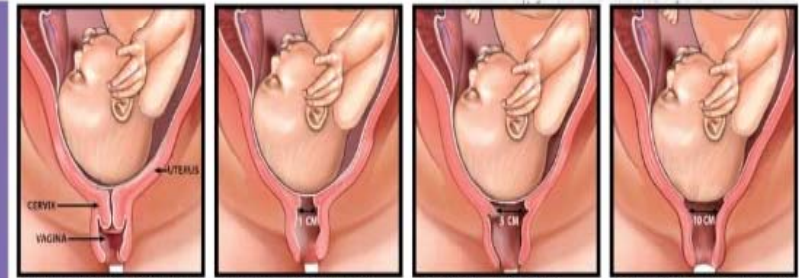
प्रसव के चरण



प्रसव के चार चरण होते हैं

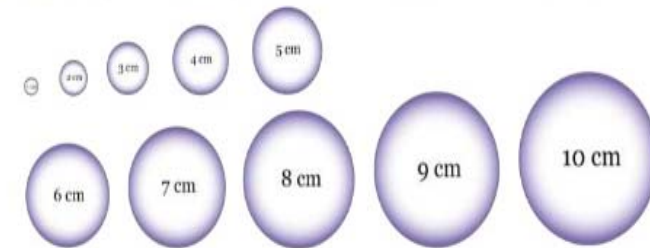
- प्रथम चरण—वास्तविक प्रसव पीड़ा से प्रारंभ होकर सर्विक्स के पूर्ण विस्तारण (10 सेमी.) तक की होती है। इसे विस्तारण अवस्था कहते हैं। इसकी अवधि प्रथम प्रसव में 11 से 12 घंटे की होती है।

Cervical dilatation



A. Cervix is not effaced or dilated. B. Cervix is fully effaced and dilated to 1 cm. C. Cervix is dilated to 5 cm. D. Cervix is fully dilated to 10 cm.

Dilation - the gradual opening of the cervix measured in centimeters from 0 to 10 cms.



प्रसव के चरण



- **द्वितीय चरण**— इसमें गर्भस्थ शिशु बाहर आता है। यह पूर्ण सर्विक्स के विस्तारण से लेकर गर्भस्थ शिशु के जन्म तक की होती है। इसकी अवधि प्रथम प्रसव में 2 घंटे और बाद के प्रसवों में मात्र आधे घंटे की होती है।



प्रसव के चरण



- तृतीय चरण— यह चरण 15 मिनट से आधे घंटे का होता है चाहे पहला प्रसव हो या बाद का।
- आवंल व झिल्लियों के बाहर आने की अवस्था है। यह चरण शिशु के जन्म के बाद से आवंल व झिल्लियों के निकलने तक का होता है।



प्रसव के चरण



- चौथा चरण— इसे अवलोकन अवस्था कहते हैं। यह आंवल व झिल्लियों के बाहर निकलने के बाद से लेकर 1 घंटे तक की अवधि होती है। इसे गोल्डन पिरियड भी कहते हैं।



प्रसव की अवस्था को पहचानना



1. यदि ग्रीवा 1–3 सेमी फैली हुई है और संकुचन कमजोर है और 10 मिनट में दो से कम है तो यह प्रसव का पहला चरण है, मगर महिला ने अभी सक्रिय प्रसव में प्रवेश नहीं किया है।
2. यदि ग्रीवा 4 सेमी या उससे अधिक फैली है मगर पूरी तरह नहीं फैली हुई है तो महिला अभी भी प्रसव के पहले चरण में है। मगर अब वह सक्रिय प्रसूति के दौर में है।

प्रसव की अवस्था को पहचानना



3. यदि ग्रीवा पूरी तरह (10 सेमी) फैल चुकी है (अर्थात योनि जांच में ग्रीवा को महसूस नहीं किया जा सकता), पेरीनियम पतली होकर फूल गई हो, गुदा द्वार और योनि के मुंह में खुले हों और भ्रूण का सिर गर्भाशय के दो संकुचन के बीच में भी नजर आता हो तो महिला प्रसव के दूसरे चरण में है (ये लक्षण बताते हैं कि शिशु जन्म होने को है)

प्रसव के पहले चरण का प्रबंधन



1. महिला सक्रिय प्रसव अवस्था में नहीं है: (ग्रीवा 0–3 सेमी फैली है और संकुचन कमजोर व 10 मिनट में 2 से कम हैं।)

हर घण्टे निम्नलिखित बातों की निगरानी करें:

- संकुचन: आवृत्ति (कितने मिनट में एक बार), तीव्रता (कितने जोरदार) और अवधि (एक संकुचन कितने सेकण्ड चलता है)
- भ्रूण की हृदय गति: भ्रूण की सामान्य हृदय गति 120–160 धड़कन प्रति मिनट होती है।
- ऐसा कोई लक्षण जो संकट का द्योतक हो (जैसे, सांस लेने में दिक्कत, फड़का (कंभलसन), योनि से खून बहना, फिट या बेहोशी)।

प्रसव के पहले चरण का प्रबंधन



निम्नलिखित की निगरानी हर चार घण्टे में करें

- 1 ग्रीवा का फैलाव (सेमी में)। जब तक जरूरी ना हो, हर चार घण्टे में एक बार से अधिक योनि जांच ना करें।
- 2 तापमान
- 3 नाड़ी
- 4 रक्तचाप
- 5 झिल्लियों के फटने का समय व गर्भजल का रंग रिकॉर्ड करें।
- 6 महिला को कभी अकेला ना छोड़ें।
- 7 यदि महिला चाहे तो उसे चलने-फिरने दें।

प्रसव के पहले चरण का प्रबंधन



निम्नलिखित की निगरानी हर चार घण्टे में करें

8 उसे उस स्थिति में रहने दें जो उसे आरामदायक लगे।

9 यदि आठ घण्टे बाद संकुचन अधिक जोरदार और ज्यादा बार होने लगें, मगर ग्रीवा के फैलाव में कोई प्रगति ना हो (झिल्लियां फटी हों या नहीं), तो यह प्रसव की अप्रगति का मामला है। महिला को तत्काल प्रथम रेफरल इकाई में रेफर करें।

प्रसव के पहले चरण का प्रबंधन



10 दूसरी ओर, यदि आठ घण्टे बाद संकुचन की तीव्रता / आवृत्ति / अवधि में कोई वृद्धि नहीं होती, झिल्लियां नहीं फटतीं और ग्रीवा के फैलाव में कोई प्रगति नहीं होती, तो महिला को आराम करने की सलाह दें। उससे कहें कि जब भी फिर से दर्द / बेचैनी शुरू हो और / या योनि से खून बहे, और / या झिल्लियां फटें तो आपको सूचित करें।

प्रसव के पहले चरण का प्रबंधन



2. महिला सक्रिय प्रसव में है: (जब ग्रीवा 4 सेमी या उससे अधिक फैली हो)
- हर 30 मिनट में निम्नलिखित बातों पर ध्यान दें:
 - संकुचन की आवृत्ति, तीव्रता और अवधि
 - भ्रूण की हृदय गति
 - संकट का कोई भी संकेत



प्रसव के पहले चरण का प्रबंधन



- निम्नलिखित बातों की जांच हर चार घण्टे में करें:
 - ग्रीवा का फैलाव (से.मी. में)।
 - तापमान
 - नाड़ी
 - रक्तचाप
- महिला को कभी अकेला ना छोड़ें।
- जब महिला सक्रिय प्रसव में पहुंच जाए, तो एक पार्टोग्राफ बनाना शुरू कर दें।

प्रसव के दूसरे चरण का प्रबंधन



1 यदि ग्रीवा पूरी तरह से फैल चुकी है, पेरीनियम पतली होकर फूल गई है, गुदा द्वार खुल गया है और शिशु का सिर नजर आ रहा है, तो महिला प्रसूति के दूसरे चरण में है।

2 हर पांच मिनट में निम्नलिखित बातों की जांच करें:

- संकुचन की आवृत्ति, तीव्रता और अवधि
- भ्रूण की हृदय गति
- पेरीनियम का पतला होना या फूलना
- संकुचन के दौरान शिशु का सिर नीचे आते दिखना
- संकट का कोई भी संकेत

प्रसव के दूसरे चरण का प्रबंधन



3 प्रसव के दूसरे चरण में महिला से सांस रोककर नीचे जोर लगाने की कोशिश करने को नहीं कहना चाहिए। सांस रोकना हानिकारक हो सकता है। इससे गर्भाशय एवं पुरैण में खून का प्रवाह घट सकता है। इससे भ्रूण को मिलने वाली ऑक्सीजन में कमी आ सकती है।

4 महिला को सक्रिय रूप से जोर लगाने को तब तक नहीं कहना चाहिए जब तक की भ्रूण का सिर पेरीनियम को फैलाने न लगे।

5 महिला को अपने सामान्य श्वसन के प्रति सचेत रहना सिखाइये।

6 प्रसव के दूसरे चरण को छोटा करने के लिए महिला को ऑक्सीटोसिन देना उचित नहीं है।

प्रसव के दूसरे चरण का प्रबंधन



7 सिर को नियंत्रित रूप से बाहर निकलने देने के लिए निम्नलिखित सावधानियां बरतें:

- जब संकुचन के साथ सिर आगे बढ़े तो एक हाथ सिर पर रखें।
- प्रसव के दौरान पेरीनियम को दूसरे हाथ से सहारा दें और गुदा द्वार को ढंकने के लिए एक फाहे को हाथ के किनारे से दबाकर रखें।
- पेरीनियम को अंगुठे और तर्जनी के मध्य से नजर आने दें।
- मां से कहें की वह खुले मुंह से गहरी व स्थिर सांस ले और सिर निकलते वक्त बहुत जोर ना लगाए।

प्रसव के दूसरे चरण का प्रबंधन



8 शिशु की गर्दन के आसपास गर्भनाल को महसूस करें। यदि गर्भनाल उपस्थित है

—और वह गर्दन के इर्द-गिर्द ढीली है तो शिशु को नाल के छल्ले में से होकर निकाल लें या नाल को शिशु के सिर पर से निकाल दें।

—और वह कसी हुई है, तो उसे चिमटी से पकड़ लें और काट दें और फिर उसे गर्दन के इर्द-गिर्द से निकाल दें।

प्रसव के दूसरे चरण का प्रबंधन



9 शिशु के कंधों व शेष शरीर को निकालना:

- कंधों का अपने-आप घूमने व निकलने का इंतजार करें। यह आमतौर पर 1–2 मिनट में हो जाता है।
- ऊपरी कंधे को निकलने के लिए नीचे की ओर हल्के से दबाव डालिए।
- इसके बाद पिछला कंधा निकालने के लिए शिशु को ऊपर (मां के पेट की ओर) उठाइए।
- शिशु का शेष शरीर आसानी से निकल आता है।
- शिशु को मां के पेट पर रख दीजिए।

प्रसव की क्रियाविधि



1. Head floating, before engagement



प्रसव की क्रियाविधि



2. Engagement; descent, flexion



प्रसव की क्रियाविधि



3. Further descent, internal rotation



प्रसव की क्रियाविधि



4. Complete rotation, beginning extension



प्रसव की क्रियाविधि



5. Complete extension



प्रसव की क्रियाविधि



6. Restitution (external rotation)



प्रसव की क्रियाविधि



7. Delivery of anterior shoulder



प्रसव की क्रियाविधि



8. Delivery of posterior shoulder



प्रसव के दूसरे चरण का प्रबंधन



- प्रसव का समय नोट कीजिए।
- तत्काल नवजात की देखभाल शुरू कीजिए।
- पेट को दबाकर और भ्रूण के अंगों को महसूस करने की कोशिश करके यह देख लें कि एक और बच्चा तो नहीं है।



प्रसव के दूसरे चरण का प्रबंधन



10 नाल काटने के लिए निम्नलिखित चरण अपनाएं—

- 1–2 मिनट बाद नाल को बांधकर काटें। इस अवधि में आमतौर पर नाल धड़कना बन्द कर देती है। इसका परिणाम यह होगा कि भ्रूण के रक्त संचार में अधिक खून पहुंच जाएगा जिससे नवजात अनीमिया से बचाव होगा।
- नाल पर शिशु के पेट से 2 से.मी. और 5 से.मी. दूर कसकर बंधन बांधें।
- एक स्टेरलाइज्ड (नये) ब्लेड से दोनों बंधनों के बीच में काटें।
- नाल के टूट में से रिसते हुए खून पर ध्यान दीजिए। यदि खून रिस रहा है तो पहले बंधन और शिशु के पेट के बीच एक और बंधन बांधिए।
- गर्भनाल को सूखा छोड़ दिया जाए।

प्रसव के दूसरे चरण का प्रबंधन



- 11 शिशु को त्वचा से त्वचा के सम्पर्क हेतु मां के सीने पर लिटा दें।
- 12 शरीर से गर्मी निकलने से बचाने के लिए शिशु को गरम कपड़े में लपेटें। यदि कमरा ठंडा है, तो मां व बच्चे को ओढ़ाने के लिए अतिरिक्त कंबल का उपयोग करें।
- 13 मां को स्तनपान शुरू कराने हेतु प्रेरित करें।

धन्यवाद