पाठ ९

असुरक्षित गर्भपतन स्वास्थ्यका लागि खतरा र यसबाट बचावट

महिलाले किन गर्भपतन गर्छन् ?

- धेरै बच्चाको स्याहार गर्न गाह्रो भयो भने ।
- गर्भधारण गर्दा स्वास्थ्यमा खतरा भयो भने ।
- बलात्कारपछि गर्भ रहेमा ।
- पढाइमा बाधा पऱ्यो भने ।
- विवाहअघि गर्भ रह्यो भने ।

संसारका सबै स्वास्थ्यकर्मी एक मुखले भन्छन्- 'गर्भपतन गर्दा जटिलता भएर महिला मर्नुहुँदैन। महिला, युवतीको अनिच्छित गर्भ रह्यो भने उनीहरूलाई शारीरिक र मानसिक समस्या पर्न सक्छ। यस्तो अवस्थामा महिलाले गर्भपतन गर्न खोज्छिन्।' कुनै महिलाले स्वेच्छाले आफ्नो गर्भ तुहाउनुलाई गर्भपतन भनिन्छ। प्राकृतिकरुपमा पनि गर्भपतन हुन सक्छ। गर्भवती महिलालाई चोटपटक लाग्यो वा बिरामी परिन् भने प्राकृतिकरुपले पनि गर्भ तुहिन सक्छ।

नेपालमा अझै पनि गाउँघरमा महिलाहरूले अनेक तरिकाले असुरक्षित गर्भपतन गराउँछन्। विश्वका अन्य धेरै देशमा महिला, जवान या अधबैंसे, विवाहित वा अविवाहित महिलाले पनि गर्भपतन गराउँछन्। कति देशहरूमा जहाँ गर्भपतनको कानुनी व्यवस्था छ, त्यहाँ पनि असुरक्षित गर्भपतन हुन्छ। कति ठाउँमा गर्भपतन गैरकानुनी छ, ती ठाउँमा पनि महिलाहरूले गैरकानुनी र असुरक्षित गर्भपतन गराउँछन्। यो पाठ तयार पार्न मद्दत गर्नुहुने डा. अरुणा उप्रेतीले नेपालमा गर्भपतनलाई कानुनीरुपमा मान्यता दिलाउनका लागि ठूलो भूमिका निर्वाह गर्नुभएको छ। उहाँको एक अनुभवको अंश तल दिइएको छ।

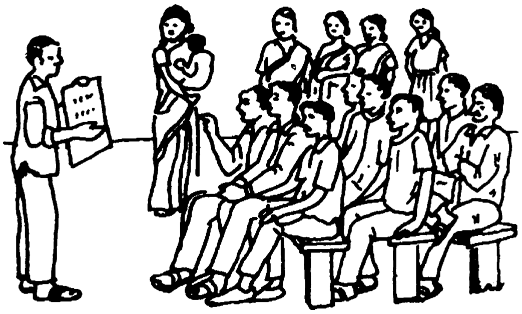
प्रसूति गृहमा असुरक्षित गर्भपतनले मृत्यु

एकदिन म अस्पतालमा काम गरिरहेको बेला मेरा सामु एक महिला आइन्। उनी श्रीमान्सँगै ३ घन्टा हिँडेर अस्पताल आएकी थिइन्। अस्पतालमा आएपछि उनलाई बचाउन सक्छु भन्ने मलाई लागेको थियो तर उनले त्यहीँ प्राण छोडिन्। यो २०४४ साल मंसिर महिनाको कुरा हो। पछि उनका श्रीमान्ले उनको कथा भने। उनीहरूको पहिले नै ५ वटा बच्चा थिए र उनीहरूलाई थप बच्चाको चाहना थिएन तर उनकी श्रीमती गर्भवती भइन्। गर्भपतनको कानुन नभएकाले गाउँमा गर्भपतन गराउनका लागि ती दम्पती सुडेनीकहाँ गए। सुडेनीले ती महिलाको योनिमा घरेलु औषधि राखिदिइन्। त्यसपछि उनको गर्भपतन भयो। उनको योनिबाट रगत धेरै बग्यो र ज्वरो पनि आयो। तीन दिनपछि ती महिला बेहोस भइन्। त्यसपछि उनका श्रीमान्ले उनलाई अस्पताल ल्याए।

छोराको आसमा पटक-पटक गर्भपतन

त्यस बेला नेपालमा गर्भपतन गैरकानुनी थियो । उनको मृत्युमा म धेरै दुःखी भएँ । पछि त्यो दिन बेलुका मैले आफूभन्दा ठूलो डाक्टरलाई त्यो मृत्युका बारेमा भने । उहाँले भन्नुभयो- 'अरुणा, एक महिनामा यस्ता महिलाहरू ३-४ जना आउँछन् । धेरैजसो महिलालाई यस्तो असुरक्षित गर्भपतनका कारण धेरै संक्रमण हुने हुँदा हामीले केही गर्न सक्दैनौं । कोहीको अस्पताल आएको एक घन्टामै मृत्यु हुन्छ त, कोही अस्पताल आउनुअघि नै मृत अवस्थामा हुन्छन् ।' अनि मैले सोचें- 'म असुरक्षित गर्भपतन रोक्न केही गर्न सक्छु ।' त्यसपछि मैले नेपालमा गर्भपतन कानुनी र सुरक्षित हुनुपर्छ भनेर आवाज उठाएँ । धेरै स्वास्थ्य कार्यकर्ताहरूले सुरक्षित गर्भपतनलाई कानुनी मान्यता दिलाउनका लागि मेहनत गरेपछि सन् २००२ मा नेपालमा गर्भपतनलाई कानुनी मान्यता दिइयो ।

हरेक दिन विश्वमा करिब ५८ हजार महिलाको असुरक्षित गर्भपतन हुन्छ ।



असुरक्षित गर्भपतनले गर्दा धेरै महिला मर्छन् र उनीहरूको प्रजनन स्वास्थ्यमा पनि नराम्रो असर पर्छ ।

गर्भपतनले कानुनी मान्यता पाएपछि पनि गर्भ नरहोस् भन्नको लागि परिवार नियोजनको साधन प्रयोग गर्नुपर्छ, नत्र किशोरी अवस्थामा नै गर्भ रहन जान्छ र समस्या पर्छ । परिवार नियोजनका साधनको प्रयोगले असुरक्षित गर्भपतनबाट बचाउँछ ।

किशोरावस्थामै गर्भपतन गराउने बढे

महिलाको परिवार नियोजनका साधन प्रयोग गर्ने अधिकार र पहुँच भयो भने गर्भ रहँदैन र असुरक्षित गर्भपतन गराउनुपर्दैन ।

महिलाले परिवार नियोजनको साधन सहजै प्रयोग गर्छन् यदि-

- नकारात्मक असर नपर्ने गरी परिवार नियोजनको साधन सजिलै प्रयोग गर्न पाइयो भने ।
- पुरुष र महिला दुवैले परिवार नियोजनको साधन प्रयोग गरे भने ।

सुरक्षित र असुरक्षित गर्भपतन

जुन देशमा गर्भपतनलाई कानुनी मान्यता छैन, त्यहाँ महिलाले असुरक्षित गर्भपतन गर्छन् । कानुनीरुपमा गर्भपतनलाई मान्यता दिइएको देशमा पनि सुरक्षित गर्भपतन गर्न सबै ठाउँमा व्यवस्था हुँदैन र स्वास्थ्य संस्था पनि हुँदैन । अथवा महँगो भएको कारणले महिलाले असुरक्षित गर्भपतन गर्न पुग्छन् ।

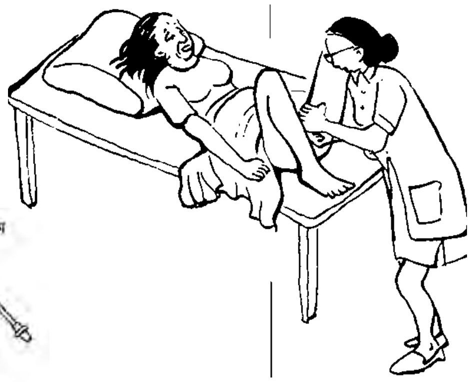
सुरक्षित गर्भपतनत

नेपालमा सन् २००२ मा गर्भपतनलाई सुरक्षित गर्नको लागि कानुनी मान्यता दिलाइयो ।

तलिमप्राप्त र अनुभवी स्वास्थ्य कार्यकर्ताले कानुनी दायरामा रहेर गर्भपतन गराउनुलाई नै सुरक्षित गर्भपतन भनिन्छ । यो गर्दा तलका विभिन्न उपायहरू अपनाउन सकिन्छ ।

- **मेसिनले तानेर**

  यो तरिकाले १२ हप्तासम्मको गर्भपतन गराउन सकिन्छ । यसका लागि योनि तथा पाठेघरको मुखतर्फबाट एक नली (क्यानुला) पठाइन्छ र यसबाट भ्रूणलाई तानेर बाहिर निकालिन्छ ।



- **औषधि प्रयोग गरेर**

मिसोप्रोस्टोल र मिफेप्रिस्टोन, यी दुई औषधि प्रयोग गरेर पनि ९ हप्तासम्मको गर्भपतन गर्न सकिन्छ। यो औषधि प्रयोग गरेर गर्भपतन गराउने महिलाले स्वास्थ्यकर्मीसँग सल्लाह लिनुपर्छ।

तर ९ हप्ताभन्दा बढीको गर्भपतन गर्दा औषधि प्रयोग गर्नुहुँदैन।

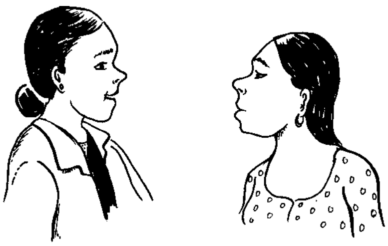
असुरक्षित गर्भपतन

पर्याप्त तालिम नपाएका मानिसबाट गरिने गर्भपतन जस्तै- गाउँमा सुडेनी आदिले गर्ने गर्भपतनलाई नै असुरक्षित गर्भपतन भनिन्छ। तलका सबै माध्यमहरू असुरक्षित हुन्। त्यसैले यस्तो किसिमले कहिल्यै गर्भपतन गर्नुहुँदैन।

- कुनै पनि किसिमका धारिला वस्तु जस्तै- लट्ठी, तार, प्लास्टिक ट्युब आदि योनि तथा पाठेघरमा पठाइयो भने पाठेघरमा प्वाल परेर महिला मर्न सक्छिन्।
- कुनै पनि किसिमका जडीबुटी पाठेघरमा पसाए घाउ हुने, संक्रमण हुने, रगत बग्नेजस्ता समस्या हुन्छन्।
- कुनै पनि किसिमका रंगाउने वस्तु, सफा गर्ने वस्तु, साबुन, खरानी, मट्टीतेलजस्ता वस्तु योनि/पठेघरमा राख्नुहुँदैन।
- कुनै पनि किसिमका आधुनिक वा परम्परागत औषधि पनि सेवन गर्नुहुँदैन वा योनिमा लगाउनुहुँदैन। जस्तै- क्लोरोक्विन (औलोको औषधि), बच्चा जन्मेपछि हुने रक्तश्राव रोक्न प्रयोग गरिने अर्गोमेट्रिनजस्ता औषधि।
- पेटमा कसैले लात हान्ने गर्दा चोट लागेर रक्तश्राव हुन सक्छ र मृत्यु नै पनि हुन सक्छ।
- अदक्ष व्यक्तिद्वारा गर्भपतन गराउनुहुँदैन।

गर्भपतनबारे सामाजिक धारणा

गर्भपतनबारे मैले कुरा गर्दा मानिसहरू एक-अर्कालाई हेरेर ट्वाल्ल परेका थिए । अस्तिको हप्ता हाम्रो क्लिनिकमा एक किशोरीले योनिमा लठ्ठी घुसाएर गर्भपतन गराउन खोजेकी रैछन् । हामीले उनको ज्यान त जोगायौं तर उनी अब कहिल्यै आमा बन्न सक्दिनन् ।



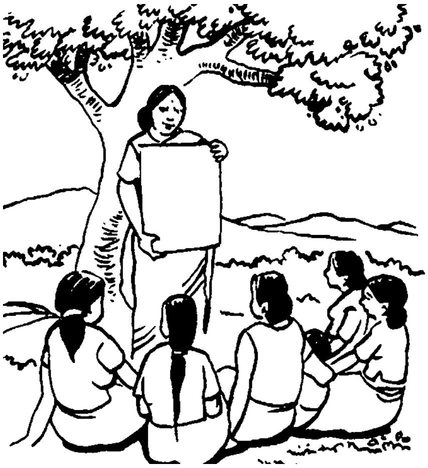
गर्भपतन गराए पनि महिलाहरू यसबारे खुलेर कुरा गर्न हिचकिचाउँछन् ।

गर्भपतनबारे खुलेर छलफल गर्न नसक्नुका धेरै कारण छन् । कुनै समुदायमा धार्मिक कारणले पेटभित्रको भ्रूणलाई पनि मानिसको रुपमा हेरिन्छ र गर्भपतन गर्नुहुँदैन भन्ने मान्यता छ । कुनै-कुनै समुदायमा गर्भपतन गराउने निर्णय गर्न आमालाई नै दिइन्छ । गर्भपतनबारे सबै जनाको एउटै विचार हुँदैन । तर पनि यसबारेमा छलफल गर्ने विभिन्न तरिका त निकाल्नै पर्छ । किनभने असुरक्षित गर्भपतनले धेरै महिला मर्न सक्छन् ।

नचाहँदा नचाहँदै महिला गर्भवती हुँदा श्रीमान्लाई पनि असर पर्छ । त्यसैले यस्ता छलफलमा महिलाका साथसाथै पुरुषलाई पनि सहभागी गराउनु आवश्यक छ । गर्भपतनको बारेमा छलफल गर्दा लैंगिक भूमिकाबारे पनि छलफल हुनै पर्छ । यसो गर्दा पुरुषलाई महिलाको स्वास्थ्यबारे छलफल गर्न, बुझ्न, प्रोत्साहन गर्नुपर्छ र जानेकाले

समाजमा भएका असुरक्षित गर्भपतन र वास्तविक कथा अरूलाई सुनाउनुपर्छ । यसले गर्दा पुरुषले महिलालाई सुरक्षित गर्भपतनको पहुँचमा सहयोग पुऱ्याउन सक्छन् ।

मेरो छोरीले गर्भपतन गर्दा त मलाई रिस उठेको थियो । उनले यस्तो काम गर्लिन् भनेर मैले सपनामा पनि सोचेकी थिइनँ । तर मलाई अहिले पछुतो लाग्छ कि मैले उनलाई गाली गरें । र, मैले त आफ्नी छोरीको स्वास्थ्यबारे चासो पो देखाउनुपर्थ्यो ।	के तपाईं यो कुरा हाम्रो सामुदायिक छलफलमा भन्नुहुन्छ ? यसले गर्दा अरू आमाबाबुलाई आफ्ना छोरीको बारेमा गहिरिएर सोच्न मद्दत गर्छ ।



छलफल शुरु गर्दा विभिन्न घटनाबाट शुरु गर्नु उत्तम हुन्छ । महिलाले आफ्नो वास्तविक जीवनका भोगाइलाई कथाको रुपमा प्रस्तुत गर्दा राम्रो छलफल शुरु हुन सक्छ । नचाहेको गर्भ रहेमा त्यो गर्भ तुहाउन असुरक्षित गर्भपतन गर्न विवश भएकी महिलाले आफ्नो समस्या सुनाउँदा यसले समुदायको आँखा खुलाउँछ र महिलाको स्वास्थ्य राम्रो बनाउन कदम उठाउन सकिन्छ । यस्ता कथा/घटना विभिन्न उमेर, जातजाति र धर्मका महिलाको हुनुपर्छ । उनीहरूको अनुभव सुन्नुपर्छ र भन्नुपर्छ । कथा वा घटना बताउँदा वास्तविक नाम परिवर्तन गर्नुपर्छ ताकि महिलाको वास्तविकता कसैलाई थाहा नहोस् । अनिच्छित गर्भवती भएपछिको एक कथा :

घटना

अमिना आठ वर्षकी हुँदा उनकी आमाको मृत्यु भयो । बाबाले पाल्न गाह्रो भएपछि अमिनालाई उनकी ठूली दिदी र भिनाजुसँग एउटा विकट गाउँमा पठाइदिए । त्यहाँ पाँच वर्षसम्म उनका भिनाजुले उनको यौनशोषण गरे । कसैलाई नभन्नु भनेर धम्की दिए । अमिनाले स्कूल जान कहिल्यै पाइनन् । उनी घरमा पनि धेरै काम गर्थिन् । अरुको खेतमा मजदुरी पनि गर्थिन् र पैसा भिनाजुलाई दिन्थिन् । अमिना १३ वर्षकी हुँदा गर्भवती भइन् । उनी भिनाजुले गरेको यौनशोषणबारे कसैलाई भन्न सक्दैनथिन् । किनभने उनलाई घरबाट नै निकालिदिन्छन् भन्ने डर थियो । तर एकजना छिमेकीले अमिना गर्भवती भएको थाहा पाइन् । उनकी दिदीले उनलाई बेस्सरी पिटिन् अनि सुडेनीकहाँ लगेर असुरक्षित गर्भपतन गराइन् । यसले गर्दा अमिना धेरै बिरामी भइन् ।

नचाहँदा नचाहँदै गर्भवती हुनुको कारण र नतिजा

नचाहेको गर्भ रहँदा के समस्या हुन्छ भन्ने बारेमा आपसमा छलफल गर्दा र यसरी गर्भवती हुनुको कारण, गर्भवती भएपछिको समस्या अनि कसरी गर्भपतन हुन्छ भन्ने उपायहरूका बारेमा थाहा पाउँदा धेरै समस्या समाधान गर्न सकिन्छ । यसको लागि समुदायमा छलफल गर्न सकिन्छ ।

गर्भपतनबारे भ्रम हटाउनुपर्छ । सुरक्षित र कानुनी गर्भपतनबारे पनि मानिसको गलत धारणा भए त्यसलाई हटाउनुपर्छ । कति मानिसलाई त असुरक्षित गर्भपतनले गर्दा समस्या हुन्छ भन्ने पनि थाहा हुँदैन । यसले गर्दा नेपालमा कानुनी मान्यता भइसकेपछि कतिपय महिला यो सेवा लिन हिचकिचाउँछन् ।

कानुनीरुपमा सुरक्षित गर्भपतन गर्न पाउने देशमा महिलाहरू असुरक्षित गर्भपतनको कारणले कमै बिरामी पर्छन् । त्यस्तो देशमा महिलाले परिवार नियोजनका साधनको प्रयोग गर्छन् र नचाहेको गर्भबाट बच्छन् । धेरै मानिस यो सोच्छन् कि प्रायः सबै धार्मिक व्यक्तिहरू गर्भपतनका विरुद्ध हुन्छन् । तर कतिपय धार्मिक नेताहरूचाहिँ महिलाले सुरक्षित गर्भपतनको अधिकार पाउनुपर्छ भन्ने धारणा राख्छन् ।

विभिन्न धारणाहरूबारे छलफल गर्दा

यस कार्यले कुनै समूहलाई सामाजिक समस्याबारे विभिन्न धारणा प्रस्तुत गर्न सहयोग पुर्‍याउँछ । जस्तो- गर्भपतन गर्नु पाप हो भन्नेहरू र महिलाले गर्भपतन गर्न पाउनुपर्छ भन्नेहरूको धारणा, विचार सुन्नुहोस् । साथै पत्रपत्रिकामा प्रकाशित यससँग सम्बन्धित लेख र किताबहरू जम्मा गर्नुहोस् । यसरी यस विषयमा छलफल गर्दा कसैले पनि आफ्नो भावना लुकाउनुपर्दैन भनेर स्पष्टसँग भन्नुहोस् ।

१. यसरी जम्मा गरेका लेखहरू ठूलो स्वरमा सबैले सुन्ने गरी पढ्नुहोस् ।

२. हरेक लेख र विचारबारे मानिसलाई आफूले सोचेको कुरा भन्न लगाउनुहोस् ।

३. ती लेखबारे विभिन्न मानिसले दिइएको विचार र धारणाहरू तुलना गर्नुहोस् ।

४. अन्तिममा कुन विचार सही र विश्वासिलो लाग्छ, छनोट गर्नुहोस् ।

गर्भपतनजस्तो गाह्रो विषयमा छलफल गर्न सजिलोचाहिँ हुँदैन । तर जब यो समस्याले समाजमा महिला र किशोरीको स्वास्थ्यमा नराम्रो असर परेको छ भन्ने कुराकानी हुन्छ, तब गर्भपतनबारे मानिसहरू ती विचारसँग सहमति जनाउने हुन्छन् । सहमति जनाउने, सहमति नजनाउने र थाहा नभएका मानिसलाई तीन समूह बनाएर पनि छलफल गर्न सकिन्छ ।

गर्भपतनबारे मानिसको धारणालाई चुनौती गर्ने

कति मानिसले गर्भपतन गर्ने महिला खराब हुन्छन् भन्ने गलत विचार प्रकट गर्छन्। यदि यी गलत कुरालाई कसैले चुनौती दिएन भने उनीहरू अझ बढी नचाहिने कुरा बोल्छन्। त्यसैले समाजमा प्रचलित झुटा र गलत विचारहरूप्रति कसरी प्रतिक्रिया दिने भन्नेबारे छलफल गरेपछि यस्ता गलत विचारहरू परिवर्तन गर्न सहयोग पुग्छ।

छलफल गर्दा समाजमा गर्भपतनबारे के-के भनिन्छ ? प्रचलित, नराम्रा र झुटा कुराहरूको सूची बनाउनुहोस्। जस्तै-

- गर्भपतन गर्नु पाप हो।
- अविवाहित गर्भवती महिलाले त्यसको नतिजा भोग्नै पर्छ। उनीहरूले विवाहपूर्व सम्बन्ध राख्नुहुन्न।
- पापी महिलाहरूले मात्र गर्भपतन गर्छन्।
- गर्भपतन गर्नुको अर्थ बच्चा मार्नु हो।

१. समूहलाई यो कुरा प्रस्ट पार्नुपर्छ, समाजमा भनिने यस्ता गलत कुराले महिलालाई चाहिएको बेलामा सुरक्षित गर्भपतनको सेवा लिन बाधा पुऱ्याउँछ। र, असुरक्षित गर्भपतन गर्दा उनको प्रजनन अङ्गमा समस्या आउन वा मृत्यु हुन सक्छ।

२. छलफल गर्दा गलत धारणाबारे एउटा धारणा भनेर कुनै एउटा समूहलाई यसबारे कुरा गर्न भन्नुहोस्। जस्तो-
    - गर्भपतन पाप हो भन्ने कुरा किन आयो ? के साँच्ची नै यो हो त ?
    - के महिलाहरू पुरुषलाई आफ्नो विचार प्रकट गर्छन् ? यस्तो बेलामा असुरक्षित गर्भपतनको कारणले महिलाको कथा पत्रिकामा आएका समाचारको पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ।

३. यो समूहलाई यस्तो प्रश्न सोध्नुहोस्, जसले गर्दा उनीहरूले सोचून्-
    - के गर्भपतन गर्ने महिलाहरू काम नलाग्ने हुन् ? कि कुनै विवशता भएर यस्तो गरेको ? उत्तर यस्तो आउन सक्छ- कसैले बलात्कार गरेकाले गर्भपतन गराउनुपरेको हो कि ? बच्चाहरू धेरै भएर हो कि ?

- कसैले भन्लान्- ती महिलाले गलत अथवा सही भन्न सक्दिनन् । किनभने मलाई थाहा छैन, किन उनल विवश हुनुपऱ्यो ?
- कसैले भन्लान्- महिलाले गर्भपतन गर्छन्, किनभने उनीहरूलाई परिवार नियोजनको साधनमा पहुँच छैन ।

४. अब तपाईंको समूहलाई यदि आफ्नो परिवार वा समुदायमा गर्भपतन गरेका महिला छन् भने उनलाई दोष दिने कि नदिने, सुरक्षित गर्भपतनबारे जागृत गराउन महिलाले भोगेका वास्तविक कुरालाई कथा बनाएर हुन्छ कि रेडियो/टिभीमा कुनै कार्यक्रम गरेर हुन्छ वा सचेतना ऱ्यालीको आयोजना गरेर हुन्छ, यस्ता गलत विचारधारालाई परिवर्तन गर्न सहयोग पुग्छ । नेपालमा सुरक्षित गर्भपतनले कानुनी रुप पाएको कारणले गर्दा धेरै महिला असुरक्षित गर्भपतनले संक्रमण र बढी रगत बग्ने समस्याबाट बचेका छन् भन्ने जानकारी दिनुपर्छ ।

असुरक्षित गर्भपतनपछि यदि समयमा उपचार भएन भने माहिलाको ज्यान जान्छ । गर्भपतन अवैध भएका ठाउँमा पनि गर्भपतन भएपछि राम्रोसँग उपचार गर्नुपर्छ । गर्भपतन गैरकानुनी भएको देशमा पनि गर्भपतनपछिको उपचारचाहिँ कानुनी नै हुन्छ । जस्तो- नेपालमा पहिले गर्भपतनले कानुनी मान्यता नपाउँदा असुरक्षित गर्भपतन भएपछि पनि महिलाको उपचारचाहिँ गरिन्थ्यो ।

असुरक्षित गर्भपतन गरेर समस्या भएमा तुरुन्तै महिलालाई औषधि चाहिन्छ । तर असुरक्षित गर्भपतनले गर्दा मृत्यु हुने धेरै कारणमध्ये उपचार समयमै नपाउनु एक कारण हो । यसरी गर्भपतन भएका महिलालाई उपचार गर्न लैजान र उपचार खोज्न परिवार एवम् समुदायको ठूलो भूमिका हुन्छ । गर्भपतनको बारेमा समुदायमा छलफल गर्दा असुरक्षित गर्भपतन भएपछि समयमै अस्पतालमा नलगे के-के समस्या आइपर्न सक्छ भन्ने कुरा छलफल गर्नुपर्छ । यसको लागि नाटक पनि देखाउन सकिन्छ । साथै विभिन्न पत्रिकामा छापिएका समाचार/लेख/डाक्टरको अन्तर्वाता

आदि पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ। यसले गर्दा समुदाय र परिवारले असुरक्षित गर्भपतनपछिका खतराका लक्षणहरू देखा पर्नासाथ अस्पताल लगिहाल्नुपर्छ भन्ने कुरा बुझ्छन् ।

हामीले पुरुषहरूलाई देखाउन एउटा नाटक बनायौं । किनभने महिलालाई समस्या परेपछि घरका लोग्ने मान्छेले बिरामीलाई अस्पताल लैजाने कि घरमा नै राख्ने भन्ने निर्णय गर्न सक्छन् । पैसा पनि प्रायः पुरुषसँग नै भएकोले उनीहरूलाई पैसाको जोहो गर्न सजिलो हुन्छ ।

असुरक्षित गर्भपतन अथवा गर्भ तुहिएपछिका खतराका लक्षण

सबैभन्दा बढी खतराका लक्षण भनेको अत्यधिक मात्रामा रगत बग्नु र संक्रमण हुनु हो। यदि सुरक्षितरुपमा गर्भपतन गराएकी महिलालाई पनि यस्तो खतराका लक्षण देखा परेमा उनलाई तुरुन्तै स्वास्थ्य केन्द्र पुऱ्याउनुपर्छ। यस्तो बेलामा गर्भका टुक्राहरू पाठेघरमा अड्केर संक्रमण हुन सक्छ। साथै पाठेघर बन्द हुन नसकी रगत बगिरहन्छ ।

योनिबाट धेरै रगत बग्नु

एक घन्टामा दुईवटा प्याड अथवा यो भन्दा बढी प्याड भिज्नु भनेको नै अत्यधिक रक्तश्राव हुनु हो ।

यस्तो बेलमा के गर्ने ?

यदि महिलाको धेरै रगत बगिरहेको छ भने उनलाई तुरुन्त अस्पताल लैजानुपर्छ। घरमा राखेर उपचार गर्नु खतराजनक हुन सक्छ ।

संक्रमण

गर्भपतन गराउँदा संक्रमण भएर उपचार भएन भने महिलाको प्रजनन स्वास्थ्यमा समस्या पर्छ। संक्रमण रगतमा फैलिएर महिलाको ज्यान पनि जान सक्छ ।

संक्रमणका चिन्हहरू

- ज्वरो आउनु
- पेट दुख्नु
- काम्नु/महिलालाई कमजोरी हुनु

यस्तो बेलामा महिलालाई ढाडस दिनुपर्छ र तुरुन्त उपचार गराइहाल्नुपर्छ ।

कुनै-कुनै महिलालाई आफूले गर्भपतन गरेर गल्ती गरें कि भन्ने लाग्न सक्छ। उनलाई रुन मन लाग्ने, पछुतो लाग्ने आदि हुन सक्छ। त्यसैले यस्तो समयमा उनलाई आफ्नो श्रीमान् र परिवारले मायालु तरिकाले बुझाउनुपर्छ। उनको स्वास्थ्यको ख्याल राख्नुपर्छ। सबै महिलाले चाहिएको सुरक्षित गर्भपतन सुविधा पाउनुपर्छ।

नेपालमा गर्भपतनलाई कानुनी मान्यता दिन धेरै समय लाग्यो। पहिले त यस्तो गर्न असम्भवजस्तो देखिएको थियो। सन् २००२ मा गर्भपतनले यहाँ कानुनी मान्यता पायो। गर्भपतनलाई कानुनी मान्यता दिलाउनका लागि धेरै समूह र संगठनहरूले धेरे काम गरे। राजनीतिक दलका व्यक्तित्व एवम् सामाजिक अगुवाहरूले पनि यस कार्यका लागि काम गरे। अहिले पनि विश्वका केही देशहरूमा कानुनीरुपमा सुरक्षित गर्भपतनको व्यवस्था छैन। यसले गर्दा त्यहाँ महिलाको स्वास्थ्य खतरामा छ। जस्तो- पाकिस्तान, केही ल्याटिन अमेरिकाका देश।

महिला र स्वास्थ्य कार्यकर्ताले महिलाहरूको ज्यान बचाउन सक्छन्

नेपालमा गर्भपतनको सुविधा छ तर अझ पनि असुरक्षित गर्भपतन भइरहँदा त्यस्तो नहोस् भन्नका लागि स्वास्थ्यकर्मी र अधिकारकर्मीले मिलेर काम गर्नुपर्छ।

मातृ मृत्युको कुरा : असुरक्षित तरिकाले गर्भपतन गर्दा महिलाको मृत्यु भयो भने भविष्यमा यस्तो नहोस् भनेर काम गर्छन्।

वास्तविकता कथाहरू सुनाएर : जुन महिलाको गर्भपतनले गर्दा मृत्यु भयो, तिनीहरूको कथा सुनाएपछि महिलाहरूलाई जागरुक बनाउन सकिन्छ।

अरुसँग काम गर्ने : सबै जनाले एक-अर्कालाई ढाडस दिने र सहयोग गर्ने, जसले गर्दा समाजमा परिवर्तन ल्याउन सकिन्छ।

पुरुषहरूलाई सहभागी गराउने : पुरुषहरूलाई सहभागी गराउँदा उनीहरूले गर्भपतनबारे खुलेर कुरा गर्नका लागि मुख्य भूमिका निर्वाह गर्छन्।

गर्भपतन व्यवस्था : डाक्टर, नर्स र अरु स्वास्थ्य कार्यकर्तालाई सुरक्षित गर्भपतनको तलिम दिने, गर्भपतन गराउने केन्द्रहरू खुलाउने, त्यसमा लगानी गर्ने र महिलाहरूमा जनचेतना फैलाउने।

परिवार नियोजनका साधनको राम्रो व्यवस्था : यसले गर्दा गर्भपतन गर्नेको संख्या कम हुन्छ, किनकि परिवार नियोजनको साधन प्रयोग गरेपछि महिला गर्भवती हुँदैनन्।

गर्भपतनका लागि औषधिको व्यवस्था : यसले गर्दा आकस्मिक गर्भ रोक्न मद्दत पुग्छ।

❑❑