प्रसव–पश्चात अधिक रक्तस्त्राव की रोकथाम के लिए मीज़ोप्रोस्टॉल गोलियों का समुदाय आधारित वितरण कार्यक्रम

कार्यक्रम विवरण का हैन्डआउट

पृष्ठभूमि के मुख्य विचार

- जननी सुरक्षा योजना और जननी शिशु सुरक्षा कार्यक्रम के तहत भारत सरकार महिलाओं को गर्भावस्था, प्रसव के दौरान, प्रसव–पश्चात् और नवजात की गुणवत्ता वाली सेवाएँ सरकारी स्वास्थ्य इकाइयों पर निःशुल्क उपलब्ध करा रही है।
- भारत में होने वाली 100 मातृ मृत्यओं में से 40 की प्रसव के बाद अधिक रक्तस्त्राव (पोस्टपार्टम हेमरेज या पीपीएच) होने के कारण मृत्यु होती है।
- ऐसे नज़दीकी स्वास्थ्य केन्द्र पर, जहाँ माँ और नवजात शिशु की उपयुक्त देखभाल की जा सके, सभी गर्भवती महिलाओं को प्रसव कराने के लिए सलाह–मश्वरा देना चाहिए और उन्हें इसके लिए प्रोत्साहित करना चाहिए।
- ऐसी परिस्थितियों में जहाँ महिला के द्वारा प्रसव के लिए स्वास्थ्य केन्द्र पर पहुँचना मुश्किल है और घर पर प्रसव एक मात्र विकल्प है, वहाँ एएनएम या अन्य कुशल जन्म सहायक द्वारा जन्म के समय सहायता देना आवश्यक है।
- ऐसे अधिसूचित, पहाड़ी, दुर्गम और सुदूर क्षेत्र जहाँ सड़क की उपलब्धता नहीं है, पर भारत सरकार ने, घर पर जन्म के समय एएनएम को रहने और सहायता देने के लिए प्रोत्साहन राशि देने की सहमति दी है।
- संस्थागत प्रसव के दौरान प्रसव के तीसरे चरण के सक्रीय प्रबन्धन (एएमटीएसएल) द्वारा ऑक्सिटोसिन इन्जेक्शन लगा कर प्रसव–पश्चात् अधिक रक्तस्त्राव होने की रोकथाम की जाती है।
- उपयुक्त भण्डारण परिस्थिति न होने या अन्य संसाधन बाधाओं के कारण यदि ऑक्सिटोसिन इन्जेक्शन उपलब्ध नहीं है या घर पर प्रसव हो जाये तो, प्रसव–पश्चात् अधिक रक्तस्त्राव (पीपीएच) की रोकथाम के लिए मीज़ोप्रोस्टॉल की 3 गोलियाँ बच्चा पैदा होने के तुरंत बाद महिला को खिलाई जा सकती हैं।
- मीज़ोप्रोस्टॉल गोलियाँ सुरक्षित और प्रभावी हैं।
- इन्हें देने के लिए न तो इन्जेक्शन लगाने के कौशल की ज़रूरत है, न इन्जेक्शन लगाने की सामग्री की और न ही भण्डारण के लिए शीत श्रंखला की ज़रूरत है।
- विभिन्न कारणों से बहुत सी गर्भवती महिलायें घर पर प्रसव कराती हैं और प्रसव के दौरान उन्हें एएनएम की सहायता नहीं मिल पाती है।

भारत सरकार का नितिगत निर्णय

घर पर प्रसव कराने वाली महिलाओं को प्रसव–पश्चात् अधिक रक्तस्त्राव (पीपीएच) की रोकथाम के लिए भारत सरकार ने एएनएम की निगरानी में और उसकी सहमति से गाँव स्तर पर उपलब्ध सहिया को महिला की गर्भावस्था के आठवें माह में मीज़ोप्रोस्टॉल की 3 गोलियाँ देने की अनुमति दी है।

इलाज पाने में देरियाँ

आपात्कालीन स्थिति में या गर्भावस्था, प्रसव के दौरान, प्रसव–पश्चात् या नवजात शिशु को परेशानी होने पर जल्दी इलाज न मिल पाने के कारण उनकी मृत्यु हो सकती है। ये देरियाँ क्या हैं:

1. जटिलता पहचानने में और अस्पताल ले जाने का निर्णय लेने में देरी
2. अस्पताल तक पहुँचने में देरी
3. अस्पताल पहुँच कर तुरन्त उचित इलाज मिलने में देरी

इन परिस्थितियों के लिए पहले से तैयार रहने से मातृ और नवजात शिशु के जीवन की रक्षा की जा सकती है।

प्रसव–पश्चात् अधिक रक्तस्त्राव और उसकी रोकथाम के तथ्य

- भारत में होने वाली 100 मातृ मृत्यओं में से 40 की प्रसव के बाद अधिक रक्तस्त्राव (पोस्टपार्टम हेमरेज या पीपीएच) होने के कारण मृत्यु होती है।
- **पीपीएच क्या है?** महिला को प्रसव के बाद पहले 24 घंटे के अन्दर 500 मि.लि. या अधिक खून जाता है तो उसे प्रसव–पश्चात् अधिक रक्तस्त्राव या पीपीएच कहते हैं।
- **पीपीएच को कैसे पहचानें?** यदि शिशु होने के बाद महिला को इनमें से कोई भी लक्षण हो तो उसे पीपीएच समझना चाहिए–
  - पाँच मिनट में एक या अधिक सामान्य पैड पूरा खून से भर जाए
  - खून के थक्के आ रहे हों या
  - लगातार धीमी गति से खून की धारा बह रही हो
- यदि तुरन्त इलाज न मिले, तो पीपीएच वाली महिला की, खून जाना शुरू होने से **2 घंटे** के अन्दर मृत्यु हो सकती है।
- **पीपीएच के मुख्य कारण:**
  - शिशु जन्म के बाद बच्चेदानी का सख्ती से संकुचित न होना
  - प्रजनन मार्ग में चोट लगना (कटाव या फटना)
  - प्लैसेन्टा/आंवल/फूल का पूरा या उसका कोई हिस्सा बच्चेदानी में रह गया हो
- स्किल्ड बर्थ अटेन्डेन्ट (एसबीए) जैसे डाक्टर/नर्स/एएनएम की सहायता से संस्थागत या घर पर प्रसव के दौरान पीपीएच की रोकथाम हो सकती है।

पीपीएच की रोकथाम के लिए मीज़ोप्रोस्टॉल गोलियों की मुख्य बातें

- मीज़ोप्रोस्टॉल गोली एक दवा है जो, बच्चे के जन्म के बाद बच्चेदानी को संकुचित कर के, प्लैसेन्टा को बाहर निकालने में मदद करती है, और बच्चे के जन्म के बाद अधिक रक्तस्त्राव के जोखिम को कम करती है।
- यह एक छोटी गोली के रूप में उपलब्ध है जिसको पानी के साथ मुँह से निगला जाता है।
- एक गोली में 200 माईक्रोग्राम मीज़ोप्रोस्टॉल दवा होती है।
- एक महिला को मीज़ोप्रोस्टॉल की तीन गोलियाँ (200 माईक्रोग्राम प्रत्येक, कुल 600 माईक्रोग्राम) पानी के साथ शिशु जन्म के एक मिनट के अन्दर, प्लैसेन्टा निकलने से पहले खानी चाहिए। इससे जन्म के बाद अधिक रक्तस्त्राव का जोख़िम बहुत कम हो जाता है।
- यदि बच्चा पैदा होने के बाद प्लैसेन्टा भी साथ ही बाहर आ गया है, तो भी महिला को गोलियाँ खा लेनी चाहिए।
- इन गोलियों को **केवल एक बार** ही खाना है।
- गोलियाँ खाने के बाद इसके कुछ सामान्य दुष्प्रभाव हो सकते हैं, जैसे–मितली आना, सिर में दर्द, दस्त, बुखार व कंपकपी। ये प्रभाव खतरनाक नहीं होते हैं। इनके लिए किसी भी दवा की ज़रूरत नहीं पड़ती है और ये कुछ समय बाद अपने आप खत्म हो जाते हैं।
- बच्चा होने के बाद, बच्चेदानी में दूसरा बच्चा नहीं है, यह सुनिश्चित करने के बाद ही महिला को मीज़ोप्रोस्टॉल की गोलियाँ खानी चाहिए।
- **जब बच्चा बच्चेदानी में हो तो मीज़ोप्रोस्टॉल गोलियाँ नहीं खानी चाहिए।** गोली के कारण माँ और बच्चे की जान को ख़तरा हो सकता है। जैसे, बच्चेदानी के संकुचन से बच्चा गर्भ में ही मर सकता है। बच्चेदानी फट भी सकती है। यह महिला और परिवारजनों के लिए एक बहुत ही महत्वपूर्ण संदेश है। **इसको केवल बच्चे/सभी बच्चों के जन्म के बाद और प्लैसेन्टा के निकलने के पहले ही लेना चाहिए।**

घर पर ही प्रसव कराने वाली महिलाओं को पहचानने के मानदण्ड

- जिस घर में पहले एक या अधिक बार घर पर ही प्रसव हुआ हो।
- वे परिवार जो सामाजिक/धार्मिक/सांस्कृतिक/आर्थिक कारणों से घर पर ही प्रसव कराना पसंद करते हैं।
- **गर्भावस्था के दौरान जाँचों की संख्याः** यदि गर्भवती महिला ने गर्भावस्था के छठे महीने के अन्त तक दो से कम प्रसव पूर्व (एएनसी) जाँच कराई है।
- **घर पर कोई देखभाल करने वाला न होः** ऐसी महिलाएँ जो अगर प्रसव के लिए स्वास्थ्य केन्द्र पर जाती हैं, तो उनके बच्चों/परिवार की देखभाल के लिए कोई सहायता करने वाला नहीं है।
- **महिला/परिवार का चुनावः** ऐसी स्थिति जब एएनएम और आशा द्वारा लगातार और अच्छी सलाह–मश्वरा और प्रोत्साहन के बावजूद महिलाएँ/उनके परिवार वाले संस्थागत प्रसव के लिए तैयार नहीं हैं और घर पर ही प्रसव के लिए कहते हैं।
- महिलाएँ जिनके अपंग बच्चे हैं या ऐसे परिवार जहाँ पर किसी वयस्क का सहारा नहीं है।
- महिलाएँ जिनके घरों की भौगोलिक स्थिति दुर्गम है और घर पर ही प्रसव संभव हैः
  - ऐसे सुदूर गाँव/टोले जहाँ कच्ची या पक्की सड़क नहीं है और **वाहन का पहुँचना संभव नहीं है।**
  - ऐसे सुदूर गाँव/टोले जो **पहाड़ के टीले पर** हैं या ऐसे क्षेत्र जो मुख्य ज़मीन से अलग हैं।
  - बर्फ से ढके/चारों तरफ जल–जमाव वाले क्षेत्र जो, **एक महीने से अधिक** मुख्य ज़मीनी भाग से अलग रहते हैं।
- ऐसी अन्य परिस्थितियाँ जहाँ एएनएम और आशा आश्वस्थ हैं कि महिला के प्रसव की संभावना घर पर ही ज़्यादा है।

मीज़ोप्रोस्टॉल के समुदाय आधारित अग्रिम वितरण के लिए एएनएम और आशा को निर्देश

गर्भवती महिलाओं को चिन्हित करने के चरणः

- आशा को अपने क्षेत्र की गर्भवती महिलाओं की सूची बनानी है। एएनएम और आशा प्रसव–पूर्व देखभाल और फॉलो–अप के लिए इन महिलाओं को सलाह–मश्वरा देंगी और नज़दीकी उपयुक्त स्वास्थ्य केन्द्र पर प्रसव कराने के लिए प्रोत्साहित करेंगी।
- ऐसी सूची बनाने और गर्भावस्था के दौरान फॉलो–अप से एएनएम और आशा यह समझ पाएँगी कि कौन सी ऐसी गर्भवती महिलाएँ हैं जो घर पर ही प्रसव करायेंगी।
- एएनएम और आशा, मानदण्ड के अनुसार उन महिलाओं को प्रसव–पश्चात् अधिक रक्तस्त्राव से बचाव के लिए मीज़ोप्रोस्टॉल की गोलियाँ देने के लिए चिन्हित करेंगी जो घर पर ही प्रसव करायेंगी। यह सूची उन सभी महिलाओं की बनानी है, जिनके वर्तमान में गर्भावस्था के छः महीने पूरे हो गए हैं। आशा यह सूची एएनएम के साथ परामर्श कर के ग्राम भ्रमण के दौरान बनायेंगी।
- **महिला की एएनसी जाँचः** जिन महिलाओं को मीज़ोप्रोस्टॉल गोलियाँ दी जानी हैं, उनको आशा अपने निकटतम सब सेन्टर या 24X7 पीएचसी या वीएचएनडी दिवस पर गर्भावस्था के आठवें महीने में एएनएम से जाँच के लिए ले जाएगी। यह ज़रूरी है, जिससे यह सुनिश्चित किया जा सके कि गर्भ में एक से अधिक बच्चा तो नहीं है और महिला स्वस्थ है।

  यदि गर्भवती महिला को इन में से कोई भी जटिल स्थिति है, तो आगे की देखभाल के लिए उसे एफआरयू पर रेफर करें:

  - जुड़वा बच्चे हों
  - पहले ऑपरेशन से बच्चा हुआ हो
  - बच्चेदानी का कोई ऑपरेशन हुआ हो
  - उल्टा या आड़ा बच्चा हुआ हो या इस गर्भावस्था में हो
  - उच्च रक्तचाप, दौरे पड़ना या खून की कमी (एनीमिया हो)
  - दिल की बीमारी या और कोई चिकित्सीय जटिल बीमारी हो
  - छोटा कद हो
  - तीस वर्ष से ज्यादा उम् हो
  - अन्य "हाई रिस्क" अवस्था हो

- **वितरण का समयः** जो महिलाएँ घर पर प्रसव कराने के लिए चिन्हित हैं, उन्हें गर्भावस्था के आठवें महीने में मीज़ोप्रोस्टॉल गोलियों का अग्रिम वितरण करना है। आठ महीने पर देने से यह सुनिश्चित हो पाएगा कि प्रसव–पश्चात् अधिक रक्तस्त्राव को रोकने के लिए महिला को मीज़ोप्रोस्टॉल की गोलियाँ लेना याद रहेगा।
- **कितनी गोलियाँ देनी हैंः** 3 गोलियाँ। हर गोली 200 माइक्रोग्राम की (कुल 600 माइक्रोग्राम)।
- **वितरण का स्थानः** वितरण, घर के भ्रमण के दौरान आशा या ग्राम स्वास्थ्य व पोषण दिवस (वीएचएनडी) पर एएनएम करेगी। क्योंकि प्रसव के तृतीय चरण में महिला को खुद गोलियाँ खाना संभव नहीं है, इसलिए परिवार के एक सदस्य, विशेषकर महिला, जो साथ में रहेगी को गोलियाँ खिलाने के निर्देश देंगी।

- **सलाह–मश्वराः** चिन्हित महिलाओं और उनके परिवारजनों को एएनएम और आशा को एक सप्ताह के अंतराल पर कम–से–कम दो बार सलाह–मश्वरा करना है और मीज़ोप्रास्टॉल गोलियाँ खाने के सारे निर्देश देने हैं। पहले गृह भ्रमण पर तीन गोलियों का पैकेट तथा सुरक्षित प्रसव कार्ड को भरना है। दी गोलियों के बारे में पूरी जानकारी और गर्भवती तथा उनके परिवारजनों की सलाह–मश्वरा देना। एक सप्ताह बाद दूसरे भ्रमण पर आशा/एएनएम को यह सुनिश्चित करना है कि गर्भवती/परिवारजनों को मीज़ोप्रोस्टॉल गोलियों के उपयोग की पूरी और सही जानकारी है। निर्देशों को दोबारा दोहरायें।

- **विशेष परिस्थितिः** यदि आशा द्वारा महिला को प्रसव के लिए स्वास्थ्य केन्द्र पर ले जाते समय रास्ते में ही बच्चा पैदा हो जाये या महिला ने संस्थागत प्रसव की इच्छा की थी, पर घर पर ही बच्चा पैदा हो गया हो, तो आशा/परिवार के सदस्य जो महिला के साथ हैं, को बच्चा पैदा होने के तुरंत बाद महिला को 600 माईक्रोग्राम मीज़ोप्रोस्टॉल गोलियाँ पानी से खिला देनी चाहिए।

3 मीज़ोप्रोस्टॉल गोलियों की खुराक जो आशा के पास किसी भी समय उपलब्ध होनी चाहिए = सूचीबद्ध महिलाएँ जिनका प्रसव घर पर होना है की संख्या. + 5 आपात्कालीन खुराक

अग्रिम वितरण की ज़िम्मेदारीः प्रसव–पश्चात् अधिक रक्तस्त्राव से बचाव के लिए मीज़ोप्रोस्टॉल गोलियों के अग्रिम वितरण करवाने की ज़िम्मेदारी एएनएम की है। परंतु, यदि किन्हीं कारणों से चिन्हित महिलाओं को आशा मीज़ोप्रोस्टॉल गोली का वितरण गर्भावस्था के आठवें महीने पर नहीं कर पाती है तो, ऐसी अवस्था में एएनएम की सहमति से आशा घर पर मीज़ोप्रोस्टॉल गोलियाँ बाँट सकती है।

गर्भावस्था का आठवाँ महीना जानने का तरीका

महिला से उसकी आखरी माहवारी की तारीख (एलएमपी) पूछें जैसे – 10 अगस्त 2013

महिला का आठवाँ महीना जानने के लिए इस में सात महीने जोड़ें – 10 मार्च 2014

महिला के प्रसव की सम्भावित तिथि (ईडीडी) जानने के लिए एलएमपी में नौ माह और सात दिन जोड़ें

नौ माह जोड़ने पर तारीख होगी – 10 मई 2014

अब इसमें सात दिन और जोड़ें – 17 मई 2014

महिला के प्रसव की सम्भावित तिथि है – 17 मई 2014

महिला को आठवें महीने में, जैसे 10 मार्च 2014 के बाद, आप उसे 3 मीज़ोप्रोस्टॉल गोलियाँ दे सकती हैं।