



تسکین درد در زایمان: چه تفاوتی بین گزینه ها وجود دارد؟

| روش های تجویز دارو | انتونوکس (گاز و هوا) | تزریق پنتیدین یا دیامورفین | بی حسی درون وریدی تحت کنترل بیمار (PCIA) | اپیدورال یا اپیدورال نخاعی ترکیبی (CSE) |
|--|--|--|--|---|
| این چیست؟ | گازی ترکیب با نیتروژن مونوکسید (گاز خنده آور) و اکسیژن. | پنتیدین یا دیامورفین داخل ماهیچه دست یا تزریق می شود. | دز کم از فنتانیل یا رمیفنتانیل از پمپی وارد شیار آبچکان داخل دست شما می شود. | بیهوشی منطقه ای و مسکن از طریق لوله نازکی وارد کمر شما می شود تا عصب شما کرخت شود. در مراحل بسیار ابتدایی یا انتهای زایمان توصیه نمی شود. |
| شما باید چه کار کنید؟ | از طریق ماسک یا دهانه دریچه تنفس کنید. | به دست یا پای شما تزریقی صورت گیرد. | هر بار احساس می کنید انقباض در حال آغاز است دکمه مربوطه را فشار دهید تا به شما دز دارو بدهند. | وقتی تیوب داخل بدن شماست، تا 10 دقیقه در وضعیت خمیده بمانید. |
| چقدر مسکن لازم است؟ | کمک متوسط. | اغلب ملایم. ممکن است اضطراب را کم کند. | میزان تسکین درد متفاوت است. زنان اغلب باید از انتونوکس هم استفاده کنند. | معمولاً خیلی خوب. یکبار در هر ده بار، ممکن است عملکرد خوبی نداشته باشد و نیاز به جایگزین باشد. |
| چقدر طول می کشد شروع به تأثیرگذاری بکند؟ | فوری | 5 دقیقه برای آماده سازی تزریق، سپس 30 دقیقه قبل از شروع کار. اثرات تنها چند ساعت باقی می ماند. | 10 تا 15 دقیقه برای مرتب سازی سپس در چند دقیقه شروع به تأثیرگذاری می کند. | تا 20 دقیقه مرتب سازی. سپس 20 دقیقه طول می کشد اپیدورال تأثیر بگذارد (یک مورد CSE زودتر از این خواهد بود چون یک تزریق نخاعی هم دریافت خواهید کرد). |
| کارهای دیگری هم لازم است؟ | خیر. | خیر. | سرم به شما وصل خواهد شد. ممکن است شما را به مونیتری وصل کنند تا بتوانند ضربان قلب نوزاد را بررسی کنند. میزان اکسیژن شما را بررسی می کند. ممکن است به اکسیژن بیشتری نیاز داشته باشید. | سرم به شما وصل خواهد شد. می توانید یک کاتتر اندراری داشته باشید. ممکن است شما را به مونیتری وصل کنند تا بتوانند ضربان قلب نوزاد را بررسی کنند. |
| خطری برای نوزاد وجود دارد؟ | خیر. | تنفس با آن آهسته است. ممکن است خواب آلود باشد و در ابتدا غذادادن کمی دشوار باشد. | در ابتدا تنفس با آن آهسته است. | ممکن است فشار خون پایین داشته باشید و این می تواند در صورت عدم درمان، بر ضربان قلب نوزاد شما تأثیر بگذارد. |
| اثرات جانبی برای مادر چیست؟ | مقداری تهوع. ممکن است احساس گیجی داشته باشد. ممکن است خسته کننده باشد و دهان شما را خشک کند. | حس خواب آلودگی یا بیماری دارد. سرعت هضم غذا را کم می کند بنابراین حس می کنید شکمتان پر است. تنفس شما را آهسته می سازد. | حس خواب آلودگی یا بیماری دارد. تنفس آهسته - اگر خیلی شما را خواب آلود کند، مجبور می شوید استفاده از آن را کنار بگذارید. توقف تنفس یا آهسته کردن ضربان قلب (نادر). | فشار خون پایین رایج است. عبور ادرار سخت است. سردرد بد (یک در هر 100 زن) افزایش درجه حرارت. آسیب عصبی موقت (یک در هر 1000 زن). آسیب عصبی دائمی (یک در هر 13,000 زن). عوارض شدید (یک در هر 250,000 زن). |
| بر زایمان و درد زایمان تأثیر دارد؟ | خیر. | خیر. | نیاز به انبر قابلگی را افزایش می دهد. | زور زدن را برای شما سخت تر می سازد. نیاز به انبر قابلگی را افزایش می دهد. |

| روش های جسمانی | استخر آب | TENS | درمان های جایگزین |
|--|---|--|---|
| این چیست؟ | استخر یا وان زابیدن که با آب داغ پر شده است. | یک جریان الکتریکی ملایم از طریق پدها به پشت شما منتقل می شود. | طب سوزنی، مشابه طب سوزنی، یا هیپنوتیسم درمانی. |
| شما باید چه کار کنید؟ | در طول زایمان خود و گاهی وقتی نوزاد به دنیا می آید در آب دراز بکشید. | دکمه ای را برای کنترل قدرت جریان فشار می دهید. | باید هماهنگ کنید درمان گری در طول زایمان به همراه شما باشد. |
| چقدر مسکن لازم است؟ | در آرام شدن به شما کمک می کند و دردناکی انقباض های شما را کمتر می سازد. | ملایم حس سوزش یا خارش درد شما را کمک می کند. کاهش درد کمر در ابتدای زایمان بسیار عالی است. | در آرام شدن به شما کمک می کند و دردناکی انقباض های شما را کمتر می سازد. |
| چقدر طول می کشد شروع به تأثیرگذاری بکند؟ | فوری | 5 دقیقه طول می کشد وارد پدها شود و تنظیم گردد. | همزمان با آغاز درمان عمل می کند. |
| کارهای دیگری هم لازم است؟ | خیر. | خیر. | خیر. |
| خطری برای نوزاد وجود دارد؟ | مشکلات تنفسی و تزریقات در آب (نادر). | خیر. | خیر. |
| اثرات جانبی برای مادر چیست؟ | خیر. | خیر. | خیر. |
| بر زایمان و درد زایمان تأثیر دارد؟ | خیر. | خیر. | خیر. |

بروشور توسط انجمن ویژه گر هوش بری زایمانی (OAA) منتشر شده، 21 پورتلند پلس، لندن، بریتانیا، W1B 1PY. تلفن: +44 (0) 20 7631 8883. فکس: +44 (0) 20 7631 4352. شماره ثبت خیریه 1111382. شماره ثبت 5540014 (انگلستان). تاریخ انتشار: 05/10/14، نسخه 4. لطفاً وب سایت <http://www.labourpains.com> را مشاهده کنید که تحت مدیریت OAA است و منابع مفیدی در مورد زنان باردار دارد از جمله اطلاعات زیادی در مورد تسکین درد در طول زایمان.

بخاطر این ترجمه خیرخواهانه از سازمان مترجمان بدون مرز تشکر می کنیم.

