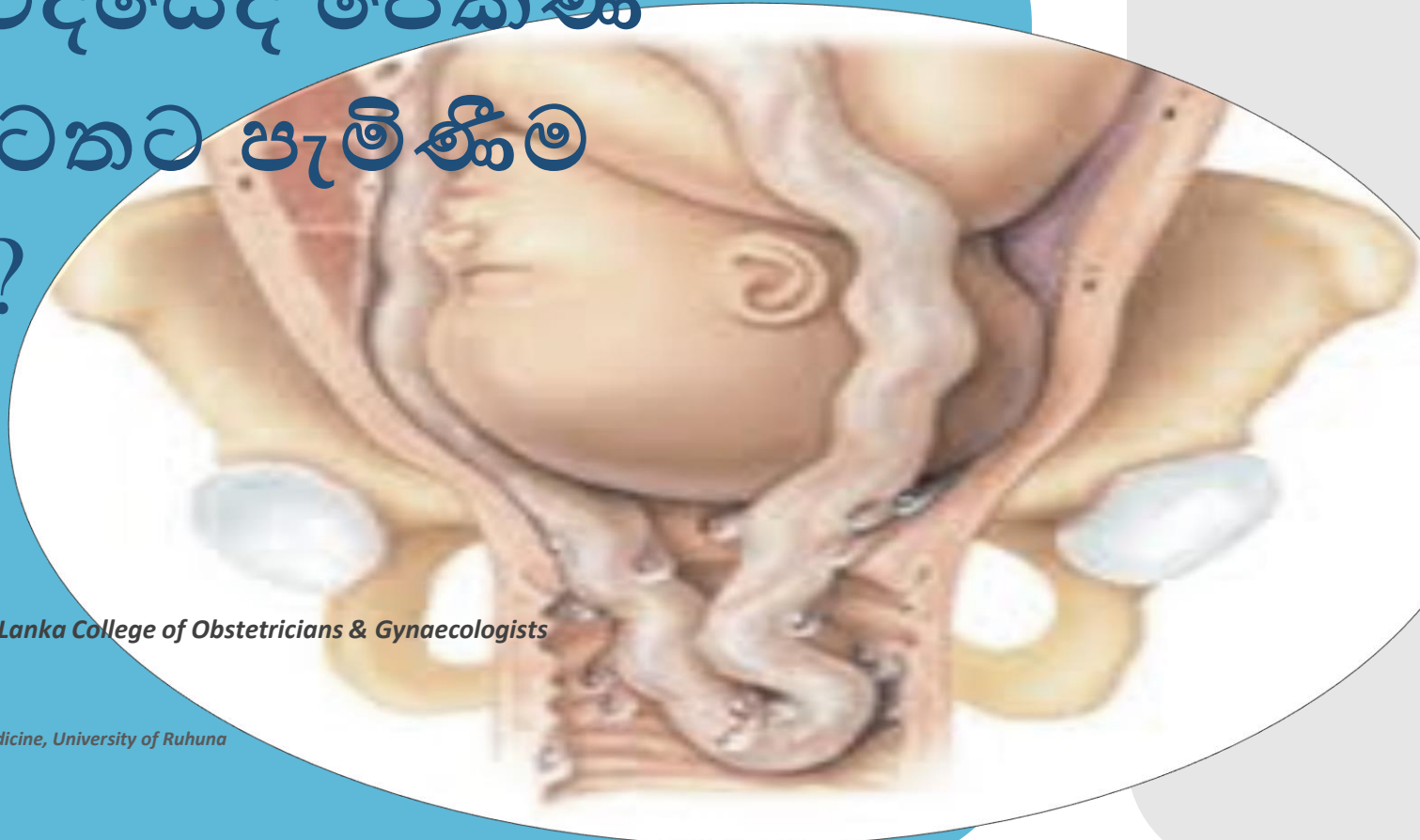




# ගර්භනී සමයේ පසු අවදියේදී පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණීම පිළිබඳ ඔබ දැනුවත්ද?

(Umbilical cord prolapse)



Dasanayake D L W <sup>(1)</sup>, Marleen F S <sup>(2)</sup>, Dodampahala S H <sup>(3)</sup> *on behalf of the Sri Lanka College of Obstetricians & Gynaecologists*

1-Professor of Obstetrics & Gynaecology, Chair Professor, Dept. of Obstetrics & Gynaecology, Faculty of Medicine, University of Ruhuna

2-Consultant Obstetrician & Gynaecologist, Sri Jayawardenapura General Hospital

3-Professor in Obstetrics & Gynaecology, Faculty of Medicine, University of Colombo



මට වයස අවරුදු 30යි. මම ගැබ්ණි මවක් ,දැන් සති 36යි. මේ මගේ දෙවැනි දරුවා. මගේ උදරය බැලූ බැල්මට ප්‍රමාණයෙන් විශාලයි. වෛද්‍යවරු කියන්නේ බඩේ වතුර ටිකක් වැඩි කියලා. පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණීමේ අවධානමක් තියෙනවා කියලත් කිව්වා. මොකක්ද මේ පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණීම කියන්නේ? කොහොමද ඒක වළක්වා ගන්නේ ? මට ඒ පිලිබඳ වැඩි විස්තර අවශ්‍යයි.





මෙම තොරතුරු පත්‍රිකාව ඔබගේ ගර්භනීඛාවයේ රැකවරණය සඳහා මෙම සෞඛ්‍යමය ගැටලුව වඩාත් හොඳින් අවබෝධ කර ගැනීම සඳහා ඔබට උපකාර කරනු ඇත

- පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණීම හදිසි අවස්ථාවක් වන්නේ ඇයි?
- එය කලින් දැනගත හැකිද නැතහොත් වළක්වා ගත හැකිද?
- පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණීම සිදු වීමට වැඩි ඉඩක් ඇති අවස්ථා මොනවාද?
- පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණීම ලක්ෂණ මොනවාද?
- පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණ ඇතැයි සිතන්නේ නම් ඔබ කළ යුතු දේ මොනවාද?
- ප්‍රතිකාර ක්‍රම මොනවාද?
- පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණීම මගින් දරුවාට කුමක් විය හැකිද?

### පෙකණි වැල යනු කුමක්ද?

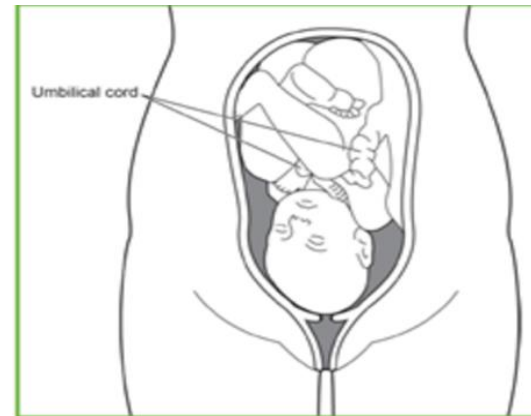
පෙකණි වැල යනු හුණුයේ පෙකණිය සිට ගර්භාෂයට සවි වී ඇති වැදැමහ සම්බන්ධ කරන රැහැනක් වැනි ව්‍යුහයකි. එහි ඔක්සිජන් සහ පෝෂ්‍ය පදාර්ථ ගෙන යන රුධිර වාහිනී හා අපද්‍රව්‍ය රැගෙන යන රුධිර වාහිනී අඩංගු වේ. දරුවා ඉපදුණු පසු, වැදැමහ ඉවතට ගැනීමට පෙර පෙකණි වැල දරුවාගෙන් වෙන් කරනු ලැබේ.

### පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණීම යනු කුමක්ද?

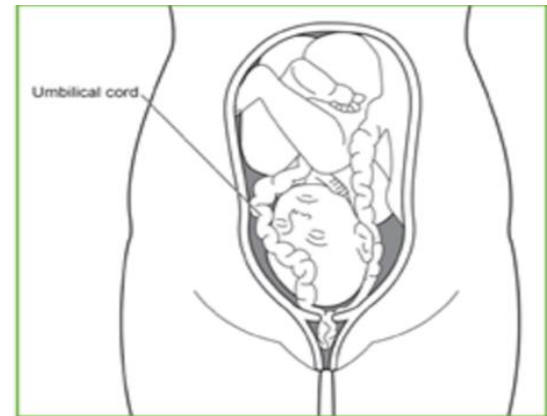
ගර්භාෂය තුළ ඇති ඉතා තුනී කලලාවාරික පටලය කැඩී යාමෙන් පසු පෙකණි වැල විවෘතව ඇති ගැබ්ගෙල හරහා පිටතට පැමිණිය හැකිය

එය සාමාන්‍යයෙන් සිදුවන්නේ දරු ප්‍රසූතියේදී නමුත් දරු ප්‍රසූතිය ආරම්භ වීමට පෙර පටල කැඩී ගිය විට ද සිදු විය හැක.

- පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණීම සාමාන්‍ය දෙයක් නොවන අතර එය උපත් 200 න් 1 න් 1000 න් 1 න් අතර සිදු වේ.
- එය සාමාන්‍යයෙන් ගර්භනී සමයේ අවසානයට ආසන්නව සිදු වේ (සති 37 ට පසු).



පෙකණි වැලේ සාමාන්‍ය පිහිටීම



පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණ ඇති අවස්ථාව

### පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණීම කලින් දැනගත හැකිද?

එය කලින් දැනගත නොහැක. ගර්භණී සමයේදී පෙකණි වැල සහ දරුවාගේ ඉරියව්ව වෙනස් වන බැවින්, අල්ට්‍රා සවුන්ඩ් ස්කෑන්(ultrasound scan) පරීක්ෂණයක් මගින් වුවද කුමන කාන්තාවන්ට පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණීම සිදුවේදැයි නොපෙන්වයි.



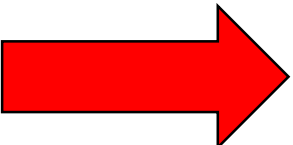
## පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණීම සිදුවීමට වැඩි ඉඩක් ඇත්තේ කිනම් කාලයකදීද ?

දරුවාගේ හිස පහළට ගමන් කර මවගේ ශ්‍රෝණිය සම්පූර්ණයෙන්ම පිරී ඇති විට, පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණීම සාමාන්‍යයෙන් සිදු විය නොහැක.

කෙසේ වෙතත්, දරුවා පහළට ගමන් කර නොමැති නම්දරුවාගේ හිස සහ මවගේ ශ්‍රෝණිය අතර හිඬැසෙන් , පෙකණි වැල ලිස්සා යාමට සහ ඉදිරියට නෙරා යාමට හැකියාවක් ඇත .

### පෙකණි වැල ඉදිරියට නෙරා යෑමේ සම්භාවිතාව වැඩි වන අවස්ථා

- භූණයේ හිස පහතට පිහිටා නැති විට, එනම් තට්ටම පහතට වනසේ (breech)හෝ භූණය හරහට (transverse) පිහිටන විට
  - ප්‍රසූතියට පෙර ගර්භාශයේ පටල බිඳී ගිය විට හෝ නොමේරූ දරු ප්‍රසූතිය
  - දරුවන් එක් අයකුට වඩා පිළිසිදු ගෙන තිබීම (නිවුන් දරුවන් හෝ තුන් නිවුන් දරුවන් වැනි)
  - භූණය වටා කලලාවාරික තරලය වැඩි ප්‍රමාණයක් තිබීම (polyhydramnios)
  - දරුවා ප්‍රමාණයෙන් කුඩාවීම
  - වැදෑමහ පහතින් පිහිටා තිබීම
  - දරුවාගේ හිස මවගේ ශ්‍රෝණි කුහරයට සම්පූර්ණයෙන් ඇතුළු වීමට පෙර ප්‍රසූතිය සඳහා සුදානම් කරවීමට වෛද්‍යවරයකු විසින් කෘතීමව පටල බිඳීමේදී (ARM කිරීමේදී).



ඔබේ වෛද්‍යවරයා මෙම තත්වයන් කිසිවක් සැක කරන්නේ නම් ඒ පිළිබඳ සම්පූර්ණ තොරතුරු ඔබට ලබා දෙනු ඇත.



### එය හදිසියක් වන්නේ ඇයි?

පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණීම සිදු වූ විට, හූණයේ හිස මගින් හෝ ගර්භාෂය සංකෝචනය වීම මගින් පෙකණි වැල තෙරපීමට ලක් විය හැක. මෙමගින් පෙකණි වැල හරහා ගලා යන රුධිර ප්‍රමාණය සම්පූර්ණයෙන් හෝ සැලකිය යුතු ප්‍රමාණයක් අඩු විය හැකි අතර එමගින් හූණයට ඔක්සිජන් සැපයුම අඩු වේ. එමගින් හූණයේ මොළයට හානි සිදුවිය හැකි අතර එමගින් කෙටි කාලයකදී කුස තුළ සිටින දරුවා මිය යා හැකිය. මෙය ගර්භනී මව්වරුන්ට ඉතා හදිසි අවස්ථාවක් ලෙස සලකන අතර ප්‍රසූතිය වහාම සිදුකළ යුතුය.

### පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණීම වැළැක්විය හැකිද?

පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණීම වැළැක්විය නොහැක. කෙසේ වෙතත්, ඔබට වැඩි අවදානමක් තිබේ නම්, රෝහල්ගතවීමට උපදෙස් දිය හැකිය. එවිට කලලාවාරික පටල බිඳී ඇත්නම් හෝ මව ප්‍රසූතියට සූදානම් වී ඇත්නම් වහාම පියවර ගත හැකිය.

දරුවා හිස පහලට නොවන ආකාරයට හෝ හරහට පිහිටා තිබීම හෝ ශ්‍රෝණියට ඇතුල් වී නොමැති අවස්ථා වලදී හෝ නිතර නිතර ඉරියව් වෙනස් කරන්නේ නම් රෝහල් ගතවිය යුතු කාලය වෛද්‍යවරයා නිගමනය කරනු ඇත. මෙය අවස්ථාව අනුව වෙනස් විය හැකිය.

### පෙකණි වැල ගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණීමේ ලක්ෂණ මොනවාද?

- යෝනි මාර්ගය තුළ යමක් ඇති බව දැනීම.
- යෝනි මාර්ගයෙන් පෙකණි වැල ඉවතට එන බව දැක ගැනීමට හැකි වීම.
- වෛද්‍යවරයාට හෝ පවුල් සෞඛ්‍ය සේවිකාවට මවගේ යෝනි මාර්ගයේ පෙකණි වැල දැකීමට හෝ දැනීමට හැකි වීම.
- පටල බිඳී ගිය වහාම දරුවාගේ හෘද ස්පන්දන වේගය අඩු වීම (bradycardia). මෙහිදී පෙකණි වැල තෙරපී ඇති අතර දරුවාට ප්‍රමාණවත් ඔක්සිජන් නොලැබී යාම පෙන්නුම් කරයි . සමහර කාන්තාවන් ඉහත ලක්ෂණ කිසිවක් නොපෙන්වයි.



### ඔබ නිවසේ හෝ රැකියාවේ සිටින්නේ නම් කළ යුත්තේ කුමක්ද?

යෝනි මාර්ගය තුළ පෙකණි වැල ඇති බව ඔබට දැනෙන්නේ නම් හෝ එය යෝනි මාර්ගය තුළ දැකිය හැකි නම්:

- වහාම හදිසි ගිලන් රථයක් සඳහා 1990 අමතන්න
- ඔබ ගැබ්ගෙන ඇති බවත්, ඔබේ පෙකණි වැල ඉදිරියට නෙරා ගොස් ඇති බවත් පවසන්න
- පෙකණි වැල නැවත ඔබේ යෝනි මාර්ගය තුළට තල්ලු කිරීමට උත්සාහ නොකරන්න
- ඔබට සැත්කමක් කිරීමට අවශ්‍ය විය හැකි බැවින් කිසිවක් කෑමෙන් හා බීමෙන් වලකින්න.

පෙකණි වැල තෙරපීමේ අවදානම අවම කිරීම සඳහා, ඔබේ දණහිස නමා වැලමිට සහ දැත් බිම තබා ඉදිරියට නැමී (පහත රූප සටහනේ පෙන්වා ඇති පරිදි) සිටින ලෙස ඔබට උපදෙස් දෙනු ඇත. ගිලන් රථය හෝ පවුල් සෞඛ්‍ය සේවිකාව පැමිණෙන තෙක් ඔබ මෙම ආකාරයෙන් සිටිය යුතුය.



දණහිස-පපුව මුහුණ පහළට පිහිටීම

ගිලන් රථය ඔබව ළඟම ඇති මාතෘ රෝහල වෙත ගෙන යනු ඇත. ගිලන් රථයේ දී ඔබ වම් ඇලයට වැතිර සිටීම වඩා ආරක්ෂිතය.

### ඊළඟට කුමක් සිදුවේද?

දරුවා හැකි ඉක්මනින් ප්‍රසූත කිරීමට අවශ්‍ය බැවින්, ඔබට හදිසි සිසේරියන් සැත්කමක් කිරීමට උපදෙස් දෙනු ඇත. නමුත් සාමාන්‍ය ප්‍රසූතිය ද සිදුවිය හැකිය. වෛද්‍යවරයා විසින් ඔබට සුදුසුම ප්‍රසූත ක්‍රමය නිගමනය කරනු ඇත. වෛද්‍යවරයා විසින් පෙකණි වැල තෙරපීම නැවැත්වීම සඳහා දරුවාගේ හිස එසැවීම සඳහා මවගේ යෝනි මාර්ගයට අතක් මෘදු ලෙස ඇතුළුකිරීම කළ හැකිය. ඇතැම් අවස්ථා වලදී මුත්‍රා බටයක් ඇතුළු කර මුත්‍රාශය පිරවීම සිදු කරනු ලබයි. මෙය පෙකණි වැලෙන් දරුවාගේ හිස ඇත්කර තබා ගැනීමට සහ පෙකණි වැල මත පීඩනය අඩු කිරීමට උපකාරී වේ. මාස්ක් එකක් ආධාරයෙන් ඔක්සිජන් ලබා දීමද සිදු කරනු ඇත.

### හදිසි සිසේරියන් සැත්කම

සාමාන්‍ය ප්‍රසූතිය ඉක්මනින් සිදු කළ නොහැකි නම්, හදිසි සිසේරියන් සැත්කමක් කිරීමට මවට උපදෙස් දෙනු ලැබේ. සිසේරියන් සැත්කම සඳහා කොන්දෙන් පහල නිර්වින්දනය කිරීම වෙනුවට පූර්ණ නිර්වින්දනයක් අවශ්‍ය විය හැකිය, එවිට දරුවා ඉක්මනින් ප්‍රසූත කළ හැක.



## සාමාන්‍ය ප්‍රසූතිය

මවගේ ගැබ්ගෙල සම්පූර්ණයෙන්ම විවෘත වී ඇත්නම්, සාමාන්‍ය දරු ප්‍රසූතියක් හෝ ආධාරක දරු උපතක් (forceps හෝ ventouse delivery) කළ හැකි නමුත් මේ සඳහා යොමු වන්නේ ඉක්මනින් සිදු කළ හැකි නම් පමණි. පෙකණි වැල ප්‍රපාතයක් ඇති වූ විට සාමාන්‍ය ප්‍රසූතියට වඩා සිසේරියන් සැත්කමට යොමු වීමේ ප්‍රවණතාව වැඩිය

බිලිදාගේ තත්ත්වය පරීක්ෂා කිරීම සඳහා එම ස්ථානයේ වෛද්‍යවරයෙකු රැඳී සිටිනු ඇත.

මෙම තත්වය මවට සහ පවුලේ සාමාජිකයන්ට බියක් දැනිය හැකි නමුත් වෛද්‍යවරුන් ඒ පිළිබඳව විස්තරාත්මකව පැහැදිලි කරනු ඇත.

**පෙකණි වැලගැබ් ගෙලෙන් පිටතට පැමිණීමෙන් දරුවාට කුමක් විය හැකිද?**

බොහෝ ළදරුවන් සඳහා දිගු කාලීන හානියක් නොමැත. කෙසේ වෙතත්, හොඳම සැලකිල්ලක් දැක්වුවද, ඔක්සිජන් නොමැතිකම (උපතේ හුස්ම හිරවීම) නිසා සමහර ළදරුවන්ගේ මොළයට හානි විය හැක. කලාතුරකින් ළදරුවෙකු මිය යා හැකිය. දරුවාට හානියක් සිදුවී ඇත්නම්, මෙය ඔහුට හෝ ඇයට බලපාන ආකාරය පිළිබඳ සම්පූර්ණ තොරතුරු වෛද්‍යවරයා විසින් මවට ලබා දෙනු ඇත. ඔබගේ මිළඟ ගැබ්ගැනීමේදී පෙකණි වැල ප්‍රපාතයක් ඇතිවීමේ සම්භාවිතාව ඉතා අඩු බව මතක තබා ගැනීම වැදගත්ය.

ස්තූතියි.