બાળક પેદા કરવાનો પ્રયાસ કરવો?

ફળદ્રુપતાની મુશ્કેલીઓ વિષે માહિતી

Trying for a baby?

Information about fertility problems

www.dmu.ac.uk
DE MONTFORT UNIVERSITY
LEICESTER • BEDFORD

Gujarati

બાળક પેદા કરવાનો પ્રયાસ કરવો?

ફળદ્રુપતાની મુશ્કેલીઓ વિષે માહિતી

ગુજરાતીમાં

પરિચય

સગર્ભા થવામાં મુશ્કેલીઓનો અનુભવ કરતા હોય અને જેમને ફળદ્રુપતાનાં અભાવ, તેનાં કારણો અને સારવાર વિષે વધારે જાણકારી મેળવવાની જરૂર હોય તેવા લોકો માટે આ પત્રિકામાં માહિતી છે. બાળકો પેદા કરવાની મુશ્કેલીઓનો અનુભવ કરતા લોકો માટે વધારે માહિતી પૂરી પાડી શકે તેવી સંસ્થાઓની યાદી અને ટેકો પૂરો પાડતા સમૂહોની વિગતોનો પણ તેમાં સમાવેશ છે.

ફળદ્રુપતાનાં અભાવ - તે શું છે?

સગર્ભા બનવા માટે એક અથવા બે વર્ષ સુધી પ્રયાસ પછી પણ કોઇ યુગલ ગર્ભ ધારણ ન કરી શકે તો સામાન્ય રીતે ફળદ્રુપતાનાં અભાવની અસર છે એવું તેમનું વર્ણન દાકતર કરે છે. ફળદ્રુપતાની મુશ્કેલીઓ ઘણી સર્વસામાન્ય છે, કારણ કે લગભગ દરેક છ યુગલોમાંથી એકને બાળક પેદા કરવા માટે મદદની જરૂર પડે છે. યુગલોને કદાચ બાળક હોય, પણ ફરી સગર્ભા થવામાં મુશ્કેલી પડતી હોય. આવા કિસ્સામાં, તમને હજી મદદ મળી શકે, જો કે અમુક સારવાર કદાચ એન.એચ.એસ. પાસેથી ઉપલબ્ધ ન હોય.

ગર્ભ ધારણ કરવામાં યુગલને મુશ્કેલી પડે તેનાં ઘણાં કારણો હોય શકે, જેમાં એક અથવા બન્ને સાથીનો સમાવેશ થઇ શકે. ચોથા ભાગનાં કિસ્સાઓમાં પુરુષ દ્વારા ઉત્પન્ન કરવામાં આવતા બીજ (સ્પર્મ) સાથે સમસ્યાઓ હોય છે, જેથી સગર્ભા બનવું મુશ્કેલ થઇ શકે. ઘણાં કિસ્સાઓમાં યુગલને એકથી વધારે 'કારણ'નો અનુભવ કદાચ થઇ શકે અને અમુક કિસ્સાઓમાં કોઇ સ્પષ્ટ ખુલાસો નથી મળતો. ફળદ્રુપતા પર અસર કરતી અમુક સ્થિતિઓનું દાકતરો કેવી રીતે વર્ણન કરે તે કૌંસમાં આપેલા શબ્દો બતાવે છે.

સ્ત્રી માટે

- ઈંડાં છોડવામાં આવતી વ્યાધિ (ઓવ્યુલેટરી ડિસોર્ડર્સ) અમુકવાર દર મહિને ફળદ્રુપ થવાની ક્રિયા કરવા (સ્ત્રીનાં) અંડાશયમાંથી ઈંડું છોડવામાં નથી આવતું. આ બાબત સૂચવતી વસ્તુ કદાચ માસિક ન આવતું હોય અથવા અનિયમિત માસિક આવતું હોય.

- અંડાશય અને ગર્ભાશયને જોડતી નળીઓ (ફેલોપિયન ટ્યુબ્સ) રૂંધાય જઇ શકે, જેથી અંડાશયમાંથી ઈંડુ આગળ જઇ શકવામાં અટકી જાય (ટ્યુબલ પ્રોબ્લેમ્સ). જાતીય સંભોગ દ્વારા પસાર કરવામાં આવેલ ચેપી રોગને કારણે; કસુવાવડ અથવા પ્રસવ અથવા આંતરડાનાં છેડા (અપેન્ડિસાઇટિસ) માટે પેટ પર શસ્ત્રક્રિયા, કરવા પછી નળીઓને અમુકવાર નુકસાન પહોંચે છે.

- શરીરનાં અન્ય ભાગમાં ગર્ભાશયનાં અસ્તર (લાઇનિંગ)ને મળતા કોષ હોય છે, ખાસ કરીને પેડુ (પેલ્વિસ)માં અને અમુક ગંભીર કિસ્સાઓમાં આવી બાબત દ્વારા અંડાશય અને ફેલોપિયન

પુરુષ માટે:

- બીજ (સ્પર્મ)ની વ્યાધિઓ – અમુકવાર પુરુષ દ્વારા ખૂબ ઓછા બીજ પેદા કરવામાં આવે છે (લૉ સ્પર્મ કાઉન્ટ). જ્યાં યોગ્ય સંખ્યામાં બીજ હોય ત્યાં અમુકવાર બીજની ગુણવત્તા સારી નથી હોતી. કદાચ બીજ અસામાન્ય હોય અથવા સ્પર્મ વધારે ચલાયમાન ન હોય (પૂઅર મોટિલિટી).

બન્ને સાથીઓ માટે:

- અસ્પષ્ટ ફળદ્રુપતાનો અભાવ – આનો અર્થ એ થયો કે સર્વ તપાસ સામાન્ય દેખાય અને કોઇ દેખીતું કારણ ન જણાય કે યુગલ ગર્ભાધાન કેમ નથી કરી શકતા. 2-3 વર્ષથી ગર્ભધારણ કરવાનો પ્રયાસ કરી રહેલા યુગલો જેમને અસ્પષ્ટ ફળદ્રુપતાનો અભાવ હોય, તેઓને હજી પણ કોઇ મદદ વગર ગર્ભધારણ કરવાની સારી તક હોય છે. જે લોકો 3 વર્ષથી વધારે સમય માટે પ્રયાસ કરી રહ્યા હોય, તેમને માટે આઇ.વી.એફ. (IVF)ની (નીચે જુઓ) દ્વારા સગર્ભા થવાની વધારે તક હોય છે.

અમને ચિંતા થતી હોય તો અમારે શું કરવું જોઇએ?

જો તમે એક વર્ષ અથવા વધારે સમય માટે નિયમિત અરક્ષિત જાતીય સંભોગ કરી રહ્યા હોવ અને સગર્ભા ન થયા હોવ, તો તમારા જી.પી. (દાકતરને) મળવાની એપોઇન્ટમેન્ટ લેવાની સલાહ આપવામાં આવે છે. જો તમે 35 વર્ષથી ઉપરની ઉંમરની નારી હોવ તો ખાસ અગત્યનું છે કે તમે સત્વર સલાહ મેળવો, કારણ કે તમારી ઉંમર વધે તેમ સગર્ભા થઇ શકવું વધારે મુશ્કેલ બની શકે છે. તમારા દાક્તર અમુક સાદી તપાસ (સ્ત્રીનાં લોહીની તપાસ અને પુરુષનાં બીજને માટે તપાસ) કરશે અથવા તે તમને હોસ્પિટલમાં નિષ્ણાત દાક્તર પાસે મોકલશે. તમારા આહાર અથવા જીવનપદ્ધતિમાં, અથવા જાતીય સંભોગ કરવાનાં સમયમાં ફેરફાર કરવાની પણ તમારા જી.પી.સૂચના કરી શકે, જે તમને સગર્ભા થવાની કદાચ મદદ કરી શકે.

અમને કેવી તપાસ કરાવવાની જરૂર પડશે?

તપાસણીમાં બન્ને સાથીઓ સમાવિત થઇ શકે અને તેમાં નીચે પ્રમાણે બાબતોનો કદાચ સમાવેશ થઇ શકે:

મહિલા માટે:

- હૉરમૉનનાં પ્રમાણની તપાસ, સામાન્ય રીતે તપાસ કરવા માટે લોહી લઇને
- દર મહિને ઈંડું છોડવામાં આવે છે કે નહિ તેની તપાસ, જેમાં અમુકવાર અંડાશયની બારીકાઇથી તપાસ (સ્કેન) કરવાનો સમાવેશ થાય છે
- ફેલોપિયન ટ્યુબ્સની તપાસ કરવી, ક્યાં તો ખાસ પ્રકારનાં એક્સ-રે દ્વારા, જેને હિસ્ટેરોસલપિન્ગોગ્રામ કહેવાય છે, અથવા લૅપરોસ્કૉપી નામની (લાંબી વૈધકીય નળી દ્વારા જોવાની) પ્રક્રિયા દ્વારા.

ફળદ્રુપતાનાં અભાવ માટે કેવી કેવી સારવાર હોય છે?

ફળદ્રુપતાનાં અભાવને મદદ કરવા માટે ઘણી જુદી જુદી સારવાર હોય છે. જે સારવાર પસંદ કરવામાં આવે તેનો આધાર તમારી સમસ્યાનાં કારણ પર હશે. નીચે આપેલ યાદીમાં અમુક વધારે સામાન્ય સારવાર આપેલી છે:

ઈંડાં છોડવાની પ્રક્રિયાને પ્રેરવી (ઑવ્યુલેશન ઈન્ડક્શન) - આ સારવારનો ઉપયોગ કદાચ કરવામાં આવી શકે જો સ્ત્રીને ઈંડા બનાવવા માટે મદદની જરૂર પડે. આ સારવાર કરવામાં ગોળીઓ ખાવાનો અથવા ઈન્જેક્શન આપવાનો સમાવેશ થાય છે અને અમુકવાર ખાતરી કરવા કે ઈંડાં સફળતાથી વિકસી રહ્યા છે, તેનું સ્કેન અથવા લોહીની તપાસ દ્વારા નિરીક્ષણ કરવામાં આવે છે.

ગર્ભાશયની અંદર પુરુષનું બીજ નાખવું (ઈન્ટ્રાયુટેરાઈન ઈન્સેમિનેશન) (IUI) - આ એક સાદી સારવાર છે જેમાં પુરુષ સાથીનાં વીર્યનો નમૂનો લેવાનો સમાવેશ થાય છે જેને સ્ત્રીનાં ગર્ભાશયની અંદર દાકતર અથવા નર્સ મૂકે છે. અમુકવાર સ્ત્રીને ઈંડું ઉત્પન્ન કરવાની મદદ કરવા દવા પણ લેવી પડે છે. અસ્પષ્ટ ફળદ્રુપતાનાં અભાવ હોય તેવા યુગલોની સારવાર કરવા પણ આ ઉપાય વાપરવામાં આવે છે. જો પુરુષને વીર્યને વ્યાધિ હોય અને યુગલ દાનમાં આપેલા વીર્યનો ઉપયોગ કરવાનું પસંદ કરે ત્યારે પણ આ રીતનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. (નીચે જુઓ)

દાન કરેલા વીર્યને ગર્ભાશયમાં દાખલ કરવા (ડૉનર ઈન્સેમિનેશન) (DI) – જ્યારે પુરુષને વીર્યની વ્યાધિ હોય અથવા વારસામાં બીમારી મળેલી હોય કે જે બાળકને પસાર કરી શકાય તેવા કિસ્સાઓમાં આ રીતનો ઉપયોગ કરી શકાય છે. કોઇ અનામી દાન કરનારનાં વીર્યનાં નમૂનાને તૈયાર કરવામાં આવે છે અને સ્ત્રીનાં ગર્ભાશયમાં દાખલ કરવામાં આવે છે. દાન કરનારને યુગલ નહિ ઓળખી શકે, પણ તેઓ પુરુષ સાથીને શારીરિક રીતે મળતા આવે તેવા દાન કરનારને પસંદ કરી શકે છે.

કાચની શીશીમાં ફળદ્રુપતા (ઈનવિટ્રો ફરટિલાઇઝેશન) (IVF) – આ સારવાર 'ટેસ્ટ-ટ્યુબ' બેબી ની રીત તરીકે ઓળખાય છે. મહિલા સાથી દવાની પરંપરા લે છે જે તેને ઘણાં ઈંડાં ઉત્પન્ન કરવા મદદ કરે છે. પછી તે ઈંડાં તેનાં અંડાશયમાંથી એકદમ ઝીણી સોયનો ઉપયોગ કરી ઉપાડવામાં આવે છે અને તેનાં સાથી અથવા દાન કરેલા વીર્યની સાથે મિશ્રણ કરવામાં આવે છે. જ્યારે ઈંડાં ફળદ્રુપ થાય અને ઍમ્બ્રીયોમાં વિકસે, ત્યારે લગભગ ત્રણ ઍમ્બ્રીયોને સ્ત્રીનાં ગર્ભાશયમાં મૂકવામાં આવે છે. તે પછી બે અઠવાડિયાનાં સમયની વાટ જોવામાં આવે છે જેથી તપાસ કરી શકાય કે એક અથવા વધારે ઍમ્બ્રીયોનું પરિણામ ગર્ભધારણ કરવામાં થયું છે.

ઈંડાંમાં એક બીજ સોયથી સીધું નાખવું (ઇન્ટ્રાસાઇટોપ્લાસમિક સ્પર્મ ઇન્જેક્શન) (ICSI) - આ પુરુષની ફળદ્રુપતાનાં અભાવની સારવાર કરવા વપરાય છે. આ પ્રક્રિયામાં નાની સંખ્યાનાં તંદુરસ્ત બીજ પુરુષ પાસેથી લેવામાં આવે છે કારણ કે ફક્ત એકજ બીજ સીધું ઈંડાંમાં નાખવામાં આવે છે, જેને ફળદ્રુપ થવા અને ઍમ્બ્રીયોમાં વિકસવા દેવામાં આવે છે. આમ કરવા પછી, IVF સમાન સારવારની પદ્ધતિ કરવામાં આવે છે. દાન કરેલા બીજને ઉછેરવા સમાન આ નથી કારણ કે જે બાળક પેદા થાય તે જૈવિક સંબંધ પુરુષ સાથી સાથે ધરાવશે.

દાનમાં આપેલા ઈંડાં

અમુક સ્ત્રીઓ ઈંડાં પેદા નથી કરી શકતી અથવા તેમનાં ઈંડાં કદાચ ગર્ભ ધારણ કરવા માટે કાર્યક્ષમ ન હોય. આવા કિસ્સાઓમાં અન્ય કોઇ સ્ત્રીનાં ઈંડાંનો ઉપયોગ કરી IVF ની સારવાર કરી શકાય છે. આ સ્ત્રી કોઇ અનામી દાન કરનાર હોય શકે અથવા, કોઇ ખાસ પરિસ્થિતિ હેઠળ સહેલી અથવા કુટુંબનાં સભ્ય હોય શકે.

ઈંડાંની સહીયારી વહેંચણી કરવી

ઘણી ફળદ્રુપતાનાં અભાવની સારવાર આપતી ક્લિનિકોમાં હવે એક યોજના ચલાવવામાં આવે છે જેને ઈંડાંની વહેંચણી કરવી (ઍગ શેરિંગ) કહેવાય છે જેનો અર્થ એ થયો કે જો તમે પેદા કરો તેમાંથી અર્ધી સંખ્યાનાં ઈંડાં કોઇ અન્ય (અનામી) સ્ત્રી, જે ઈંડાં પેદા ન કરી શકતી હોય, તેને દાનમાં આપવા રાજી થાઓ તો, તમને મફત અથવા છૂટછાટ સાથે સારવાર આપવામાં આવશે. જો આ બાબત તમને યોગ્ય લાગે તો તમારે તે વિષે પૂછપરછ કરવી જોઇએ.

વિચારણા કરવા જેવી બાબતો

સારવાર કરાવવી જોઇએ કે નહિ તેનો નિર્ણય કરવાનો જો તમારે સામનો કરવો પડે, તો તમારે કદાચ ઘણાં મુદ્દાઓ વિષે વિચારણા કરવી જોઇએ, અને તમારે તે વિષે તમારા સાથી અને તમારી સારવાર કરી રહેલા દાક્તરો તથા નર્સો સાથે વાતચિત કરવી જોઇએ.

જો કે યુ.કે.માં હવે ફળદ્રુપતાનાં અભાવ માટે ઘણી વ્યાપક સારવાર મળે છે, તેની સફળતાનો દર કોણ સારવાર કરી રહ્યું છે અને કેવી સારવાર તમે કરાવો છો તેનાં પર આધાર રાખે છે. સગર્ભા થવામાં મુશ્કેલીઓ ભોગવતા સર્વ યુગલોમાંથી લગભગ અર્ધા સફળ પરિણામ મેળવશે. સામાન્ય રીતે, દરેક સારવારની પ્રક્રિયા પ્રત્યે, IVFની સફળતાનો દર આશરે 20% હોય છે, જેનો અર્થ એ થયો કે દરેક સમયે IVF નો ઉપયોગ કરવામાં આવે ત્યારે 5માંથી 1 જણને ગર્ભ ધારણ કરવાની તક મળે છે. સફળતાનાં દર વિષેની માહિતી હ્યુમન ફરટિલાઇઝેશન એન્ડ ઍમ્બ્રીયોલોજી ઍસોશિએશન (HFEA)માંથી મળી શકે છે (સરનામુ અને વેબસાઇટ આ પત્રિકાની આખરે આપેલું છે).

એન.એચ.એસ. (NHS)માં સારવાર મેળવનારાઓ માટે વાટ જોવાની યાદી હોય શકે અને કદાચ તમે NHS દ્વારા સારવાર મેળવવા લાયક ન હોવ. જો તમે વાટ ન જોઇ શકો, અથવા NHS માં સારવાર મેળવવા લાયક ન હોવ, તો તમે ખાનગી ક્લિનિકમાં ઉપચાર મેળવી શકો છો. IVF જેવી સારવાર મોંઘી હોય શકે છે. કિંમતની યાદી અને સારવારની ઉપલબ્ધતા માટે તમારે તમારા જી.પી. અથવા હોસ્પિટલનાં કન્સલ્ટન્ટ સાથે વાત કરવી જોઇએ, અથવા HFEA ની વેબસાઇટ પરથી તમને ફળદ્રુપતાની ક્લિનિકો સાથે જોડાણ મળી શકે છે (આ પત્રિકાની આખરે આપેલી માહિતી જુઓ).

ઘણાં યુગલો માટે નિસંતાન હોવાનો સમય લાગણીપ્રધાન અને મુશ્કેલ હોય શકે છે. જો તમારી લાગણીઓ વિષે તમારે કોઇની સાથે વાતચીત કરવી હોય તો ઘણી ટેકો આપતી સંસ્થાઓ છે જેનો તમે સંપર્ક સાધી શકો છો (આ પત્રિકાની આખરે વિગતો આપેલી છે). અથવા તો, તમારા જી.પી. અથવા હોસ્પિટલનાં કન્સલ્ટન્ટ તમને એક કાઉન્સેલર (સલાહકાર) પાસે પૂછપરછ કરવા મોકલી શકે જે નિસંતાનપણાનો

સામનો કરતા યુગલો અને વ્યક્તિઓની સાથે કાર્ય કરવા ખાસ તાલીમ પામેલા હોય છે. કાઉન્સેલર અથવા હોસ્પિટલનાં કર્મચારી સાથે ચર્ચા કરવામાં આવેલ સર્વ માહિતી ખાનગી હોય છે.

જો તમને દુભાષિયાની જરૂર હોય તો કૃપા કરી દાક્તર અથવા નર્સને જણાવો. જ્યારે તમારા જીપી તમને હોસ્પિટલમાં મોકલે ત્યારે આ માટે વિનંતી કરો. હોસ્પિટલ અથવા ક્લિનિક તમારે માટે વ્યવસાયીક દુભાષિયાની સેવા પૂરી પાડશે.

જીવન પદ્ધતિઃ આપણને મદદ થાય એવું શું આપણે કરી શકીએ?

તમારા જીપી અથવા કન્સલ્ટન્ટ તમને ઉપયોગી ફેરફારો કરવા માટે થોડી સલાહ આપી શકે જે તમને કદાચ સગર્ભા થવા માટે મદદ કરી શકે. તેમાં નીચેની બાબતોનો સમાવેશ થઇ શકે:

વજનઃ - ગર્ભ ધારણ કરવા એ અગત્યનું છે કે તમારું વજન વધારે અથવા ઓછું ન હોય કારણ કે તમારા હૉરમૉનનાં સ્તર પર બન્ને અસર પાડી શકે છે.

ધૂમ્રપાન કરવું - સિગરેટ ફૂંકવાથી પુરુષોનાં બીજની સંખ્યામાં ઘટાડો થાય છે, અને સ્ત્રીઓ માટે તેનાંથી તમે જન્મ આપો તે બાળક પર અસર પડી શકે છે.

દારૂ - તમારી ગર્ભ ધારણ કરવાની તક ઘટાડે છે અને તેનું સેવન ઓછામાં ઓછા પ્રમાણમાં કરવું જોઇએ.

જાતીય સંભોગ - ગર્ભ ધારણ કરવાની સારી તક મળે તે માટે અઠવાડિયામાં બે અથવા ત્રણ વાર જાતીય સંભોગ કરવો એ સારો વિચાર છે.

ફૉલિક એસિડ - સરકાર દ્વારા ભલામણ કરવામાં આવી છે કે જે સ્ત્રીઓ માતા બનવાનો પ્રયાસ કરતી હોય તેમણે ફૉલિક એસિડ લેવું જોઇએ જેથી બાળકને ખોડ સાથે જન્મ થવાનો સંભવ ઘટાડી શકાય. તમે ગર્ભ ધારણ કરો તે અગાઉ ત્રણ મહિનાથી તે લેવું જોઇએ તેથી જો તમે સગર્ભા થવાનો પ્રયાસ કરતા હોવ તો તમારા જી.પી. અથવા ફાર્માસિસ્ટ સાથે ઉણપ પુરવા વિષે વાતચીત કરો.

ટેકો અને વધારે માહિતી

ઘણાં ટેકો આપતા સમૂહો છે જેને બાળક પેદા કરવાની મુશ્કેલીઓ ભોગવતા લોકો ચલાવે છે અને જે માહિતી, સલાહ અને ટેકો આપી શકે છે. ફળદ્રુપતાનાં અભાવનો અનુભવ કરી રહેલા યુગલોની જરૂરિયાતો વિષે તેઓ સમજે છે અને તેઓ યુગલોને સારવારની પ્રક્રિયા દરમ્યાન અને આગળ જતાં પણ મદદ અને ટેકો આપી શકે છે.

ચાઇલ્ડ (CHILD) - ધી નેશનલ ઈનફર્ટિલિટી સપોર્ટ નેટવર્ક -
આખા યુ.કે.માં આ સંસ્થાનાં સમૂહોની સ્થાનિક સભાઓ હોય છે. તમારા વિસ્તારમાં ટેકો આપતા સમૂહને શોધવા તેમનો સંપર્ક સાધો:

CHILD
Charter House
43 St Leonards Road
Bexhill On Sea
East Sussex
TN40 1JA

ટેલિફોન: (01424) 732361
ઈમેઈલ: office@child.org.uk
વેબસાઈટ: www.child.org.uk

ઈસ્સયુ (ISSUE) - ધી નેશનલ ફરટિલિટી એસોસિએશન –
આ સંસ્થા પાસે એક હેલ્પલાઇન છે જે ખાનગી મોઢેમોઢ વાત કરવાનાં પાયા પર, ફળદ્રુપતાનાં અભાવ સંબંધિત વ્યવસાયીક તાલીમ પામેલા કાઉન્સેલરોની સેવા આપે છે. ટેલિફોન હેલ્પલાઇનનો નંબર છે:

09050 280 300 (પ્રિમિયમ રેટ લાઇનનાં કૉલનો ખર્ચ દરેક મિનિટ માટે ૨૫ પેન્સ હોય છે)

ISSUE
114 Lichfield St
Walsall
WS1 1SZ

ટેલિફોન: (01922) 722888
ઈમેઈલ: info@issue.co.uk
વેબસાઈટ: www.issue.co.uk

ફળદ્રુપતાનાં અભાવની ચિકિત્સા પૂરી પાડતી ક્લિનિકો અને કેવી રીતે તે પસંદ કરવી; ચિકિત્સા વિષે દોરવણી; કાનૂની વિષયો અને અન્ય કોઇ બાબત વિષે વધારે માહિતી મેળવવા, તમે **HFEA**ની વેબસાઇટની મુલાકાત લઇ શકો છો:

www.hfea.gov.uk

ટેલિફોન: 020 7377 5077

ઈમેઈલ: admin@hfea.gov.uk

આ વેબસાઇટો પર ફક્ત અંગ્રેજી ભાષામાં માહિતી ઉપલબ્ધ હોય છે.

પુસ્તકો

ફળદ્રુપતાનાં અભાવ વિષે ઘણાં પુસ્તકો (અંગ્રેજી ભાષામાં) ઉપલબ્ધ છે, જે તમને કદાચ ઉપયોગી લાગે, તેમાં નીચે આપેલાનો સમાવેશ થાય છે:

- van den Akker, O.B.A. (2002) The Complete Guide to Infertility: Diagnosis, Treatment, Options. Free Association Books
- Chambers, R. (1999) Fertility Problems: A simple guide. Abingdon: Radcliffe

આ માહિતી આપતી પત્રિકા ગુજરાતી ભાષામાં પણ મળશે.

આ માહિતી આપતી પત્રિકા ઑડિયો કસેટ પર, સિ.ડિ.નાં આકારમાં અને TBC પર ઇન્ટરનેટ પર પણ ઉપલબ્ધ છે.

ડિપાર્ટમેન્ટ ઑફ હેલ્થ દ્વારા આપવામાં આવતા ફાળા સાથે દક્ષિણ એશિયાનાં સમાજો અને ફળદ્રુપતાનાં અભાવની નિરીક્ષા કરી રહેલ યોજનાનો આ પત્રિકા એક ભાગ છે.

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਚ ਵੀ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ,

এই প্রচারপত্রটি বাংলা ভাষাতেও পাওয়া যায়।

یہ معلوماتی لیف لٹ اردو میں بھی دستیاب ہے۔

www.dmu.ac.uk
DE MONTFORT UNIVERSITY
LEICESTER • BEDFORD

Contact: Nicky Hudson
Faculty of Health and Life Sciences
De Montfort University
The Gateway, Leicester

Tel: (0116) 207 8766
Email: nhudson@dmu.ac.uk

This leaflet was funded by a research grant from the Department of Health

© De Montfort University 2004. PC1927(Guj)