

## সিজারিয়ান পদ্ধতিতে সন্তানপ্রসবের পর সম্ভাব্য কি হতে পারে

### অস্ত্রোপচারের অব্যবহিত পরেই

- আপনাকে ওষুধ দেয়ার প্রতিক্রিয়ায় আপনি দুর্বল হয়ে পড়তে পারেন।
- আপনি কাঁপুনিতে ভুগতে পারেন ও ঠাণ্ডা বোধ করতে পারেন (কম্বল দিয়ে আপনার শরীর ঢাকা দেয়া হবে)।
- আপনার শিশুর জন্মের পরপরই আপনি তাকে দেখতে পাবেন এবং তাকে হাতের মধ্যে ধরতে পারবেন।
- যত তাড়াতাড়ি সম্ভব আপনার শিশুকে আপনার বুকের দুধ খাওয়ানোর জন্য সাহায্য চাইবেন।

### পরের দিন

- আরাম দেয়ার লক্ষ্যে আপনাকে যন্ত্রণা-নাশক ওষুধ দেয়া হবে।
- যত তাড়াতাড়ি পারেন উঠে হাঁটাচলা করার জন্য আপনাকে উৎসাহ দেয়া হবে।
- যত শীঘ্র পারেন আপনার শিশুকে বুকের দুধ খাওয়ানো এবং তার পরিচর্যা করার জন্য আপনাকে উৎসাহ দেয়া হবে।
- আপনাকে তরল পানীয় অথবা নরম খাবার দেয়া হবে যতদিন পর্যন্ত আপনার পেট থেকে স্বাভাবিকভাবে বাতাস বের না হয়।
- অস্ত্রোপচারের জায়গাটা শুকনো এবং পরিষ্কার অবস্থায় ঢাকা দিয়ে রাখা হবে।

### সাধারণতঃ কি হয়ে থাকে

- অস্ত্রোপচারের ৩-৫ দিন পর কাটা জায়গাটার সেলাই বা স্টেপল খোলা হবে।
- অস্ত্রোপচারের ২-৪ দিন পর সাধারণতঃ আপনি বাড়ী যেতে পারবেন।
- বাড়ীতে আপনি স্নান করতে পারবেন এবং কাটা জায়গাটায় নরমভাবে হাত বুলিয়ে শুকনো করতে পারবেন।
- অস্ত্রোপচারের পর ৩-৫ দিন আপনার পায়খানা নাও হতে পারে (যথেষ্ট পরিমাণে পানীয় গ্রহণ করবেন ঃ খেজুরের ও নাশপাতির রস বিশেষ করে উপকারী)।
- অস্ত্রোপচারের জায়গাটায় একটা সরু লাল দাগ রেখে সময়ের ব্যবধানে কাটা জায়গাটা ভাল হয়ে ওঠে।
- অস্ত্রোপচারের বাধা প্রত্যেক দিনই কমতে থাকবে, এবং আপনার হাঁটাচলা অনেক সহজ হয়ে উঠবে।

### কি কি ব্যাপারে সতর্ক থাকতে হবে

- অস্ত্রোপচারের জায়গাটা যদি বিশৃঙ্খল হয়ে ওঠে কিংবা খুলে যায়।
- আপনার তলপেট স্পর্শ করলে যদি নরম ঠেকে বা যন্ত্রণাদায়ক মনে হয়।
- আপনার যদি জ্বর এসে থাকে।
- আপনার স্ত্রী-যোনি নিসৃত রক্ত যদি দুর্গন্ধ লাগে।

আপনার আরোগ্য হওয়ার ব্যাপারে আপনার যদি কোনো প্রশ্ন অথবা উদ্বেগ থেকে থাকে, তাহলে একজন নার্স, আপনার ধাত্রী, ক্লিনিক অথবা ডাক্তারের সাথে পরামর্শ করুন।

2007...May be photocopied with acknowledgement to the Multicultural Perinatal Network  
c/o 416-338-7600 Toronto Public Health  
Bengali translation of "What to Expect After a Caesarean Section"

