The Dudley Group
NHS Foundation Trust

حمل کے دوران گلوکوز ٹالرینس ٹیسٹ (Glucose tolerance test)

شعبہ زچہ و بچہ

مریض کی معلومات کا پرچہ

Accredited as Baby Friendly by unicef

گلوکوز ٹالرینس ٹیسٹ (GTT) کیا ہے؟

یہ ایک ایسا ٹیسٹ ہے جو حمل کے دوران یہ جاننے کے لیے کیا جاتا ہے کہ آیا آپ دوران حمل ذیابیطس میں مبتلا ہوئی ہیں۔

> **دوران حمل ذیابیطس کی تشخیص اضافی نگرانی کی وجہ بنے گی اور آپ کے حمل اور/یا زچگی کے دوران اضافی مداخلتوں کی وجہ بن سکتی ہے۔**

دوران حمل ذیابیطس کیا ہے؟

عموماً یہ ذیابیطس کی ایک عارضی شکل ہوتی ہے جس میں آپ کے خون میں گلوکوز کی مقدار، خاص کر کھانا کھانے کے بعد، زیادہ ہوتی ہے اور یہ حمل کے دوران خواتین کو متاثر کرتی ہے۔

عام طور پر، جو ہارمون خون میں گلوکوز کی مقدار قابو میں رکھتا ہے اسے انسولین کہتے ہیں۔ تاہم، حمل کے دوران، کچھ خواتین کے خون میں عام مقدار سے زیادہ گلوکوز پیدا ہو جاتی ہے جسے انسولین قابو نہیں کر سکتا۔

دوران حمل ذیابیطس عموماً تیسری سہ ماہی مدت (28 ہفتوں کے بعد) سامنے آتی ہے اور عام طور پر بچے کی پیدائش کی بعد ختم ہو جاتی ہے۔ تاہم، جن خواتین میں دوران حمل ذیابیطس سامنے آتی ہے ان میں زندگی کے بعد کے کسی حصے میں ذیابیطس کی قسم 2 کے سامنے آنے کا امکان زیادہ ہوتا ہے۔

یہ اہم ہے کہ ہمیں معلوم ہو کہ آیا آپ دوران حمل ذیابیطس میں مبتلا ہیں کیونکہ آپ کو اپنی اور اپنے بچے کی نگرانی کے لیے زیادہ قبل از پیدائش اپائنٹمنٹس کی ضرورت ہو گی۔ ایسا اس لیے کیونکہ اگر آپ اس میں مبتلا ہیں، تو آپ کے حمل اور پیدائش کے دوران پیچیدگیوں کا شکار ہونے کے امکانات زیادہ ہوتے ہیں، خاص کر تب جب ذیابیطس کا علاج نہ کیا جائے۔

دوران حمل ذیابیطس میں کون مبتلا ہوتا ہے؟

آپ دوران حمل ذیابیطس میں مبتلا ہونے کے زیادہ خطرے سے دوچار ہوتی ہیں اگر

- آپ گزشتہ حمل کے دوران ذیابیطس کا شکار رہی ہوں
- آپ کے کسی قریبی رشتے دار (والد/والدہ، بھائی، بہن، بچہ) کو ذیابیطس ہو۔

- گزشتہ حمل کے دوران آپ کے بطن میں موجود بچہ بڑا رہا ہو۔
- گزشتہ حمل کے دوران کسی غیر واضح وجہ کے سبب آپ کا بچہ مردہ پیدا ہوا ہو۔
- آپ کا باڈی ماس انڈیکس (BMI) 30 سے زیادہ ہو۔
- حمل کے دوران آپ کے پیشاب میں شوگر (گلوکوز) موجود رہی ہو۔
- آپ پولیسسٹک اووری سنڈروم میں مبتلا ہوں۔
- آپ کچھ مخصوص اینٹی سائیکاٹک ادویہ استعمال کر رہی ہوں۔
- آپ کا خاندانی نسب جنوبی ایشیا (خصوصاً انڈیا، پاکستان یا بنگلہ دیش)، سیاہ فام (خصوصاً کیریبین یا افریقی) یا مشرق وسطی (خصوصاً سعودی عرب، متحدہ عرب امارات، عراق، اردن، شام، عمان، قطر، کویت، لبنان یا مصر) کا ہو۔

علامات کیا ہیں؟

دوران حمل ذیابیطس کی عموماً کوئی علامات نہیں ہوتیں۔ اس وجہ سے، اگر آپ دوران حمل ذیابیطس کے زیادہ خطرے سے دوچار ہیں، تو آپ کو GTT ٹیسٹ کی پیشکش کی جائے گی جو حمل کے 25 تا 27 ہفتے کے اندر کیا جاتا ہے۔ تاہم، اگر آپ گزشتہ حمل میں دوران حمل ذیابیطس کا شکار رہی ہوں، تو حمل کے 16 تا 18 ہفتے کے اندر آپ کا ٹیسٹ کیا جائے گا۔

خون میں گلوکوز کی زیادہ مقدار کچھ علامات کا باعث بنتی ہے بشمول

- پیاس کی شدت میں اضافے کے ساتھ منہ کا خشک ہونا؛
- پیشاب کی حاجت کا تسلسل کے ساتھ، خاص کر رات کے وقت محسوس ہونا؛
- تھکاوٹ؛
- متواتر سامنے آنے والے انفیکشنز جیسا کہ چھالے پڑنا (ایک یییسٹ انفیکشن) یا
- دھندھلا دکھائی دینا۔

ٹیسٹ میں کیا شامل ہے؟

- ٹیسٹ سے پہلے کی رات کو، آپ پر لازم ہے کہ رات 10 بجے کے بعد کچھ نہ کھائیں۔ آپ پانی کے گھونٹ پی سکتی ہیں۔

براہ کرم نوٹ کریں کہ آپ کوئی باقاعدہ دوا معمول کے مطابق پانی کے ساتھ لے سکتی ہیں (اسکواش یا جوس کے ساتھ نہیں)۔ اگر دوا خوراک کے ساتھ لیے جانے کی ضرورت ہو، تو ٹیسٹ ہو جانے تک خوراک لینے میں تاخیر کریں۔ اگر اپنی دوا سے متعلق آپ کے کوئی خدشات ہیں، تو براہ کرم مرکز ذیابیطس سے رابطہ کریں۔

- جب آپ کلینک تشریف لائیں گی، تو ہم آپ کے خون کا ایک نمونہ لیں گے۔
- پھر، آپ کو پانچ تا چھ منٹس کے اندر ایک گلوکوز پر مبنی مشروب پینے کی ضرورت ہو گی۔
- اس کے بعد، آپ کو شعبے میں دو گھنٹے کے لیے بیٹھنے کی ضرورت ہو گی۔ اس دوران آپ کھانے، پینے یا تمباکو نوشی سے قاصر ہوں گی۔ میگزین، کتاب یا مگن رہنے کے لیے کوئی چیز، اور ٹیسٹ کے بعد کے لیے اسنیک بھی ساتھ لانا ایک اچھا خیال ہے۔
- دو گھنٹوں کے بعد، ہم خون کا دوسرا ٹیسٹ لیں گے۔ پھر ٹیسٹ ختم ہو جائے گا اور آپ گھر جا سکیں گی۔

جب آپ ٹیسٹ کے لیے تشریف لائیں تو براہ کرم ہاتھ میں پکڑنے والے سبز رنگ کے نوٹس اپنے ساتھ لائیں۔

میں ٹیسٹ کیسے بُک کروں؟

آپ کی کمیونٹی مڈ وائف یا قبل از پیدائش کلینک کا عملہ اس بارے میں آپ کی رہنمائی کرے گا کہ ٹیسٹ کیسے بُک کریں۔

ٹیسٹ کہاں کیا جاتا ہے؟

یہ مندرجہ ذیل مقامات میں سے کسی ایک پر کیا جائے گا:

- The Briar Suite, Brierley Hill Health and Social Care Centre, Venture Way, Brierley Hill, DY5 1RU (بالمقابل ایسڈا کار پارک)۔
- Ladies Walk Centre, Ladies Walk, Dudley, DY3 3UA۔

براہ کرم یقینی بنائیں کہ آپ جانتی ہوں کہ آپ کا ٹیسٹ کہاں کیا جا رہا ہے۔

میں نتائج کیسے حاصل کروں؟

آپ کے ٹیسٹ کے نتائج کا جائزہ دو ایام کار کے اندر لیا جائے گا۔ اگر نتیجہ نارمل ہوا، تو کسی مزید کارروائی کی ضرورت نہیں ہو گی اور آپ کی کمیونٹی مڈ وائف کو نتیجے سے آگاہ کر دیا جائے گا۔ وہ آپ کو نتائج سے آگاہ کر دیں گی۔

اگر نتیجہ نارمل نہ ہوا، تو ہم آپ کو ایک مشترکہ قبل از پیدائش/ذیابیطس کے کلینک سے رجوع کرنے کا کہیں گے اور وہ آپ سے ملاقات کا انتظام کریں گے۔

دوران حمل ذیابیطس کا علاج کیسے کیا جاتا ہے؟

اگر آپ دوران حمل ذیابیطس میں مبتلا ہیں، تو جب آپ کو قبل از پیدائش/ذیابیطس کے کلینک سے رجوع کرنے کا کہا جائے گا تب آپ کو اپنے خون میں گلوکوز (شوگر) کی مقدار کی نگرانی کرنے اور اسے قابو میں رکھنے کے متعلق معلومات دی جائے گی۔

کبھی کبھار، غذا میں تبدیلی اور زیادہ ورزش کرنا دوران حمل ذیابیطس کو قابو میں رکھنے کے لیے کافی ثابت ہو جائے گا۔ کچھ خواتین کو دوا کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

آپ کو مزید تواتر کے ساتھ قبل از پیدائش اپائنٹمنٹس کی پیشکش کی جائے گی تاکہ آپ کی اور آپ کے پیدا ہونے والے بچے کی بغور نگرانی کی جا سکے۔

اگر آپ کو اپنے ٹیسٹ کا انتظام دوبارہ کرنے کی ضرورت ہے، تو براہ کرم 01384 244312 پر کال کریں۔

اگر آپ کے کوئی سوالات ہیں، یا اگر ایسی کوئی چیز ہے جو آپ اس پرچے کے بارے میں نہیں سمجھ سکیں، تو براہ کرم:

اپنی کمیونٹی مڈ وائف سے 01384 244358 پر (صبح 9 بجے تا شام 5 بجے، پیر تا جمعہ) رابطہ کریں

حمل سے متعلق دن کے جائزہ جاتی یونٹ سے 01384 244312 پر (صبح 8 بجے تا شام 6.30 بجے تک، پیر تا جمعہ) رابطہ کریں

مرکز ذیابیطس سے 01384 456111 ایکسٹینشن 3399 پر رابطہ کریں

یہ پرچہ یہاں سے ڈاؤن لوڈ یا پرنٹ کیا جا سکتا ہے:

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

اگر مریض کی معلومات کے اس پرچے پر آپ کے کوئی تاثرات ہیں، تو براہ کرم dgft.patient.information@nhs.net پر ای میل کریں۔

This leaflet can be made available in large print, audio version and in other languages, please call 0800 073 0510.

للحصول على هذه النشرة بحجم أكبر، وعلى شكل إصدار صوتي و بلغات أخرى، الرجاء الاتصال بالرقم 08000730510.

此宣传单可提供大字版本、音频版本和其它语言版本，请拨打电话：0800 073 0510。

Ulotka dostępna jest również w dużym druku, wersji audio lub w innym języku. W tym celu zadzwoń pod numer 0800 073 0510.

ਇਹ ਪਰਚਾ ਵੱਡੇ ਅੱਖਰਾਂ, ਬੋਲ ਕੇ ਰੀਕਾਰਡ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਦੂਸਰੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, 0800 073 0510 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜੀ।

Aceasta brosura poate fi pusa la dispozitie tiparita cu caractere mari, versiune audio sau in alte limbi, pentru acest lucru va rugam sunati la 0800 073 0510.

یہ کتابچہ آپ کو بڑے حروف کی لکھائی ، سمعی صورت اور دیگر زبانوں میں مہیا کیا جا سکتا ہے۔برائے مہربانی فون نمبر 08000730510پر رابطہ کریں۔

تخلیق کار: ریچل لیمب (Rachel Lamb)۔ تاریخ تخلیق: مارچ 2015۔ تاریخ جائزہ: مئی 2019۔ اگلے جائزے کی تاریخ: فروری 2022۔ ورژن: 2۔
DGH حوالہ: DGH/PIL/01078