



به نام خالق هستی بخش

دانشگاه علوم پزشکی شیراز

عنوان:

## زایمان بدون درد

تهیه کننده: فاطمه توسلی (کارشناس هوشبری)

منبع: بارداری و زایمان ویلیامز 2018- اصول

بیهوشی میلر 2018

تاریخ تدوین: آذر 1400

تاریخ آخرین بازنگری:



«مرکز آموزشی درمانی حافظ»

### فواید روش اپیدورال:

- در طولانی ترین مرحله زایمان (بازشدن دهانه رحم) شما می توانید استراحت کنید.
- به موقع می توان بدون درد به نوزاد فشار آورد و به روند زایمان بیشتر کمک کرد.
- انرژی لازم را دارا هستید.
- کاملاً بدون درد هستید و می توانید به راحتی حرکت کنید.

### خطرات این روش:

معمولاً شایع نیست و قابل درمان است.

- 1) کاهش فشارخون که با دریافت سرم و چرخیدن به پهلو چپ و تجویز داروهای بالابرنده فشار خون درمان می شود.
- 2) سردرد
- 3) لرز که کمتر دیده می شود و حتی گاهی بدون این روش هم دیده شده است.

### 3- پمپ PCA:

یعنی بیمار روی درد خود کنترل دارد. در این روش ماده بی دردی آماده شده از قبل در دستگاه قرار می گیرد و توسط فرد متخصص مقدار آن تنظیم می گردد. بیمار هنگام احساس درد با فشردن دکمه ای که در اختیار او قرار می گیرد مقدار ماده بی حسی تنظیم شده را بدون رگهای خود هدایت می کند و بدین صورت احساس درد از بین می رود. این پمپ به بیمار این امکان را میدهد که هر گاه نیاز به داروی بیشتری برای کنترل درد خود داشت از آن استفاده نماید بدون نیاز به پرستار و تزریق مکرر آمپول.

این پمپ از طریق راه های وریدی-اپیدورال-زیرجلدی و منطقه ای قابل استفاده می باشد.

### 2- اپیدورال:

حس پایین بدن را کاهش می دهد. شما هم چنان هوشیار و بیدار هستید و می توانید به راحتی از تخت خود پایین بیایید و راه بروید.

### نحوه انجام اپیدورال:

این روش در قسمت پایین کمر انجام می شود. شما معمولاً در حالت نشسته هستید. در حالت نشسته پوست شما ضد عفونی می شود. سپس متخصص بیهوشی پس از بی حسی موضعی محل مورد نظر سوزن مخصوص را در فضای اپیدورال که جلوی از فضای نخاع است قرار می دهد سپس لوله پلاستیکی نازکی به نام کاتتر در محل قرار داده و سوزن را خارج می نماید و شما مواد بی حسی را از طریق همین کاتتر دریافت می کند و باعث کاهش درد شما می شود.

### اثر بی دردی چه زمانی ظاهر می شود؟

از آنجا که زمانی طول می کشد تا دارو وارد عصب ها شوند شروع بی دردی معمولاً 10-20 دقیقه بعد از تجویز دارو می باشد.

### بعد از انجام بی حسی چه احساسی خواهیم داشت؟

درد به میزان قابل توجهی کم خواهد شد ولی شما احساس فشار بر ناحیه نشیمنگاه و زیر مثانه به دلیل قرارگیری سرنوزاد متوجه خواهید شد این روش را به عنوان بهترین و استانداردترین روش می شناسند.

### بی حسی اپیدورال چقدر طول می کشد؟

تا هر زمان نیاز باشد ادامه می یابد پس از زایمان کاتتر برداشته می شود و بعد از چند ساعت حس شما به حالت عادی برمی گردد.

### آیا بی حسی اپیدورال روی بچه اثر دارد؟

تحقیقات فراوان نشان می دهد این روش برای مادر و نوزاد کاملاً بی خطر است.

## مقدمه:

زایمان فرآیندی دردناک است و درد آن همواره به عنوان یکی از دردهای شدید در زندگی مثال زدن است. راههای مختلفی برای کاهش درد زایمان وجود دارد ولی امروزه مردم برای رهایی از درد زایمان به سزارین روی می آورند. درحالی که سزارین برای کاهش درد زایمان ابداع نشده است بلکه هدف از ابداع این روش برای تولد نوزاد - حفظ جان نوزاد و مادر در مواقعی بوده است که زایمان طبیعی به هر دلیلی خطرناک تشخیص داده شده می شود. بنابراین هدف از سزارین جلوگیری از مرگ مادر و نوزاد است نه کاهش درد مادر. در کشورهای پیشرفته به جای سزارین از زایمان بدون درد استفاده می شود. در کشور ما هم در بعضی مراکز درمانی از جمله بیمارستان حافظ این روش ها به عنوان یک روش نوین مورد استفاده قرار می گیرند که در ادامه به توضیح این روش ها می پردازیم.

## 1- انتونوکس با گاز و هوا:

### انتونوکس چیست؟

انتونوکس که غالباً گاز و هوا نامیده می شود یک مخلوط گازی است که از حداکثر 50٪ اکسیژن و 50٪ اکسید نیتروژن تشکیل شده است. این گاز بی رنگ و بی بو است.

## چه زمانی باید آن را مصرف کنیم؟

شما میتوانید انتونوکس را در هر مرحله که مایل باشید استفاده نمایید. کافی است ماسک را روی صورت خود قرار داده و عمیق و منظم تنفس کنید بدین صورت انتونوکس همراه با تنفس شما رها شده و به ریه ها می رود و دی اکسید کربن از ریه ها خارج می شود. به تنفس عمیق ادامه دهید تا اینکه احساس سرگیجه خفیف به شما دست بدهد سپس دست شما شل شده و ماسک انتونوکس را رها می کنید در نتیجه انتونوکس دیگر به ریه ها وارد نمی شود. ظرف چند ثانیه شما مجدداً به حالت طبیعی باز می گردید.

### مزایای انتونوکس:

- ❖ استفاده از آن آسان است.
- ❖ تحت کنترل شماست.
- ❖ اثر آن به مدت طولانی در بدن شما باقی نمی ماند.
- ❖ می تواند درد و ناراحتی انقباض ها را کاهش دهد.
- ❖ اکسیژن دارد که برای کودک شما خوب است.

### معایب انتونوکس:

- ❖ یک مسکن متوسط است.
- ❖ ممکن است موجب شود احساس تهوع کنید.
- ❖ موجب خشکی دهان شما می شود.

## چند نکته مفید و مهم:

✓ به محض احساس شروع یک انقباض انتونوکس را مصرف کنید. حداقل 20 ثانیه طول می کشد تا اینکه گاز به قدر کافی در جریان خون شما وارد شود که درد را تا حدی تخفیف دهد و 40-50 ثانیه طول می کشد تا حداکثر اثر خود را بگذارد. اگر آنقدر صبر کنید که انقباض واقعاً آزار دهنده شود و سپس انتونوکس را به ریه ها وارد کنید اثر آن در بین دو انقباض ظاهر خواهد شد که دیگر نقشی در کاهش درد شما نخواهد داشت.

✓ بین انقباض ها مقدار کافی آب مز مزه کنید تا دهان شما را مرطوب نگه دارد.

✓ هنگامی که در مرحله دوم زایمان نوزاد را به بیرون رحم هل می دهید خانم ها معمولاً احساس می کنند اگر بدون استفاده از انتونوکس برکار خود تمرکز کنند راحت تر هستند. در صورتی که اگر در ابتدای انقباض مقدار کمی گاز مصرف کنند می توانند ماسک را کنار گذاشته به نوزاد فشار بیاورند.

✓ اگر انتونوکس نمی تواند بی دردی کافی را فراهم کند می توان از یک روش دیگر در کنار این روش استفاده کرد.

