

INFORMED CONSENT DOCUMENT – Intervention

راضي نامو (انٽروينشن)

Project Title: Fermented Food - Achars (fermented pickles) in Pakistan	Project ID:
Sponsor: BMGF	ERC Ref #
Principal Investigator: Dr. Syed Asad Ali CO- Principal Investigator:: Dr Junaid Iqbal CO- Principal Investigator:: Dr Najeeha Iqbal	Organization: Department of Paediatrics & Child Health, Aga Khan University, Karachi, Pakistan
Project Location: Matiari	Phone: 34864955-021

حصو وندڙ جو نالو

Study ID:

		-							
--	--	---	--	--	--	--	--	--	--

پس منظر

دنيا ۾ غذائي ڪوٽ جو سڀ کان وڏو ٻار ڏکڻ ايشيا ۽ افریقا تي آهي. پاڪستان جي صوبي سنڌ جي هڪ ڳوٺاڻي ضلعي مٽياري ۾ گذريل ڏهن سالن کان اسان جي ماحولياتي سببن جي ڪري ٿيندڙ بيمارين تي ڪيل ڪم مان اها خبر پئي آهي ته پيدائش جي وقت واري ماپ ٿورنڊيڻ ۾ جسماني واڌويجهه جي گهٽتائي جي باري ۾ ڄاڻ حاصل ڪرڻ جو سڀ کان اهم ذريعو آهي. پيدائشي واڌويجهه گهڻي قدر ماءُ جي صحت ۽ خوراڪ جي اثر هيٺ هوندي آهي. سنڌيل کاڌا هڪ ڏسي، اڃا تائين گهٽ استعمال ٿيندڙ ذريعو آهن جيڪي آندن جي صحت کي بهتر بڻائي سگهن ٿا، سوچ کي گهٽائي سگهن ٿا، ۽ عورتن ۾ هڪ صحت مند هاضمي جي سرشتي کي بهتر ڪري سگهن ٿا. سنڌ جي ڳوٺاڻي علائقن ۾ ٻوٽن مان ٺهيل سڀ کان عام سنڌيل خوراڪ آچار آهي، جيڪو ڪيترن ئي قسمن جي پاجين ۽ ميون مان تيار ٿيندڙ هڪ مقامي سنڌيل سانڌائو آهي. آچار صدين کان هن علائقي ۾ استعمال ٿيندو رهيو آهي. سنڌ صوبو 2400 ق.م موهن جو دڙو تهذيب جو گهر آهي ۽ ڪوٽاڻي دوران ملندڙ برنيون، آچار استعمال ٿيڻ جو ثبوت ڏين ٿيون. روايتي لوڪ ڪهاڻين ۾ ٻڌايو ويو آهي ته حمل دوران آچار جو استعمال سٺو هوندو آهي. هن ثقافت ۾ ته حمل جي شروعاتي نشاني هي آچار جي خواهش ڪرڻ آهي. آچار کي الٽي يا دل خراب ٿيڻ کان روڪڻ جي لاءِ دوا سمجهيو ويندو آهي ۽ حمل جي شروعات ۾ پيٽ جي مرضن کي حل ڪرڻ ۾ مددگار سمجهيو ويندو آهي.

توهان کي ڇا ڪرڻ لاءِ چيو ويندو؟

آچار جا طبي فائدا ڪافي حد تائين سڃاتل آهن. آچار جي خمير ۾ شامل گهڻا جزا سڌي يا اڻ سڌي طرح سان صحت جي ڪيترن ئي فائدين جي لاءِ ذميدار آهن. تنهن هوندي به، حقيقي زندگي ۾ ٻار پيدا ڪرڻ جي صلاحيت رکندڙ عمر وارين عورتن جي صحت تي آچار جو باقائدي سان استعمال ڪرڻ جو اثر ڄاڻڻ لاءِ اڄ تائين ڪا به طبي تحقيق نه ڪئي وئي آهي. اسين اهو تصور ڪريون ٿا ته ان روايتي خمير ڪيل آچار جو استعمال پاڪستان جي صوبي سنڌ جي ضلعي مٽياري ۾ موجود ٻار پيدا ڪرڻ جي صلاحيت رکندڙ عورتن (18 کان 49 سال) جي هاضمي جي سرشتي جي سوچ کي گهٽ ڪري سگهي ٿو ۽ هڪ صحتمند هاضمي جي نظام جي اڳڀرائي ڪري سگهي ٿو. هن تحقيق ۾ اسين ٻار پيدا ڪرڻ جي صلاحيت رکندڙ عورتن جو هڪ گروپ ٺاهينداسن جنهن ۾ ڪجهه عورتون آچار کائينديون ۽ ڪجهه عورتون پنهنجي معمول وارا کاڌا کائينديون. (آچار کان علاوه پاجيون ۽ ميوه).

اسين توهان کي گذارش ڪريون ٿا ته توهان پنهنجي گهريلو معلومات سان گڏوگڏ پنهنجي قد ۽ وزن جي ماپ ۽ مختلف وقتن تي پنهنجي رت ۽ پٽخاني جا نمونا وٺڻ جي اجازت ڏيو.

توهان کي ڇا ڪرڻ لاءِ چيو ويندو؟

جيڪڏهن توهان هن تحقيق ۾ حصو وٺڻ جا اهل آهيو ته پوءِ توهان کي روزانوجي بنياد تي 8 هفتن تائين 50 گرام جي ڪپ/ برٽي ۾ موجود آچار کائڻ جي لاءِ چيو ويندو جنهن سان اسان کي آچار جي استعمال جي معيار ۽ واپرائڻ جي مقدار جي ماپ ڪرڻ ۾ مدد ملندي. هر ٻن هفتن کانپوءِ آچار گهرن تائين پهچائڻ کي يقيني بنائڻ لاءِ اسان جي تحقيقاتي ٽيم ذميوار هوندي.

اسين توهان کي هن تحقيق ۾ حصو وٺڻ جي گذارش ڪريون ٿا، جنهن ۾ اسين هر 4 هفتن کان پوءِ توهان کان توهان جي گهريلو معلومات، توهان جي قد ۽ وزن جي ماپ، ٻه ڀيرا رت (تقريباً 10 ملي ليٽر) حصو وٺڻ واري ڏينهن ۽ آچار ڏيڻ جي 8 هفتن کان پوءِ، ٽي ڀيرا پٽخاني جا