Glucose tolerance test in pregnancy

The Dudley Group NHS
NHS Foundation Trust

# حمل میں گلوکوز کے برداشت کی جانچ

## شعبہ زچگی

مریض کا معلوماتی پرچہ

Accredited as Baby Friendly by unicef

## گلوکوز کے برداشت کی جانچ (GTT) کیا ہے؟

یہ ایک سادہ سی جانچ ہے جسے حمل کے دوران یہ معلوم کرنے کے لیے کیا جاتا ہے کہ آیا آپ کو ایام حمل کا ذیابیطس ہے۔

## ایام حمل کا ذیابیطس کیا ہے؟

یہ عام طور پر ذیابیطس کی عارضی شکل ہے جس میں آپ کے خون میں گلوکوز کی سطحیں زیادہ ہوتی ہیں، خاص طور پر کھانے کے بعد، اور یہ حمل کے دوران عورتوں کو متاثر کرتا ہے۔

عام طور پر، خون میں گلوکوز کی مقدار پر انسولین نامی ہارمون کے ذریعہ قابو پایا جاتا ہے۔ البتہ، حمل کے دوران، بعض خواتین کے خون میں گلوکوز کی سطحیں معمول سے کافی زیادہ ہوجاتی ہیں جس پر انسولین قابو نہیں رکھ پاتا۔

ایام حمل کا ذیابیطس عام طور پر تیسری سہ ماہی (28 ہفتوں بعد) ہوتا ہے اور عام طور پر بچے کی ولادت کے بعد ختم ہوتا ہے۔ البتہ، جن عورتوں کو ایام حمل کا ذیابیطس ہوتا ہے انہیں زندگی کے بعد کے دور میں ٹائپ 2 ذیابیطس ہونے کا زیادہ امکان رہتا ہے۔

یہ ضروری ہے کہ ہم یہ معلوم کریں کہ آیا آپ کو ایام حمل کا ذیابیطس ہے کیونکہ اس سے آپ اور آپ بچے کی نگرانی کے لیے مزید قبل از ولادت اپائنٹمنٹس کی ضرورت ہوگی۔ ایسا اس لیے ہے کہ اگر آپ کو یہ ہے تو، آپ کو حمل اور ولادت کے دوران پیچیدگیاں ہونے کا زیادہ خطرہ ہے، خاص طور پر اگر ذیابیطس کا علاج نہیں ہوتا ہے۔

## کسے ایام حمل کا ذیابیطس ہوتا ہے؟

آپ کو ایام حمل کے ذیابیطس میں مبتلا ہونے کا اعلی ترین خطرہ ہے اگر:

- آپ کو سابقہ حمل کے دوران ایام حمل کا ذیابیطس ہوا ہو۔
- آپ کے کسی قریبی رشتہ دار (والدین، بھائی، بہن، بچے) کو ذیابیطس ہو۔
- آپ کو پچھلے حمل میں زیادہ بڑا بچہ ہوا ہو، 4.5 کلوگرام سے زیادہ۔
- آپ کو پچھلے حمل میں بغیر کسی وجہ کے مردہ بچے کی ولادت ہوئی ہو۔
- آپ کا جسمانی کمیت کا اشاریہ (بی ایم آئی) 30 سے زیادہ ہو۔
- آپ کے حمل کے دوران آپ کے پیشاب میں شکر (گلوکوز) آتا ہو۔
- آپ کے خاندان کی اصل جنوب ایشیائی (خاص طور پر ہندوستان، پاکستان یا بنگلہ دیش)، سیاہ فام کریبیائی یا مشرق وسطی (خاص طور پر سعودی عرب، متحدہ عرب امارات، عراق، اردن، ملک شام، عمان، قطر، کویت، لبنان یا مصر) ہو۔

## اس کی کیا علامات ہیں؟

اکثر ایام حمل کے ذیابیطس کی کوئی علامات نہیں ہوتیں۔ اسی وجہ سے، آپ کو حمل کے دوران کے پہلے اپائنٹمنٹ پر خون کی جانچ کروانے کی ضرورت ہوسکتی ہے۔

اگر آپ کو دوران حمل کے ذیابیطس کا بڑھا ہوا خطرہ ہے تو، آپ کو ایک GTT ٹیسٹ پیش کیا جائے گا جو کہ حمل کے ہفتہ 26 تا 28 میں انجام دیا جاتا ہے۔ البتہ، اگر آپ پچھلے حمل میں ایام حمل کے ذیابیطس میں مبتلا رہی ہیں تو، یہ ٹیسٹ حمل کے 16 سے 18 ہفتوں میں انجام دیا جائے گا۔

خون میں زیادہ گلوکوز بعض علامات پیدا کرسکتا ہے بشمول:

- منہ خشک ہونے کے ساتھ پیاس میں اضافہ
- اکثر پیشاب کرنے کی حاجت، خاص طور پر رات میں
- تھکان
- اعادی انفیکشنز، جیسے کہ جوشش دہن (ایک خمیری انفیکشن)
- دھندلی بینائی

## اس ٹیسٹ میں کیا شامل ہے؟

- ٹیسٹ سے پہلے کی رات، یہ ضروری ہے کہ آپ رات 10 بجے کے بعد سے کچھ نہ کھائیں۔ آپ پانی کے گھونٹ لے سکتی ہیں۔
- جب آپ کلینک پہنچیں گی تو، ہم آپ کے خون کا ایک نمونہ لیں گے۔
- پھر آپ کو پانچ تا چھ منٹوں میں ایک گلوکوز والا مشروب پینا ہوگا۔
- اس کے بعد، آپ کو دو گھنٹوں تک ڈپارٹمنٹ میں بیٹھنا ہوگا۔ اس وقت کے دوران آپ نہ تو کھائیں، نہ ہی کچھ پیئیں گی یا سگریٹ نوشی کریں گی۔ بہتر ہے کہ کوئی رسالہ، کتاب یا کرنے کے لیے کچھ لے کر آئیں، اور ٹیسٹ کے بعد کے لیے اسنیک بھی ساتھ لائیں۔
- دو گھنٹوں بعد، ہم خون کا دوسرا ٹیسٹ لیں گے۔ پھر یہ ٹیسٹ مکمل ہوجائے گا اور آپ گھر جاسکتی ہیں۔

**براہ کرم ٹیسٹ کے لیے آتے وقت اپنا دستی گرین نوٹس ساتھ لائیں۔**

## میں ٹیسٹ کیسے بُک کروں؟

آپ کی کمیونٹی مڈوائف یا ایام حمل کے کلینک کا عملہ آپ کو ٹیسٹ بُک کرنے کا طریقہ بتائے گا۔

## ٹیسٹ کہاں انجام دیا جاتا ہے؟

یہ درج ذیل مقامات میں سے کسی ایک پر ہوگا:

- برائرز سوئٹ، برائرلی ہل ہیلتھ اینڈ سوشل کیئر سنٹر، وینچر وے، برائرلی ہل، DY5 1RU(بالمقابل اسدا کار پارک)
- لیڈیز واک کلینک، پرائری لین، ڈڈلے DY3 3UD -

**براہ کرم یہ معلوم کرنا یقینی بنائیں کہ آپ کا ٹیسٹ کہاں ہو رہا ہے۔**

## میں نتائج کیسے حاصل کروں گی؟

آپ کے ٹیسٹ کے نتائج کا جائزہ دو کاروباری دنوں کے اندر لیا جائے گا۔ اگر نتیجہ نارمل رہتا ہے تو، مزید کوئی کارروائی نہیں کی جائے گی اور آپ کی کمیونٹی مڈوائف کو نتیجے سے آگاہ کردیا جائے گا۔ وہ آپ کو نتائج سے آگاہ کرے گی۔

اگر نتیجہ غیر معمولی رہتا ہے تو، ہم آپ کو ایک مشترکہ دوران حمل/ذیابیطس سے متعلق کلینک بھیجیں گے اور وہ آپ کے معائنے کا انتظام کریں گے۔

## ایام حمل کے ذیابیطس کا علاج کس طرح ہوتا ہے؟

اگر آپ کو ایام حمل کا ذیابیطس ہے تو، جب آپ کو دوران حمل/ذیابیطس سے متعلق کلینک بھیجا جاتا ہے تو آپ کو آپ کے خون میں گلوکوز (شکر) کی سطحوں کی نگرانی اور اس پر قابو پانے کے بارے میں معلومات فراہم کی جائے گی۔

کبھی کبھی، غذا میں تبدیلی اور زیادہ ورزش آپ کے ایام حمل کے ذیابیطس پر قابو پانے کے لیے کافی ہوں گے۔ بعض خواتین کو دوا کی ضرورت ہوسکتی ہے۔

آپ کو زیادہ کثرت سے ایام حمل کے اپائنٹمنٹس پیش کیے جائیں گے تاکہ آپ اور آپ کے نامولود بچے کی قریبی نگرانی ہوسکے۔

**اگر آپ کو اپنے ٹیسٹ کے دوبارہ انتظام کی ضرورت ہو تو، براہ کرم 01384 244312 پر کال کریں۔**

اگر آپ کے کوئی سوالات ہوں، یا اگر اس کتابچے کے بارے میں کوئی ایسی چیز ہو جو آپ کو سمجھ میں نہیں آئی ہو تو، براہ کرم رابطہ کریں:

پریگننسی ڈے اسسمنٹ یونٹ سے 01384 244312 یا اپنی کمیونٹی مڈوائف سے (صبح 9 تا 5 بجے، پیر تا جمعہ)

**اس کتابچے کو اس پتے سے ڈاؤن لوڈ یا پرنٹ کیا جاسکتا ہے:**

http://dudleygroup.nhs.uk/services-and-wards/maternity/

**This leaflet can be made available in large print, audio version and in other languages, please call 0800 0730510**

ਜੇਕਰ ਇਹ ਲੀਫਲੈੱਟ (ਛੋਟਾ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ) ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ (ਪੰਜਾਬੀ) ਵਿੱਚ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰ ਕੇ ਪੇਸ਼ੰਟ ਇੱਨਫ਼ਰਮੇਸ਼ਨ ਕੋ-ਔਰਡੀਨੇਟਰ ਨਾਲ **0800 0730510** ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

यदि आपको यह दस्तावेज़ अपनी भाषा में चाहिये तो पेशन्ट इनफरमेशन को-आरडीनेटर को टैलीफ़ोन नम्बर **0800 0730510** पर फोन करें।

જો તમને આ પત્રિકા તમારી પોતાની ભાષા (ગુજરાતી)માં જોઈતી હોય, તો કૃપા કરીને પેશન્ટ ઈન્ફોર્મેશન કો-ઓર્ડિનેટરનો **0800 0730510** પર સંપર્ક કરો.

আপনি যদি এই প্রচারপত্রটি আপনার নিজের ভাষায় পেতে চান, তাহলে দয়া করে পেশেন্ট ইনফরমেশন কো-অর্ডিনেটারের সাথে **0800 0730510** এই নম্বরে যোগাযোগ করুন।

أذا كنت ترغب هذه الوريقة مترجمة بلغتك الاصلية ( اللغة العربية ) , فرجاءا أتصل بمنسق المعلومات للمريض **Information Co-ordinator** على التلفون **0800 0730510**

حسب ضرورت اس لیف لٹ کو اپنی زبان (اُردو) میں حاصل کرنے کے لئے براہِ مہربانی ٹیلیفون نمبر **0800 0730510** پر پیشنٹ انفرمیشن کو-اورڈینیٹر (مریضوں کے لئے معلومات کی فراہمی کے سلسلے میں افسر) کے ساتھ رابطہ قائم کریں۔

حوالہ: DGH/PIL/01078. پیش کنندہ: DGH. راشیل لیمب۔ تیاری کی تاریخ: مارچ 2015۔ نظرثانی کی تاریخ: مارچ 2018۔ ورژن: 1