
नैसर्गिक प्रसूती

(Normal Delivery)

डॉ. वैजयंती पटवर्धन

अपत्याचा जन्म ही अत्यंत नैसर्गिक आणि सर्वसामान्य घटना आहे. प्रत्येक सस्तन प्राण्याच्या मादीने पिल्लाला जन्म देणे हे आपण बघतो, अनुभवतो. निरनिराळ्या कारणामुळे आधुनिक काळात नैसर्गिक प्रसूतीचे प्रमाण कमी झालेले दिसते. यामुळे स्त्रियांच्या मनात अनेक शंका व वैद्यकीय व्यावसायिकांबद्दल गैरसमजही दिसतात. म्हणून नैसर्गिक प्रसूती म्हणजे Normal Delivery विषयी आपण थोडी शास्त्रीय माहिती घेऊ या.

प्र. १) नॉर्मल डिलीव्हरी म्हणजे काय?

शास्त्रीय व्याख्येनुसार पूर्ण दिवसांच्या गरोदरपणाच्या अखेरीस नैसर्गिकपणे कळा येण्याची प्रक्रिया सुरू होऊन कुठल्याही गुंतागुंतीशिवाय योनीमार्गातून जिवंत बाळाचा जन्म होणे. थोडक्यात कुठल्याही सहाय्याची गरज न भासता योनीमार्गाद्वारे होणारा बाळासा जन्म म्हणजे नैसर्गिक प्रसूती.

प्र. २) नैसर्गिक प्रसूती कशी होते?

गरोदरपणाचा कालावधी २८० दिवसांचा म्हणजेच ९ महिने ७ दिवसांचा असतो. या काळात गर्भाशयामध्ये बाळाची क्रमशः वाढ व विकास होत असतो. गर्भावस्थेत गर्भाशयाचा आकार वाढत असतो, मात्र गर्भाशयमुख बंद असते व बाळ गर्भाशयात सुखरूप असते.

बाळाची वाढ पूर्ण झाल्यावर मातेच्या शरीरातील काही संप्रेरके व द्रव्यांचे प्रमाण बदलते. यामुळे गर्भाशय आकुंचन पावायला व गर्भाशयमुख उघडायला लागते व बाळ योनीमार्गाच्या दिशेने ढकलायला सुरुवात होते.

गर्भाशयाची आकुंचने, गर्भाशयमुख उघडणे (१० से.मी.) व बाळ खालच्या दिशेने सरकणे या क्रिया एकसंधपणे विशिष्ट समन्वयाने घडतात व बाळ जननसंस्थेच्या बाहेर येते. बाळाच्या प्रसूतीनंतर काही वेळातच वार आणि इतर आवरणे योनीमार्गाद्वारे बाहेर टाकली जाते. गर्भाशय व गर्भाशयमुखाची आकुंचने चालू राहतात व गर्भाशयमुख बंद होते. अशी असते नैसर्गिक प्रसूतीची क्रिया.

प्र. ३) नैसर्गिक प्रसूतीच्या अवस्था कोणत्या?

सर्वसामान्यतः प्रसूतीच्या ४ अवस्था मानल्या जातात.

पहिली अवस्था - प्रसूतीच्या पहिल्या अवस्थेत प्रसूतीच्या कळा सुरू होतात व गर्भाशयमुख उघडायला लागते. या कळा सौम्य असतात. हळूहळू त्यांची तीव्रता वाढू लागते व त्या लागोपाठ येऊ लागतात. प्रसूतीच्या या अवस्थेमध्ये गर्भाशयमुख पूर्णपणे उघडते (१० से.मी.) प्रसूतीची ही अवस्था साधारणतः ८ ते १२ तास चालते.

दुसरी अवस्था - गर्भाशयमुख (ग्रीव्हा) पूर्णपणे उघडण्यापासून बाळाचा जन्म होईपर्यंत ही अवस्था असते. सुमारे १ ते २ तासांची ही अवस्था असते.

तिसरी अवस्था - बाळाच्या जन्मानंतर गर्भाशय आकुंचन पावू लागते. वार व गर्भाशयाचे अस्तर (membranes) गर्भाशयापासून विलग होऊन बाहेर पडतात.

चौथी अवस्था - बाळाच्या जन्मानंतर गर्भाशय पूर्णपणे आकुंचन पावते व पूर्वस्थितीला येते. तसेच अन्य शारीरिक बदलही पूर्ववत होतात. ही अवस्था सुमारे ४२ दिवसांची असते.

प्र. ४) प्रसूती नैसर्गिक होणार की नाही हे आधी कळते का? प्रसूती नैसर्गिक होऊ शकण्याबाबत आपल्याला काही प्रमाणात आधी अंदाज बांधता येतो. अर्थात प्रसूतीच्या

कोणत्याही टप्प्यावर अगदी शेवटच्या टप्प्यातसुद्धा समस्या आल्यास नैसर्गिक प्रसूतीमध्ये अडथळा येऊ शकतो.

प्र. ५) नैसर्गिक प्रसूतीसाठी पूरक बाबी कोणत्या?

नैसर्गिक प्रसूतीसाठी ३ गोष्टी व्यवस्थित असणे आवश्यक असते.

प्रसूतीची वाट - जननमार्गातून बाहेर येण्याची वाट ही बाळाच्या आकारास पुरेशी असणे आवश्यक आहे. वाट लहान असल्यास बाळ बाहेर येण्यास अडथळा निर्माण होतो.

आईच्या कटीच्या हाडांमधील पोकळी बाळासाठी व्यवस्थित रुंद असेल तर बाळ सुखरूपरित्या बाहेर येते. तसेच गर्भाशयमुख म्हणजेच ग्रीव्हा पूर्ण उघडणे (१० से.मी.) हे बाळाच्या प्रसूतीसाठी गरजेचे असते.

बाळ - बाळाचा आकार - जननमार्गास अनुरूप असल्यास नैसर्गिक प्रसूती शक्य असते. बाळाचे वजन जास्त असल्यास अथवा बाळाचे डोके मोठे असल्यास नैसर्गिक प्रसूतीला अडथळा ठरतो.

बाळाची स्थिती - बाळाचे डोके मुडपलेल्या अवस्थेत

खाली आल्यास नैसर्गिक प्रसूती होऊ शकते.

बाळाचे स्वास्थ्य चांगले असेल तर नैसर्गिक प्रसूती सहजरित्या होते. बाळाच्या हृदयाचे ठोके, बाळाचा आकार याबरोबरच सोनोग्राफी NST, doppler यासारख्या चाचण्यांनी बाळाचे स्वास्थ्य समजते. याशिवाय वारेची स्थिती, गर्भजलाचे प्रमाण सामान्य असणे नैसर्गिक प्रसूतीसाठी गरजेचे आहे.

प्रसूतीची क्रिया - नैसर्गिक प्रसूतीसाठी गर्भाशयाच्या कळांचे बळ पुरेसे हवे. प्रसूतीच्या दोन कळांमध्ये गर्भाशय शिथिल होणे हे सुद्धा बाळाच्या स्वास्थ्यासाठी महत्त्वाचे असते.

प्रसूतीच्या कळांमध्ये गर्भाशय आकुंचन पावून बाळाला जननमार्गाने खालच्या दिशेने ढकलते. त्याचवेळी ग्रीव्हा उघडते. अशावेळी बाळ डोके मुडपलेल्या अवस्थेत ठेऊन फिरते (flexion & rotation) या गोष्टी नियंत्रित पद्धतीने होणे, त्यांचा समन्वय व सातत्य असणे हे नैसर्गिक प्रसूतीसाठी गरजेचे असते. अनेकदा हे मातेच्या व डॉक्टरांच्या नियंत्रणापलीकडे असू शकते.

प्र. ६) नैसर्गिक प्रसूतीमध्ये धोके असतात का?

अर्थातच हो, प्रसूतीची प्रक्रिया जरी नैसर्गिक असली तरी त्यात अनेक क्रियांचा समावेश व समन्वय असायला लागतो. यातील कुठलीही प्रक्रिया अपेक्षेनुसार न झाल्यास नैसर्गिक प्रसूतीमध्ये अडथळा येतो व पर्यायाने धोका उद्भवू शकतो.

प्रसूती दरम्यान बाळाचा आकार व जननमार्गाची रुंदी यांच्यात अनुरूपता नसेल अथवा बाळाची स्थिती योग्य नसेल तर बाळ जननमार्गात अडकू शकते. अशावेळी प्रसूतीला विलंब होऊन बाळाला त्रास होऊ शकतो व जननमार्गाला इजा पोचू शकते. क्वचितप्रसंगी गर्भाशय फाटूसुद्धा शकते.

प्रसूतीदरम्यान बाळाच्या रक्तपुरवठ्यामध्ये काही अडथळा आल्यास बाळ गुदमरू शकते. अचानक शस्त्रक्रियेला सामोरे जावे लागते. प्रसूतीप्रसंगी जास्त रक्तस्राव होणे, प्रसूतीनंतर गर्भाशय आकुंचन न पावणे यामुळे गंभीर परिस्थिती निर्माण होऊ शकते.

काही अकस्मात आलेल्या समस्यांमुळे उदा. - हृदयाचे कार्य नीट न होणे, गर्भाजल रक्तवाहिनीत शिरणे, रक्त गोठण्याची प्रक्रिया मंदावणे इत्यादीमुळे स्त्रीच्या जीवाला

धोका निर्माण होऊ शकतो.

अर्थात हल्ली अचूक निदान, आधुनिक चाचण्या व योग्य उपचारांच्या सहाय्याने प्रसूती दरम्यानचा धोका कमी करण्यात वैद्यकीय क्षेत्राला थोडेफार यश आले आहे.

प्र. ७) नैसर्गिक प्रसूतीमध्ये डॉक्टर व नर्सचा वाटा किती असतो?

प्रसूतीदरम्यान बाळ व आईचे स्वास्थ्य नीट आहे ना याकडे वैद्यकीय तज्ज्ञ लक्ष ठेवतात. प्रसूतीच्या वेळी गर्भाशयाच्या कळा नीट येत आहेत ना, गर्भाशयमुख उघडत आहे ना, बाळ खाली सरकत आहे ना याचे सावधपणे निरीक्षण व मूल्यमापन केले जाते. थोडक्यात प्रसूतीच्या प्रक्रियेची प्रगती अपेक्षेप्रमाणे होत आहे ना? त्यात काही अडथळा येत नाही ना हे बघितले जाते व गरजेनुसार आवश्यक तत्कालीन कृती करून आई व बाळाचा धोका कमी करण्याचे कार्य डॉक्टर व नर्सेस करतात.

प्र. ८) नैसर्गिक प्रसूतीसाठी काही तयारी करायला हवी का? का ते फक्त निसर्गावरच अवलंबून असते?

होय, नैसर्गिक प्रसूती होण्यामध्ये गरोदर स्त्री, तिचे कुटुंबीय व ती ज्यांच्या देखरेखीखाली असते त्या प्रसूतीतज्ज्ञांचा

वाटा फार महत्त्वाचा असतो.

सुरक्षित गर्भारपण व नैसर्गिक प्रसूतीचे नियोजन खरंतर किशोरवयीन वयातच सुरू व्हायला हवे. योग्य पोषण, व्यायाम व शिक्षण यामुळे मुलीची वाढ व प्रजननसंस्थेची परिपक्वता नीट होते. मातेच्या वयाची दोन्ही टोके (वीस वर्षांआधी व ३५ वर्षांनंतर) नैसर्गिक प्रसूतीसाठी धोकादायक असतात. गरोदरपणामध्ये तज्ज्ञ डॉक्टरांच्या देखरेखीखाली तपासणी, चाचण्या व औषधोपचार अत्यंत महत्त्वाचे आहेत. गरोदर स्त्री व बाळ दोघांचेही स्वास्थ्य चांगले असेल तरच नैसर्गिक प्रसूती होऊ शकते. म्हणूनच स्त्रीने स्वतःचे व बाळाचे स्वास्थ्य नीट राहण्यासाठी चौरस आहार, पुरेशी विश्रांती व योग्य व्यायाम करायला हवा. प्रसूती सोपी होण्यासाठी श्वसनाचे व्यायाम व जननसंस्थेच्या शिथीलकरणासाठीचे व्यायाम नियमितपणे करायला हवे.

प्रसूतीची जागा, प्रसूतीसाठीच्या मदतनीसाची निवड व आर्थिक नियोजनही आधी करायला हवे.

शारीरिक स्वास्थाबरोबरच मानसिक तंदुरुस्तीही महत्त्वाची.

