باب 3

حمل کی حالت میں عورت کا جسم

اس باب میں:

عورت کے جنسی اور تولیدی اعضا **27**

عورت کس طرح حاملہ ہوتی ہے **29**

بچہ کس طرح بڑھتا ہے........ 30

بانجھ پن (انفرٹیلٹی) 30

سنِ یاس (مینوپاز)........ 31

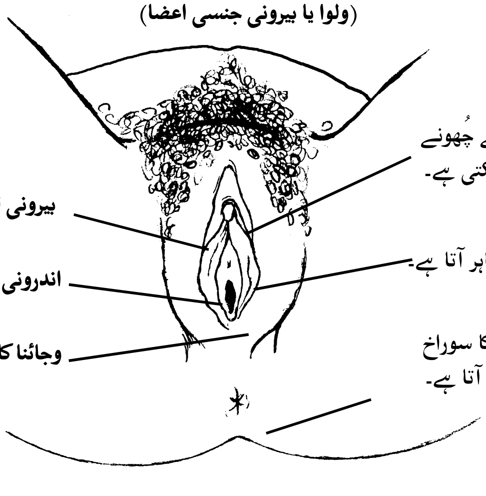
باب
3

حمل کی حالت میں عورت کا جسم

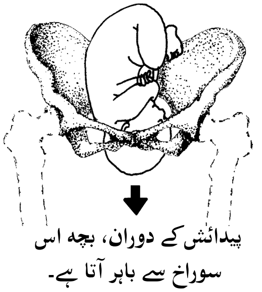
اس باب میں ہم عورت کے جسم کے ان حصوں کے بارے میں گفتگو کر رہے ہیں جو جنس، حمل اور پیدائش کے باعث زیادہ متاثر ہوتے ہیں۔ ہم ان اعضا کو جنسی یا تولیدی اعضا کہتے ہیں۔ ہم یہ بھی واضح کریں گے کہ حمل کیسے ٹھہرتا ہے اور حمل کے دوران عورت کے جسم میں کیسی تبدیلیاں ہوتی ہیں۔

عورت کے جنسی اور تولیدی اعضا

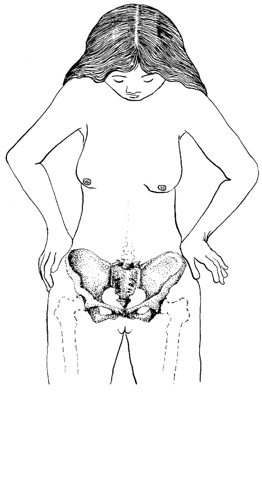
عورت کے تناسلی اعضا یا جینی ٹلس
(ولوا یا بیرونی جنسی اعضا)



پیلوس ایک ایسے پیالے کی شکل کا ہوتا ہے جس کے پیندے میں سوراخ ہوتا ہے۔



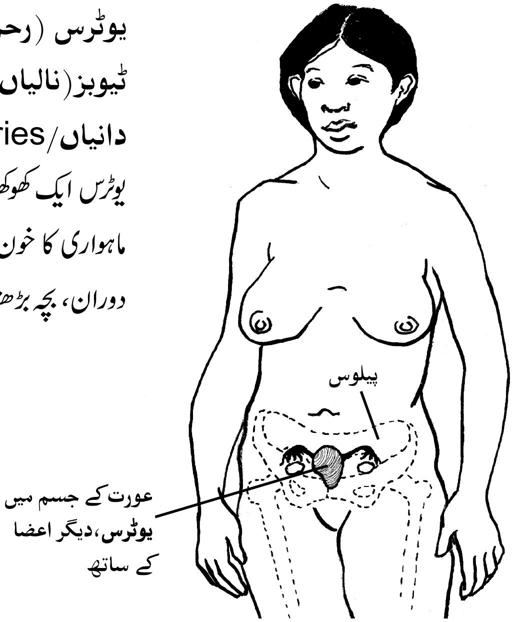
پیدائش کے دوران، بچہ اس سوراخ سے باہر آتا ہے۔

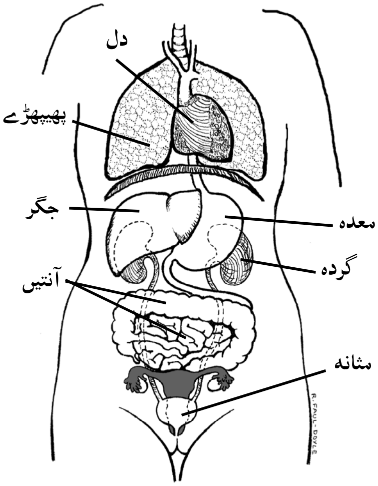


پیلوس
پیٹ کے نیچے کی ہڈیاں پیلوس کہلاتی ہیں۔

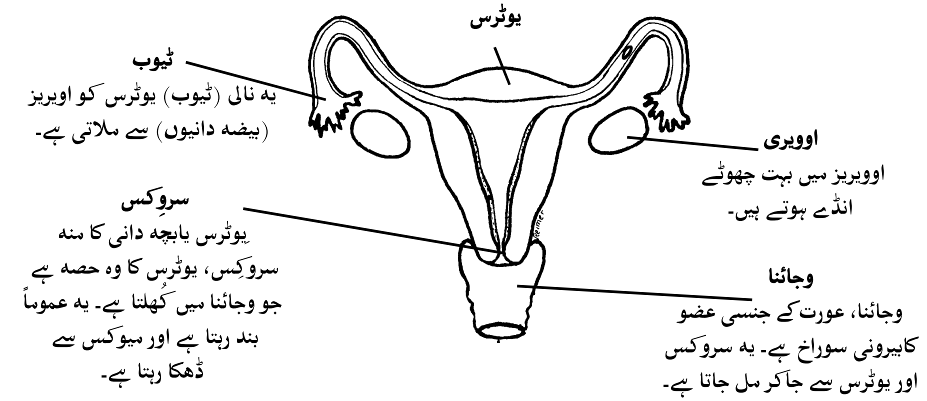
یوٹرس (رحم، بچہ دانی/uterus)، ٹیوبز(نالیاں/tubes) اور اوویریز (بیضہ دانیاں/ovaries)

یوٹرس ایک کھوکھلا، عضلہ یا مسل ہے۔ یہ پیلوس کے اندر جگہ بناتا ہے۔ ماہواری کا خون یوٹرس سے آتا ہے، یوٹرس وہ جگہ ہے جہاں حمل کے دوران، بچہ بڑھتا اور نشوونما پاتا ہے۔



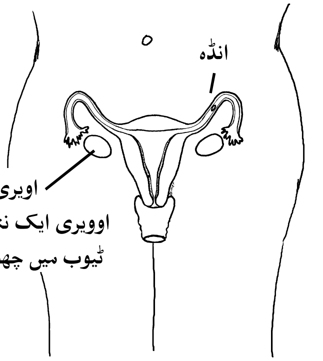


اگر آپ عورت کے پیٹ میں یوٹرس کو دیکھ سکیں تو وہ کچھ اس طرح نظر آئے گا:

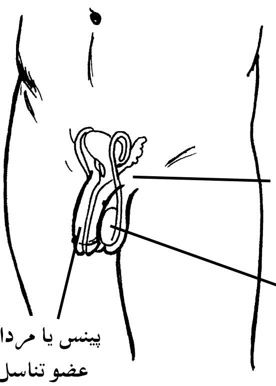


عورت کس طرح حاملہ ہوتی ہے

تقریباً ایک ماہ میں ایک بار عورت کی اوویری سے ایک چھوٹا سا انڈہ خارج ہوتا ہے۔ یہ انڈہ ٹیوب کے راستے یوٹرس میں پہنچ جاتا ہے۔



مرد کے ٹیسٹیکلز (خصیوں/ testicles) میں بہت چھوٹے خلیے (سیل/ cells) پیدا ہوتے ہیں جو اِسپَرم (نطفہ یا، کرم مَنی/ sperm) کہلاتے ہیں۔ جنسی عمل کے دوران مرد کے پینِس (عضوتناسل/ penis) سے ایک رطوبت خارج ہوتی ہے جو سیمن (مَنی/ semen) کہلاتی ہے۔ اس سیمن میں لاکھوں اسپرم سیلز ہوتے ہیں جو سیمن کے ساتھ باہر آتے ہیں۔



اگر ایک مرد جنسی عمل (مباشرت/ sexual inter course) کے دوران ایک عورت کی وجائنا میں منی خارج کرتا ہے تو اس کے اسپرم سیل عورت کی وجائنا اور پھر اس کے یوٹرس کے راستے اس کی ٹیوبوں میں پہنچ سکتے ہیں۔

اگر ایک عورت اور ایک مرد مہینے کے اس حصے میں جنسی عمل کریں، جب عورت کی اوویری سے بیضہ اس کی ٹیوب میں آرہا ہو تو مرد کے اسپرم سیلز میں سے کوئی ایک اس انڈے سے مل سکتا ہے۔ یہ انڈا اب خود کو یوٹرس کے اندرونی استر (لائننگ/ lining) سے چپکا سکتا ہے۔ اگر ایسا ہوجاتا ہے تو عورت حاملہ (pregnant) ہوجاتی ہے۔

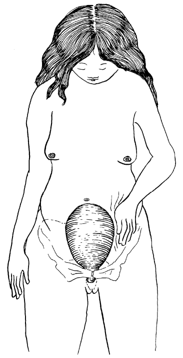
ہر مہینے، جب عورت حاملہ نہیں ہوتی، اس کے یوٹرس سے ٹیوب میں انڈا جاری ہونے کے تقریباً 2 ہفتے بعد، اس کے یوٹرس کی اندرونی سطح پر بننے والا خون کی تہہ کا استر (بلڈی لائننگ/ bloody lining) جسم سے خارج ہوجاتی ہے۔ ہم اسے حیض یا ماہواری (monthly bleeding) کہتے ہیں۔

بچہ کس طرح بڑھتا ہے

عورت کے یوٹرس میں ایک اسپرم اور ایک انڈایاایگ آپس میں مل جانے کے بعد ایک گروپ آف سیلز (خلیوں کا مجموعہ/ group of cells) بناتے ہیں جو کئی گنا بڑھ جاتے ہیں اور بچے کی صورت اختیار کرلیتے ہیں۔

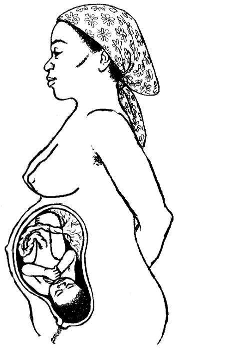
ماں کے خون میں آکسیجن ہوتی ہے جو وہ سانس کے ذریعے ہوا سے حاصل کرتی ہے، اس خون میں غذائیت بھی ہوتی ہے جو وہ اس غذا سے لیتی ہے جسے وہ کھاتی ہے۔ ماں کا خون بچے کو کورڈ اور پلیسینٹا کے راستے آکسیجن اور غذا پہنچاتا ہے۔

حمل کے پہلے 3 مہینوں میں، عورت کے جسم کے باہر سے یہ دیکھنا مشکل ہوتا ہے کہ اندر کیا ہو رہا ہے لیکن یوٹرس کے اندر بچے کے اعضا ہڈیاں اور جسم کے دوسرے حصے بن رہے ہوتے ہیں۔ ان ابتدائی مہینوں میں یہ بات خاص طور پر اہم ہے کہ حاملہ عورت زہریلے کیمیکلز، غیر ضروری دواؤں اور شراب (alcoh ol) اور دیگر منشیات سے قطعی پرہیز کرے۔ یہ تمام چیزیں بچے کے بڑھنے کے عمل کو نقصان پہنچاسکتی ہے۔ جوں جوں بچہ بڑھتا ہے، اسی لحاظ سے یوٹرس بھی بڑھتا ہے۔ ماں اپنے پیٹ کو بڑھتے ہوئے دیکھ سکتی ہے اور اپنے پیٹ پر ہاتھ رکھ کر یوٹرس کو محسوس کرسکتی ہے۔



جب کوئی عورت 5 ماہ کی حاملہ ہوجائے تو وہ اپنے یوٹرس کے اوپری حصّے کو (اپنی ناف/belly button) کے قریب محسوس کرسکتی ہے۔

جب کوئی عورت 9 ماہ کی حاملہ ہوجائے تو وہ اپنے یوٹرس کے اوپری حصے کو اپنی پسلیوں کے بالکل نیچے محسوس کرسکتی ہے۔



اگر آپ کسی حاملہ عورت کے یوٹرس کے اندر دیکھ سکیں تو آپ کو وہ اس طرح نظر آئے گا۔

یوٹرس کے اندر بچہ پانی کی ایک تھیلی (bag of fluid) میں تیرتا رہتا ہے، یہ ایمنیوٹک فلوئڈ (bmniotic fluid) (دی بیگ آف واٹرس یا پانی کی تھیلی) کہلاتا ہے۔ (پیدائش کے بعد) بچہ، ایک کورڈ کے ذریعے پلیسینٹا سے جُڑا رہتا ہے جبکہ پلیسینٹا، ماں کے یوٹرس کی اندرونی سطح سے جڑا ہوتا ہے۔

بانجھ پن (انفرٹیلٹی/infertility)

جب کسی جوڑے کے یہاں بچہ ہونے میں مشکل ہو تو وہ مرد یا عورت بانجھ ہوتی ہے۔

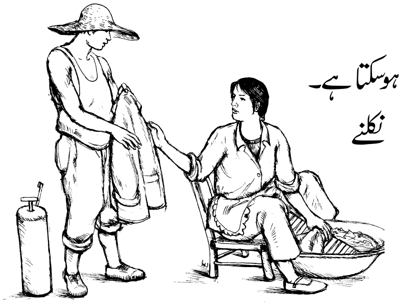
بانجھ پن ایسے جوڑے کے لیے اُداسی، غصہ یا شرمندگی کا باعث بن سکتی ہے جو بچے چاہتا ہو۔

جب عورت حاملہ نہ ہوسکے تو اکثر اسی کو الزام دیا جاتا ہے۔ اگر کوئی جوڑا طبی مدد

حاصل کرتا ہے، تب بھی ڈاکٹر فرٹیلٹی (fertility/ باروری) کے مسائل کے سلسلے میں اکثر صرف عورت کا معائنہ کرتے ہیں، لیکن اکثر یہ مرد ہوتا ہے جو بانجھ ہوتا ہے۔ بانجھ پن کے لیے نہ تو مرد کو الزام دینا چاہیے اور نہ عورت کو۔ دونوں کو اس مشکل وقت میں مدد کی ضرورت ہوتی ہے۔

بانجھ پن کے کئی اسباب ہوتے ہیں۔ ان میں سے کچھ کی روک تھام نہیں کی جاسکتی لیکن بانجھ پن کے کئی اسباب کی روک تھام کی جاسکتی ہے۔

- جنسی طور پر منتقل ہونے والے انفیکشنز (infections) کی وجہ سے کسی مرد یا عورت کے تولیدی اعضا میں زخم ہوسکتے ہیں جو حمل کو روک سکتے ہیں۔



- بیماری مثلاً ذیابیطس، تپ دق، ملیریا اور ممس یا گلسوئے کی وجہ سے بانجھ پن ہوسکتا ہے۔
- کیڑے مار دواؤں (pesticide) صفائی کے کیمیکلز یا کارخانوں سے نکلنے والے خطرناک کیمیائی مادّے، ہوا، پانی یا غذا میں شامل ہوسکتے ہیں۔ یہ کیمیکلز کسی عورت کے حاملہ ہونے میں مشکل پیدا کرسکتے ہیں یا ماں کے پیٹ میں بڑھنے والے بچے کو نقصان پہنچاسکتے ہیں۔
- تمباکو نوشی، تمباکو چبانا، بہت زیادہ شراب نوشی یا نشہ آور دوائیں استعمال کرنا، یہ سارے عمل عورت کی ماں بننے کی صلاحیت کو نقصان پہنچاسکتے ہیں۔

بانجھ پن کے دوسرے اسباب بھی ہیں جن کی روک تھام نہیں کی جاسکتی۔ مزید جاننے کے لیے عمومی صحت کی کوئی کتاب پڑھیے، مثلاً: ''جہاں عورتوں کے لیے ڈاکٹر نہ ہو''۔

سنِ یاس (مینوپاز/menopause)

جب عورتیں زیادہ عمر کی ہوجاتی ہیں تو ان کی ماہواری بند ہوجاتی ہے۔ اسے سن یاس یا مینوپاز کہتے ہیں۔ ان کے جسم میں انڈے بننے بھی بند ہوجاتے ہیں اور وہ حاملہ ہونے کی صلاحیت کھو بیٹھتی ہیں۔ ایسا اچانک ہوسکتا ہے یا ایک یا دو سال کے عرصے میں آہستہ آہستہ ہوجاتا ہے۔ زیادہ تر عورتوں میں سن یاس اس وقت ہوتا ہے جب ان کی عمر 45 سے 55 سال کے درمیان ہو۔

سنِ یاس کے دوران کئی عورتوں میں ان میں سے کچھ علامات پیدا ہوسکتی ہیں:

- ماہواری کے مکمل بند ہونے سے پہلے اس میں تبدیلیاں۔
- اچانک بہت گرمی محسوس ہونا اور پسینہ آجانا (ہاٹ فلیشز /hot flashes)۔
- وجائنا، پہلے کے مقابلے میں چھوٹی اور زیادہ خشک ہوجاتی ہے۔
- احساسات میں اچانک تبدیلی آجانا۔

بہت سی عورتیں اس صورتِ حال میں خود کو ہلکا پھلکا محسوس کرتی ہیں کیوں کہ ان کو اب مزید کسی حمل کے بارے میں پریشان نہیں ہونا ہے۔ بڑی ہونے کی وجہ سے عورتیں اپنی عمر میں حاصل ہونے والے تجربے اور عقل و دانش میں دوسری عورتوں کو شریک کرسکتی ہیں۔ مردوں کی زندگی کے بیشتر حصے میں اسپرم بنتے رہتے ہیں، چاہے وہ بہت بوڑھے ہوجائیں۔