

क्यों होता है गर्भपात ?



स्त्री के लिए जीवन का सबसे सुखद एहसास होता है, मां बनना। मां बनने के पूर्व उसे गर्भावस्था की प्रक्रिया से गुजरना पड़ता है। यह अवस्था कुदरत की स्वाभाविक व प्राकृतिक प्रक्रिया है, जोकि 9 महीने 7 दिन का समय लेती है। कई स्त्रियों में 9 माह का यह सफर आसानी से बीत जाता है, पर कुछ महिलाओं को इस दौरान अनेक परेशानियों का सामना करना पड़ता है। ऐसी ही एक समस्या है – गर्भपात। स्मरण रहे, गर्भपात का नारी के सौंदर्य पर भी प्रतिकूल परिणाम होता है।

अध्ययनों से ज्ञात हुआ है कि 100 में से 57 केसेस में सहज रूप से प्रसव होता है। केवल 43 प्रतिशत मामलों में गर्भस्राव या गर्भपात जैसे समस्याएं आती हैं। इसमें से भी 75 प्रतिशत मामलों में गर्भ स्थापित होने के पूर्व ही पात हो जाता है, जिसका पता नहीं चलता। केवल 25 प्रतिशत रुग्णाओं में गर्भपात के लक्षण स्पष्ट रूप से दिखाई देते हैं। प्रथम गर्भावस्था में गर्भपात की संभावना 15 प्रतिशत, द्वितीय गर्भावस्था में 19 प्रतिशत व तृतीय गर्भावस्था में यह 35 प्रतिशत तक बढ़ जाती है। अगर 3 बार गर्भपात हुआ, तो चौथी बार इसका खतरा 47 प्रतिशत तक बढ़ सकता है।

अब तक के अध्ययनों से गर्भपात के निम्न कारण मुख्य रूप से पाए गए हैं।

गर्भाशय में संरचनात्मक दोष

- गर्भाशय की रचना में आनुवंशिक दोष हो, असुरक्षित तरीके से 2–3 बार गर्भपात कराए गए हों, तो इससे गर्भाशय की दीवारें आपस में चिपक जाती हैं और गर्भपात की आशंका बनी रहती है।
- गर्भावस्था में रसोली (Fibroid) – यदि Fibroid गर्भाशय के बाह्यस्तर से चिपके हों तो गर्भ को तब तक हानि नहीं पहुंचाते, जब तक वे आकार में नहीं बढ़ते।
- गर्भाशय का मुंह खुला होना (Incompetent Cervix) गर्भपात

के 10–15 मामले गर्भाशय का मुंह खुलने के कारण होते हैं। जब भ्रूण विकसित होकर गर्भाशय मुख (Cervix) पर दबाव डालने लगता है, तब गर्भपात हो सकता है। इससे पहले रुग्णा को पता नहीं चलता। इस स्थिति में सर्जरी द्वारा गर्भाशय मुख पर टांके लगाकर इसे बंद किया जाता है। प्रसव का समय नजदीक आने पर इन टांकों को खोला जाता है।

आघात या मानसिक तनाव

कई प्रकरणों में पाया गया है कि गर्भवती महिला के मानसिक तनावग्रस्त होने अथवा उसे किसी प्रकार का आघात लगने पर भी गर्भपात होने की संभावना रहती है।

रोगों के कारण गर्भपात

थायराइड ग्रंथि के विकार - थायराइड से ग्रस्त रुग्णाओं के 15–20 प्रतिशत केसेस में गर्भपात होने की आशंका रहती है। विशेषतः हाइपो थायराइड से ग्रस्त रुग्णा को समय के पूर्व प्रसव (Preterm Labour) हो सकता है। अतः उसे TSH, T4, T3 जांच नियमित रूप से करवानी चाहिए।

डायबिटीज़ - गर्भाशय के काल में शरीर से स्रावित होने वाले कुछ हार्मोन्स भ्रूण के विकास में सहायक होते हैं। लेकिन यह हार्मोन्स इंसुलिन के प्रभाव को कम करते हैं। इस स्थिति में मधुमेहग्रस्त

रुग्णा की इंसुलिन की आवश्यकता हर माह अलग-अलग हो सकती है। अतः डॉक्टर से शुगर की नियमित जांच करवाकर निर्देशों का पालन करती रहें।

PCOS – पॉलिसिस्टिक ओवरी सिन्ड्रोम भी गर्भपात का कारण हो सकता है। इसमें हार्मोन असंतुलन के कारण स्त्रीबीज में विकृति आती है।

क्रोमोसोम में विकृति, संक्रमण, इम्युन डिफेंसर्स की वजह से भी गर्भपात हो सकता है।

प्रोजेस्टेरान

स्त्रीबीज जब फेलोपियन ट्यूब में होता है, तो वह ओवरी से प्रोजेस्टेरान के रूप में आहार ग्रहण करता है। यह प्लेसेंटा के सक्रिय होने तक ओवरी से निकलता है और गर्भावस्था में यह आवश्यक भी है। इसमें एक स्तर की कमी के बाद गर्भपात हो सकता है, जिसे ल्युटियल फेज डिफेक्ट (Luteal Phase Defect) कहते हैं।

अन्य प्रकार

गर्भवती की अतिदुर्बलता से गर्भ का समुचित पोषण न होने, अतिमैथुन, पेट पर चोट से गर्भाशय को धक्का लगने, अति शोक, पेट को कसकर बांधने, क्षयादि और उपदंश, सुजाक आदि संत

सुनने, ऊंचे स्थान से गिरने, लड़ाई-झगड़े में चोट पहुंचने, अति तीक्ष्ण द्रव्यों के अधिक मात्रा में सेवन करने से असमय गर्भनाश हो सकता है।

इसके अलावा धूम्रपान, शराब व ड्रग्स का अत्यधिक सेवन, गर्भवती महिला की उम्र सामान्य से कम या अधिक होना, वजन बहुत कम होने से भी गर्भपात की संभावना बनी रहती है।

आयुर्वेदानुसार गर्भावस्था के प्रारंभिक 4 माह के भीतर हुए गर्भनाश को 'गर्भस्राव' तथा इसके पश्चात हुए गर्भनाश को 'गर्भपात' कहते हैं। पूरे 9 माह के बाद प्रसव होने पर गर्भ का गर्भाशय से संबंध आसानी से छूट जाता है। परंतु समय के पूर्व यह संबंध कठिनता से छूटता है। अतः स्त्री को इस काल में अत्यंत परेशानी होती है।

रिसर्च के अनुसार 40-50 प्रतिशत मामलों में गर्भपात का कारण अज्ञात होता है।

सुश्रुत ने गर्भस्राव संबंधी उपचारों का वर्णन करते हुए प्रथम, द्वितीय व तृतीय मास में होने वाले गर्भपात से बचाव के लिए निम्न प्रयोग बताए हैं।

प्रथम मास : मुलहठी, सागवान के बीज, क्षीरकाकोली, देवदारु आदि औषधियों से साधित दूध का प्रयोग गर्भाधान चाहने वाली स्त्री को करना चाहिए।

सुखद प्रसव के लिए आवश्यक टिप्स

- 1) संतुलित खान-पान शरीर को गर्भधारण के लिए तैयार करता है। गर्भावस्था के दौरान संतुलित व पोषक आहार का सेवन करें, जिसमें विटामिन्स की मात्रा भरपूर हो।
- 2) गर्भावस्था में वही आहार चुनें, जिससे दुगना लाभ प्राप्त होता हो जैसे-दही, चिकन, अंडे, डेअरी प्रोडक्ट्स इत्यादि में प्रोटीन व कैल्शियम प्रचुर मात्रा में होता है।
- 3) आहार में उन वस्तुओं का सेवन न करें, जिनमें सिर्फ कैलोरी हो और पौष्टिक तत्व न हों जैसे-केक, पेस्ट्री, आइस्क्रीम, कैंडी इत्यादि।
- 4) एनिमिया से ग्रस्त स्त्रियां हिमोग्लोबिन की नियमित जांच करवाती रहें और डॉक्टर की सलाह से कैल्शियम, आयरन तथा विटामिन्स की औषधियां लें।
- 5) तरल पदार्थ अधिक लें। चाय और कॉफी ज्यादा लेने की बजाए दूध व फलों का रस लें तथा भरपूर मात्रा में पानी का सेवन करें।
- 6) रेशाप्रधान आहार (हरी सब्जियां, सलाद आदि) अधिक मात्रा में लें।
- 7) गर्भवती स्त्री को व्यायाम नहीं करना चाहिए। परंतु गर्भावस्था में हल्का-फुल्का व्यायाम करना मां व गर्भ में पल रहे बच्चे के लिए लाभदायक होता है। सुबह-शाम आधा घंटा पैदल चलना भी गर्भावस्था में फायदेमंद होता है।
- 8) अच्छा साहित्य पढ़ें। धार्मिक सीरियल व फिल्में देखने से गर्भस्थ शिशु के मन पर अच्छा प्रभाव पड़ता है।
- 9) गर्भावस्था में स्त्री को मानसिक रूप से प्रसन्न, सहज व स्वस्थ रहना चाहिए। हर प्रकार के मानसिक तनाव से मुक्त होकर पर्याप्त नींद लें। सकारात्मक सोच रखें।

द्वितीय मास : पाषाणभेद, काले तिल, मंजिष्ठा, शतावरी आदि औषधियों से साधित दूध लेना चाहिए।

तृतीय मास : बंदा, अंधाहुली, प्रियंगु, कमल फूल, सारिवा आदि औषधियों से साधित दूध लें।

चतुर्थ मास : दूर्वा, सारिवा, शरना, पद्माख, मुलहठी आदि से साधित दूध का सेवन श्रेयस्कर है।

पंचम मास : छोटी कटेरी, बड़ी कटेरी, गंभारी और बड़, पीपलादि वृक्षों की छाल व अंकुर से साधित दूध में घी मिलाकर सेवन करें।

छठा मास : पृष्णपर्णी, खरेटी, सहजन की छाल, गोखरू, गिलोय आदि औषधियों से साधित दूध लाभदायक होता है।

सप्तम मास : सिंघाड़ा, कमलनाल, मुनक्का, कसेरू, मुलहठी, खांड आदि औषधियों से साधित दूध पिलाना चाहिए।

अष्टम मास : कैथ, बड़ी कटेरी, बिल्व, पटोल, ईख, छोटी कटेरी आदि औषधियों के मूल से साधित दूध पिलाएं।

नवम मास : मुलहठी, अनंतमूल, क्षीरकाकोली, सारिवा आदि औषधियों से साधित दूध हितकारी होता है।

दशम मास : सौंठ, क्षीरकाकोली, मुलहठी, देवदारु आदि औषधियों से साधित दूध लेना चाहिए।

(दूध सिद्ध करने की विधि - औषधियों से 8 गुना दूध लेकर उसमें चौगुना जल डालकर पकाएं। जब जल भाग के उड़ जाने के बाद दूध शेष रह जाए, तो इसे छानकर पिलाएं)

इसके अलावा गर्भावस्था में गर्भिणी को दूध, घी, चावल और मिश्री का अधिक सेवन करना चाहिए। गर्भपात से पीड़ित रुग्णा को घबराना नहीं चाहिये उसे योग्य स्त्रीरोग वियोजज्ञ से मार्गदर्शन लेकर अपनी समस्या का निवारण करना चाहिये।

डॉ. अंजु ममतानी

(सौंदर्य व स्त्रीरोग विशेषज्ञ)

'जीकुमार आरोग्यधाम', नारा रोड, जरीपटका, नागपुर - 14

फोन : 0712 2646600, 2645600, 2647600

www.mamtaniayurveda.com

सर्वसंपन्न जीवन महणजे संपुर्ण जीवन

AYURVEDIC



स्किनो घृत
पिंपल्स, काळेडाग व सर्व त्वचा विकारांवर
आयुर्वेदिक औषधी मलम



सुडौल बांधा व शरीर मसाजसाठी अत्यंत गुणकारी फिटोसा मसाज तेल



अस्मिता
सिद्ध तेल
डॅन्ड्रफ नाशक तेल
अत्यंत गुणकारी



कंबरदुखी, मानदुखी, पाठदुखी, पायदुखी.
पेनसो
दर्व निवारक तेल



अस्मिता
केश तेल
सिद्ध तेल
काळेभोर व लांबसडक केसासाठी अत्यंत गुणकारी

सर्व मेडीकल्स व आयुर्वेदिक स्टोअर्समध्ये उपलब्ध

Sampurna - Jeevan
PHARMACHEM PVT. LTD.

Pune - Mr. B. S. Patil : 9657721520
Kolhapur - Mr. Basavkumar Patil : 9689894551
Customer Care No. - (02322) 252316, 9657721517
E-mail : smpurna.jeevan32@yahoo.in

सुपर स्टॉकीस्ट : कोल्हापूर- संजीवन आयुर्वेदिक औषधालय - २५४०९२९,
मुंबई - गौतम लब्धी मार्केटींग - २५६२२७३७,
नागपूर - मधुसुधन शिवशंकर आयुर्वेदिक एजन्सीज् - २५३६०७७, २५६७७४७
स्टॉकीस्ट : मुंबई - लोअर परेल-९८२०२६०८३० गोरगाव - ६६९२०७२९,
ठाणे-२५३६८००९, पनवेल -२४६२२७७९०, अलिबाग-२२५१७५,
बदलापूर-२६९४२३८, पुणे-९४२२३२२६९२, २४४९३९५३, ९८५००७३६९५,
औरंगाबाद -२३४२५१९, अहमदनगर -९८९०९८४३२९, ९०९१०७१७००,
नाशिक-२५०७३४२, ९८८११४६९८६, ९८९०२३०६३७, सोलापूर-२७२३१८०

Climax 09