

مقدمه

زایمان یک تجربه زیباست؛ اما به دلیل داشتن درد و ناراحتی زیاد، اغلب موجب بروز اضطراب در مادران می‌شود. بسیاری از زنان برای داشتن زایمان طبیعی بدون درد به دنبال دریافت بی‌دردی یا دارو برای تسکین درد می‌روند تا زایمان راحت‌تری داشته باشند. بهتر است برای انتخاب بهترین روش که هم برای مادر و هم برای نوزاد مناسب باشد، باید با پزشک مشورت کرد.

➤ انواع بی‌حسی دارویی: اپیدورال ، اسپاینال و ترکیبی (CSEA) و انتونوکس.

۱. مزایای بیحسی اپیدورال:

- ضمن حفظ آگاهی و تحرک ، می تواند تماشاى کودک در هنگام تولد را برای مادر فراهم کند.
- به مادر کمک می کند تا با خستگی و افسردگی پس از زایمان بهتر کنار بیاید.
- از آنجا که این روش تسکین درد قابل توجهی دارد، بدن هورمونهای استرس را آزاد نمی کند.
- هورمونهای استرس باعث ناراحتی کودک می شوند.
- این روش می تواند فشار خون مادر را کاهش دهد، و این باعث می شود برای خانم هایی که فشار خون بالایی دارند، مفید باشد.
- این امکان را به شما می دهد تا بدون نیاز به بیهوشی اضافی، زایمان شما به یک زایمان ابزاری یا فورسپس تبدیل شود.
- اضافه کردن کاتتر اپیدورال باعث می شود در صورت لزوم انجام زایمان سزارین امکان پذیر شود.
- مدت زمان زایمان تا حد زیادی کاهش می یابد.
- این کار برای بیمارانی که بیماری هایی مانند بیماری های قلبی یا پره اکلامپسی دارند مناسب است.

عوارض :

۱. سردرد و تهوع و استفراغ
۲. تضعیف تنفسی
۳. افت فشار خون
۴. مشکلات ادراری به صورت بی اختیاری
۵. خارش بدن (ناشی از داروها)

چه زمانی نمی‌توان از این روش استفاده کرد؟

۱. وجود اختلالات انعقادی
۲. عدم رضایت خانم باردار
۳. عدم توانایی خانم باردار برای حفظ بی حرکتی حین انجام کار
۴. عفونت موضعی در محل انجام تزریق
۵. مادر دچار عفونت خونی باشد(سپتی سمی).
۶. سابقه واکنش آلرژیک قبلی به بی‌حسی موضعی
۷. ضایعات حاد سیستم عصبی- مرکزی
۸. وجود دیسترس جنینی
۹. عدم مهارت متخصص بیهوشی
۱۰. افت فشار خون مادر و مشکلات قلبی

۲. مزایای بیحسی اسپاینال:

امکان قدم زدن مادر در اوایل مراحل زایمان و قابل استفاده در بیماران قلبی با تغییرات عروقی که افزایش فشار خون را نمی توانند تحمل کنند.

عوارض بیحسی اسپاینال:

خارش، افت فشار خون، احتباس ادرار، تهوع، تضعیف تنفسی، تغییرات خفیف و گذرای ضربان قلب جنین و گیجی و منگی.



۳. مزایای بی حسی ترکیبی اسپاینال و اپیدورال:

- ✓ تسکین سریعتر درد ، کاهش دوز داروی تزریقی ، بیحسی بهتر ناحیه پرینه و امکان حرکت بیشتر مادر و رضایت بیشتر مادر

معایب بی حسی ترکیبی اسپاینال و اپیدورال

- ✓ سردرد

۴. روش دارویی استنشاق گاز انتونوکس:

معایب: به دلیل داشتن تنفس مداوم گاز باعث سردرد

، سبکی در سر و سرگیجه در مادر و همچنین خشکی دهان ، خواب آلودگی، رخوت و سستی ، گزگز و مور مور انگشتان و دور لب ها ، تهوع و استفراغ ، افت فشار خون و کاهش پرونده قلبی می شود.

مزایا: سادگی کار و عدم نیاز به تزریق داروی وریدی یا نخاعی . انتونوکس ضرری برای مادر یا جنین ندارد و اثرات آن بلافاصله پس از قطع و استنشاق هوای معمولی اتاق از بین می رود.

۵. مواد مخدر و آرامش بخش داخل وریدی: برای

زایمان بدون درد موثر هستند، اما عوارض جانبی زیر دارند: باعث تهوع و استفراغ و خواب آلودگی در مادر می شوند. اگر نوزاد قبل از اینکه دارو از بین برود به دنیا بیاید، ممکن است دچار مشکل تنفس شود.

➤ بی دردی های غیر دارویی:



معایب دستگاه تنس (TENS):

پروپ های این دستگاه در پشت بیمار قرار میگیرد که برای مشاهده ضربان قلب جنین، باید از پشت بیمار جدا شود، ممکن است فقط در اوایل مرحله زایمان، باعث تسکین درد شود، این روش ، برای زایمان در آب توصیه نمی شود و با وجود پدها، ماساژ پشت در زمان زایمان، توسط همراه خوشایند نیست.



مزایا و معایب روش های کاهش درد در زایمان طبیعی



واحد آموزش سلامت

در چه شرایطی کاندید مناسب زایمان در آب نمی باشید

افراد مبتلا به این ویروس تبخال تناسلی ، در صورتی که پاهای جنین به سمت پایین رحم باشد، باردار چند قلوئی ، زایمان زودرس و پارگی کیسه اب بیشتر از ۲۴ ساعت، ابتلا به پره اکلامپسی یا دیابت ؛ موارد شدید دفع مکونیم توسط جنین ، درشت بودن جنین و تب دار بودن و عفونت مادر

۳. مزایای روش لاماز برای زایمان

روش های تنفسی مناسب برای زایمان، درد را کاهش داده و زایمان را تسهیل می کند و روش لاماز به والدین کمک می کند که بدانند در هفته های بعد از تولد چه چیزی باید انتظار داشته باشند.

معایب روش لاماز برای زایمان

یادگیری روش لاماز زمان بر است. زوج ها باید شرکت در این کلاس ها را در سه ماهه دوم بارداری خود آغاز کنند.

۴. مزایای روش برادلی برای زایمان: هر دو والد

اطلاعات مفیدی درباره زایمان بدون دخالت داروها یا وسیله ها دارند، کمک به حفظ خونسردی و آرامش خود را در حین فرایند زایمان و اطلاعات بعد از تولد

معایب روش برادلی برای زایمان: برای زوج هایی که

مطمئن نیستند در حین زایمان به دارو (مثل داروهای بی حس کننده) یا وسیله ها نیاز دارند یا خیر، این روش احتمالاً مناسب نیست. آموزش این روش زمان زیادی نیاز دارد

تهیه شده از : بخش نامه وزارت بهداشت و

درمان و آموزش پزشکی راهنمای کشوری

زایمان بی درد ۹۷

ادرس : پابل ابتدای امیرکلا بلوار امام رضا بیمارستان خصوصی مهرگان
تلفن : ۴ - ۰۱۱۳۲۳۹۵۵۹۱
ایمیل : info@mehregan-hospital.com

مزایای دستگاه تنس (TENS) :

استفاده به صورت آسان و دستی ، استفاده در حالت حرکت ، اثرات جانبی طولانی مدتی ندارد، کمک به کنترل کردن درد ناشی از انقباضات ، کاهش مصرف مخدر یا اکسید نیتروژن (گاز) در هنگام زایمان، به طور موثری برای مراحل اول و دوم زایمان، استفاده می شود، در کاهش درد بعد از تولد، موثر است ، هر چقدر بخواهید می توانید از آن استفاده کنید و یا آن را بردارید و یا در صورت نیاز، دوباره بر پشت خود ببندید، باعث خواب آلودگی مادر و کودک نمی شود و در کنار سایر روش های تسکین درد نیز می تواند مورد استفاده قرار بگیرد.



۲. زایمان در آب

مزایای وان برای مادر:

کاهش نیاز به بی حسی و بیهوشی، کاهش احساس درد، افزایش سرعت روند زایمان، کاستن استرس، افزایش تمرکز مادر بر روند زایمان، کاهش احتمال نیاز به انجام اپیزیاتومی یا همان برش پرینه در زایمان طبیعی، بهبود اکسیژن رسانی به ریه ها و به دنبال آن کاهش درد مادر و افزایش اکسیژن در دسترس برای نوزاد،

کمک به ترشح هورمون اندروفین (مهارکننده درد) ، خاصیت کشسانی مدخل واژن افزایش می یابد، افزایش کارکرد انقباض های رحم ؛ بهبود سیستم گردش خون ؛ نسبت به سایر افراد کمتر نیاز به آرام بخش و مسکن دارند، کاهش نیاز به تزریق داروی بی هوشی اپیدورال و مادر میتواند در هر حالتی که راحتتر است قرار بگیرد .

معایب استفاده از وان برای مادر:

خطر ورود آب به جریان خون مادر است و آمبولی آب ، تغییر دمای بدن نوزاد تحت تاثیر دمای آب ، کشیده شدن یا پارگی بند ناف، مصرف آب توسط نوزاد، خطر انتقال عفونت از آب به نوزاد یا مادر