



## Lehtësimi i dhimbjes në lindje: Si krahasohen opsionet?

Metodat me ilaçe	Entonox (Gaz dhe ajër)	Pethidine ose diamorfin injektim	Pacienti - i kontrolluar analgjezi intravenoze (PCIA)	Epiduriale ose e kombinuar epiduriale shpinore (CSE)
<b>Çfarë është?</b>	Një përzierje gazi e oksidit të azotit dhe oksigjenit.	Pethidina ose diamorfina injektohet në muskujt e krahut ose këmbës tuaj.	Doza e vogël e fentanilit ose remifentanilit e dhënë nga një pompë në një pikim në dorën tuaj.	Anestetik lokal dhe një ilaç qetësues që jepet përmes një tubi të imët në shpinë për të mpirë nervat. Mund të mos rekomandohet shumë herët ose vonë në lindje.
<b>Çfarë bëni?</b>	Merrni frymë përmes një maske ose gojës me një valvul.	Bëni një injeksion në krahun ose këmbën tuaj.	Shtypni butonin për t'i dhënë vetes një dozë sa herë që ndieni që fillon një tkurrje.	Qëndroni ulur në një pozicion të mbështjellë për pesë deri në 10 minuta ndërsa tubi futet.
<b>Sa lehtësim dhimbjeje?</b>	Ndihmë e moderuar.	Zakonisht e butë. Mund të zvogëlojë ankthin.	Sasia e lehtësimit të dhimbjes ndryshon. Gratë shpesh kanë nevojë të përdorin gjithashtu Entonox.	Zakonisht shumë mirë. Një në 10 herë, mund të mos funksionojë mirë dhe mund të ketë nevojë për zëvendësim.
<b>Sa kohë derisa të fillojë të funksionojë?</b>	I menjëhershëm.	Pesë minuta për të përgatitur injeksionin, pastaj 30 minuta para se të fillojë të funksionojë. Efektet zgjasin disa orë.	10 deri në 15 minuta për t'u konfiguruar, funksionon për disa minuta.	Deri në 20 minuta për t'u konfiguruar. Pastaj 20 minuta për të funksionuar epidural (një CSE do të jetë më e shpejtë se kjo pasi do të keni edhe një injeksion kurrizor).
<b>Ndonjë procedurë shtesë?</b>	Asnjë.	Asnjë.	Ju do të jeni në një pikim. Ju mund të jeni i lidhur me një monitor për të kontrolluar rrahjet e zemrës së foshnjës tuaj. Kontrollon nivelet e oksigjenit tuaj. Ju mund të keni nevojë për oksigjen shtesë.	Ju do të jeni në një pikim. Ju mund të keni një kateter urinar. Ju mund të jeni i lidhur me një monitor për të kontrolluar rrahjet e zemrës së foshnjës tuaj.
<b>Rreziqet për fëmijën?</b>	Asnjë.	Mund të jetë i ngadaltë për të marrë frymë. Mund të jetë i përgjumur dhe e ka të vështirë të ushqehet në fillim.	Mund të jetë i ngadaltë për të marrë frymë në fillim.	Ju mund të keni presion të ulët të gjakut dhe kjo mund të ndikojë në rrahjet e zemrës së bebes tuaj nëse nuk trajtohet.
<b>Efektet anësore për mamanë?</b>	Disa të përziera. Mund të ndihen të pavetëdijshëm. Mund të jetë e lodhshme dhe ta bëjë gojën të thatë.	Ndjejnë të përgjumur ose të sëmurë. Vonon shpejtësinë me të cilën tretet ushqimi kështu që do ta keni stomakun plot. Mund të ngadalësojë frymëmarrjen tuaj.	Ndjejnë të përgjumur ose të sëmurë. Frymëmarrje e ngadaltë - do të duhet të ndërprisni përdorimin e tij nëse ju bën shumë të përgjumur. Ndalimi i frymëmarrjes ose ngadalësimi i rrahjeve të zemrës (e rrallë).	Presioni i ulët i gjakut është i zakonshëm. Vështirësia për të kaluar urinën. Dhimbje koke e keqe (një në 100 gra). Rritja e temperaturës. Dëmtimi i përkohshëm i nervit (një në 1000 gra). Dëmtimi i përhershëm i nervit (një në 13.000 gra).

				Komplikime të rënda (një në 250.000 gra).
<b>Efekti në dhimbjet e lindjes dhe në lindje?</b>	Asnjë.	Asnjë.	Mund të rrisë nevojën për pinca.	Mund ta bëjë më të vështirë për ju të shtyni. Mund të rrisë nevojën për pinca.

Metodat fizike	Pishinë me ujë	DHJETËRA	Terapi alternative
<b>Çfarë është?</b>	Një pishinë lindjeje ose banjë e mbushur me ujë të nxehtë	Një rrymë e butë elektrike kalon nëpër jastëkët në shpinë.	Akupunkturë, akupresurë ose hipnoterapi.
<b>Çfarë bëni?</b>	Shtrihuni në ujë gjatë lindjes tuaj dhe nganjëherë ndërsa fëmija juaj lind.	Shtypni një buton për të kontrolluar fuqinë e rrymës.	Do t'ju duhet të merrni masa që një terapist të jetë me ju gjatë lindjes.
<b>Sa lehtësim dhimbjeje?</b>	Mund t'ju ndihmojë të relaksoheni dhe t'i bëjë kontraktimet të duken më pak të dhimbshme.	I butë. Ndjesia e shpimit të gjilpërave ndihmon në zvogëlimin e dhimbjes. Ideale për të zvogëluar dhimbjen e shpinës në lindjen e hershme.	Mund t'ju ndihmojë të relaksoheni dhe t'i bëjë kontraktimet të duken më pak të dhimbshme.
<b>Sa kohë derisa të fillojë të funksionojë?</b>	Menjëherë	Pesë minuta për të vënë jastëkët dhe për t'i rregulluar.	Funksionon sapo fillon terapia.
<b>Ndonjë procedurë shtesë?</b>	Asnjë.	Asnjë.	Asnjë.
<b>Rreziqet për fëmijën?</b>	Probleme me frymëmarrjen dhe infeksione të mbartura në ujë (të rralla).	Asnjë.	Asnjë.
<b>Efektet anësore për mamanë?</b>	Asnjë.	Asnjë.	Asnjë.
<b>Efekti në dhimbjet e lindjes dhe në lindje?</b>	Asnjë.	Asnjë.	Asnjë.

Fletëpalosje botuar nga Shoqata e Anestezistëve Obstetrik (OAA), 21 Portland Place, Londër, Mbretëri e Bashkuar, W1B 1PY. Telefon: +44 (0)20 7631 8883. Faks: +44 (0)20 7631 4352.

Organizata e Regjistruar me Nr. 1111382. Nr i regjistruar 5540014 (Angli). Data e botimit: 05/10/14, Versioni 4. Ju lutemi shikoni gjithashtu në uebfaqen vijuese <http://www.labourpains.com> e cila menaxhohet nga OAA dhe përmban burime të dobishme për gratë shtatzëna duke përfshirë informacione të mëtejshme mbi lehtësimin e dhimbjeve në lindje.

I jemi mirënjohës shoqatës bamirëse Përkthyesit pa Kufij për sigurimin e këtij përkthimi.

