

## اپنے ڈاکٹر یا نرس سے پوچھنے کے لیے مفید سوالات

آپ خود کو بتائے جانے والے جوابات اور اپنے کسی سوالات کو تحریر کرنے کی خواہشمند ہو سکتی ہیں۔

### تمام اختیارات

- کیا آپ میرے لیے یہ اختیار تجویز کرتے ہیں؟ کیوں؟
- کیا آپ خطرات کے بارے میں مزید وضاحت کر سکتے ہیں؟
- اگر میں اپنا ارادہ تبدیل کر لوں تو کس سے رابطہ کروں؟
- آپ درد کے لیے کیا تجویز کر سکتے ہیں؟ اگر مجھے زیادہ زود اثر کچھ چاہیئے ہوا تو کیا ہوگا؟
- میرے بچے کی باقیات کا کیا ہوگا؟ کیا ان کا ٹیسٹ کیا جائے گا؟ اگر ایسا کیا گیا تو کیا تب بھی انہیں، مجھے واپس کیا جا سکتا ہے؟

### متوقع اور طبی نظم

- اگر میرا خون بہنا شروع نہیں ہوتا تو میں کیا کروں؟ مجھے کتنی دیر انتظار کرنا چاہیئے؟

### طبی نظم

- کیا مجھے سارے یا کچھ وقت کے لیے اسپتال میں قیام کرنا پڑے گا؟ اگر ایسا ہے، تو کیا مجھے نجی کمرہ دستیاب ہوگا؟
- مجھے دوا دیے جانے سے پہلے کتنی دیر انتظار کرنا ہوگا؟
- مجھے کون سی ادویات دی جائیں گی؟
- قے سے بچاؤ کے لیے کیا چیز تجویز کی جا سکتی ہے؟

### سرجیکل نظم

- میرے لیے کیا خطرات ہیں؟
- اس عمل کے دوران کیا میں جاگتے رہنے یا سونے کا اختیار چن سکتی ہوں؟
- کیا مجھے پہلے دوا لیتے ہو گی؟
- کیا کوئی میرے ساتھ انتظار کرنے کے قابل ہوگا؟
- میرا کتنی دیر تک اور کہاں انتظار کرنے کا امکان ہے؟
- کیا میری معاونت کے لیے کوئی نامزد کردہ فرد اور میرے ساتھ کوئی فرد ہوگا؟
- میرے بچے کی باقیات کا کیا ہوگا؟ کیا ان کا ٹیسٹ کیا جائے گا؟ اگر ایسا کیا گیا تو کیا تب بھی انہیں، مجھے واپس کیا جا سکتا ہے؟

Tommy's یہاں آپ کے لیے حاضر ہے۔



Tommy's سے بات کریں  
حمل سے محرومی کے کسی بھی  
پہلو کے متعلق مفت مدد وائف سے  
0800 0147 800 پر رابطہ کریں یا  
midwife@tommys.org پر ای میل  
کریں۔

Facebook پر ہمارا Baby Loss معاونتی گروپ ضائع ہونے والے حمل سے دوچار ہونے والے افراد کو تلاش کرنے اور ان سے بات کرنے کے لیے ایک اچھی جگہ ہو سکتا ہے۔

ڈاؤن لوڈ کے قابل PDF اور تراجم Tommy's کی ویب سائٹ پر دستیاب ہیں۔ اس دستی اشتہار کی مزید نقول آرڈر کرنے کے لیے براہ کرم pregnancyinfo@tommys.org پر ای میل کریں

یہ دستی اشتہار پراجیکٹ NIHR15/160/02 کی فنڈنگ کے ساتھ تیار کیا گیا تھا۔  
اظہار کردہ آراء مصنف (مصنفین) کی ہیں اور  
NIHR یا شعبہ صحت و سماجی نگہداشت کا ان سے متفق ہونا ضروری نہیں۔

FUNDED BY  
**NIHR** | National Institute for  
Health and Care Research

## ضائع ہونے والے اور نامکمل اسقاط حمل کے نظم کے متعلق فیصلہ کرنا

ہمیں نہایت افسوس ہے کہ آپ کے ساتھ ایسا ہوا۔

ہم جانتے ہیں کہ واضح معلومات کی موجودگی اور سوالات پوچھنے کا موقع مشکل فیصلوں کو قدرے آسان تر بنا سکتا ہے۔ ہم امید کرتے ہیں کہ یہ دستی اشتہار آپ کو اپنے اختیارات کو سمجھنے میں مدد دے سکے اور آپ خواہ جو بھی فیصلہ کریں، اس کے لیے خود کو زیادہ بہتر طور پر تیار محسوس کر سکیں۔

### 3 بنیادی اختیارات ہیں جن کی آپ کو پیشکش کی جا سکتی ہے۔

**متوقع نظم سے مراد اسقاط حمل کے خود سے ہو جانے کا انتظار کرنا ہے۔** اسے کبھی کبھار روایتی یا قدرتی نظم بھی کہا جاتا ہے۔



**طبی نظم سے مراد دوا لینا ہے تاکہ آپ کے بچے کی باقیات اور حمل کی بافت کی آپ کے رحم سے باہر آنے میں مدد کی جا سکے۔**



**سرجیکل نظم سے مراد آپ کے بچے کی باقیات اور حمل کی بافت ایک سکشن ڈیوائس کو استعمال کر کے، آپ کے سرویکس کے ذریعے نکالی جائیں۔**



یہ دستی اشتہار ان خواتین کے ساتھ تخلیق کیا گیا ہے جو ضائع ہو جانے والے حمل سے گزری ہیں۔ اس میں ہم آپ کے بچے کے جسم نیز حمل کی بافت کے متعلق بات کرتے ہیں۔ زیادہ تر افراد جن سے ہم نے بات کی ہے انہوں نے ہمیں بتایا ہے کہ یہ ان کی ترجیحی زبان ہے۔ اگر یہ آپ کے لیے صحیح نہیں ہے، تو ہم معذرت خواہ ہیں۔ ہمیں امید ہے کہ یہ معلومات اب بھی مفید ہوں گی۔



ہم Tommy's ہیں، صف اول کا فلاحی ادارہ جو بچے سے محرومی کے دھچکے اور شدید صدمہ کو روکنے اور حمل اور پیدائش کو سب کے لیے محفوظ بنانے کی خاطر موجود ہے۔

**Tommy's**

Tommy's ایک رجسٹرڈ فلاحی ادارہ (1060508) اور (SC039280) ہے۔  
جائزہ شدہ فروری 2024۔ اگلے جائزے کی تاریخ فروری 2027۔

ہر ایک اختیار کے بارے میں مزید مطالعے کے لیے کسی فون کیمرہ سے QR کوڈ اسکین کریں	خطرات کیا ہیں؟	یہ کب ہو گا؟	یہ کہاں ہو گا؟	تکلیف، خون بہنا اور ضمنی اثرات۔	میرے بچے کی باقیات اور حمل کی بافت۔
<p>متوقع</p>  <p>100 کیسز میں سے 50 کام کرتا ہے۔</p>	<p>ہر 100 میں سے 1 سے 3 کو انفیکشن ہو جائے گا۔ 100 میں سے 2 کا بے تحاشہ خون بہے گا اور انہیں ایک ہنگامی آپریشن کی ضرورت ہو گی۔ اگر 2 ہفتوں کے اندر یہ خود سے نہ ہو، تو آپ کا/کی ڈاکٹر آپ سے دیگر اختیارات کے بارے میں گفتگو کرے گا/گی۔</p>	<p>ناقابل پیش گوئی - آغاز کے لیے 2 یا زائد ہفتے لگ سکتے ہیں۔ کیا یہ ٹھیک ہے یا معاملات کا تیزی سے یا ایک کنٹرول کردہ طریقے سے انجام پانا آپ کی ترجیح ہے؟ کیا ایسے اوقات ہوتے ہیں جب آپ کو معاونت حاصل نہیں ہو گی یا آپ کو گھر سے دور ہونے کی ضرورت ہو گی؟</p>	<p>کہیں بھی شروع ہو سکتا ہے۔ کیا ایسے اوقات ہوں گے جب آپ آسانی سے گھر نہ پہنچ سکتی ہوں؟ کیا ایسا کوئی فرد ہے جو آگے بڑھے اور مختصر نوٹس پر مدد فراہم کر سکے؟</p>	<p>درمیانی/شدید تکلیف اور بہت زیادہ خون بہنا۔ کیا دوسری چیزیں، آپ کے لیے درد اور خون بہنے سے گریز سے زیادہ اہمیت رکھتی ہیں؟ اگر آپ کو ضرورت ہو تو کیا آپ فوراً اسپتال واپس جا سکتی ہیں؟</p>	<p>آپ ایسی چیز خارج کر سکتی ہیں جیسے آپ اپنی حمل کی تھیلی اور بچے کے جسم کے طور پر پہچان سکتی ہیں۔ اگر آپ باقیات غیر متوقع طور پر گھر سے کہیں باہر خارج کرتی ہیں، تو آپ شاید انہیں واپس گھر لانے یا محفوظ کرنے کے قابل نہ ہوں۔ کیا آپ کو اپنے بچے کی باقیات دیکھنا بہت پریشان کن یا مشکل محسوس ہو گا؟</p>
<p>طبی</p>  <p>100 کیسز میں سے 85 میں کام کرتا ہے۔</p>	<p>ہر 100 میں سے 1 سے 3 کو انفیکشن ہو جائے گا۔ 100 میں سے 2 کا بے تحاشہ خون بہے گا اور انہیں ایک ہنگامی آپریشن کی ضرورت ہو گی۔ اگر یہ کارآمد نہ ہو، تو آپ کو شاید سرجری کی ضرورت پیش آئے۔</p>	<p>زیادہ قابل پیش گوئی - دوسری دو لینے کے کچھ گھنٹوں کے اندر ہی عموماً آپ کا خون بہنا شروع ہو جاتا ہے۔ کیا سرجری کی ضرورت کے بغیر آپ وقت کے متعلق مزید قطعیت چاہتی ہیں؟</p>	<p>گھر پر یا اسپتال میں - اسپتال کی پالیسی پر منحصر ہے۔ کیا آپ کو گھر میں ایسی جگہ اور رازداری دستیاب ہے جس کی آپ کو ضرورت ہے؟ کیا آپ اسپتال میں کسی ایسی جگہ پر ہونے سے مطمئن ہیں جہاں آپ حاملہ افراد کو دیکھ یا سن سکتی ہیں؟</p>	<p>درمیانی/شدید تکلیف اور بہت زیادہ خون بہنا تکلیف متوقع نظم کے مقابل میں زیادہ شدید ہو سکتی ہے۔ یہاں بھی درج بالا سوالات کے متعلق سوچیں۔ متلی اور اسپتال ہو سکتے ہیں۔ کیا آپ کو بچے سے روکنے کی دوا لینے پر کوئی اعتراض ہو گا؟</p>	<p>کیا آپ اس بات کا فیصلہ کرنے میں آرام دہ محسوس کریں گی کہ باقیات کا کیا کرنا ہے؟ کیا آپ اپنے بچے کی باقیات کو کسی ایسی جگہ پر خارج کرنے کے امکان کے لیے تیار ہیں، جہاں سے آپ اسے باآسانی واپس نہ لا سکیں؟</p>
<p>سرجیکل</p>  <p>100 کیسز میں سے 95 میں کام کرتا ہے۔</p>	<p>ہر 100 میں سے 1 سے 3 کو انفیکشن ہو جائے گا۔ 100 میں سے 16 سے 18 کے رحم میں بعد ازاں زخمی بافت ہو گی۔ کچھ دیگر نایاب خطرات بھی موجود ہیں۔ QR کوڈ اسکین کریں یا اپنے ڈاکٹر سے استفسار کریں۔ اگر یہ کارآمد نہ ہو، تو آپ کو شاید دوبارہ سرجری کی ضرورت پیش آئے۔</p>	<p>بے حد قابل پیش گوئی۔ آپ کو اسپتال واپس آنے کے لیے ایک دن دیا جائے گا۔ اس دن آپ کو کسی ہنگامی کیسز کی صورت میں انتظار کرنا پڑ سکتا ہے۔ کچھ اسپتال انتظار کے لیے نجی جگہ کی پیشکش کر سکتے ہیں، اور آپ کے ساتھ کسی کو انتظار کرنے کی اجازت دے سکتے ہیں۔ کیا آپ انتظار کرنے میں مطمئن ہیں، جو کہ تنہا اور/یا میٹریٹی کی جگہ میں ہو سکتا ہے؟</p>	<p>آپریشننگ تھیٹر میں (جنرل اینیستھینک)۔ کیا آپ آپریشن کے دوران بے ہوش ہونا چاہتی ہیں؟ کیا ایسا کوئی فرد ہے جو ڈرائیو کر کے آپ کو گھر لے جا سکتا ہے؟ کلینک میں (مقامی اینیستھینک)۔ آپ کو اپنے ساتھ کسی کو رکھنے کے قابل ہونا چاہیے۔ کیا یہ آپ کے لیے اہم ہے؟ کیا آپ آپریشن کے دوران بیدار رہنا چاہتی ہیں؟</p>	<p>بعد میں کچھ خون بہنا اور اکڑن ہونا - متوقع یا طبی نظم کے مقابلے میں کم۔ کیا آپ ہر ممکن حد تک درد اور خون سے گریز چاہتی ہیں؟ آپ عام بے ہوشی کی دوا دے جانے سے پہلے کھانے اور پینے سے قاصر ہوں گی۔ کیا آپ بغیر کھانے یا پینے کئی گھنٹے گزارنے پر مطمئن ہیں؟</p>	<p>آپ اپنی حمل کی تھیلی یا اپنے بچے کا جسم دیکھنے سے قاصر ہوں گی۔ آپ کے کہنے پر باقیات آپ کو واپس کی جا سکتی ہیں، لیکن وہ ناقابل شناخت ہوں گی۔ آپ اس بارے میں کیسا محسوس کرتی ہیں؟</p>