LabourPains.com
ඔබේ දරුවාගේ උපත සඳහා වේදනා සහන සහ නිර්වින්දන තෝරාගැනීම පිළිබඳ වෛද්‍යවරුන්, වින්නඹු මාතාවන් සහ මව්වරුන් වෙතින් විශ්වාසදායක තොරතුරු

අපිවරාශිකාවට (epidural) හෝ සුෂුම්නාවට එන්නත් කිරීමෙන් පසු හිසරදය ඇති වෙනවා ද?

ඔබ විසින් දැනගත යුතු දේවල්

අපිවරාශිකාවට (epidural) හෝ සුෂුම්නාවට එන්නත් කිරීමෙන් පසු, ඔබට

'පශ්වාත් වරාශික වේධන' හිසරදය (PDPH) වර්ධනය වීමේ සම්භාවිතාව 100 ට 1 ත් 200 ට 1 ත් අතර වේ.

හිසරදය ඇතිවීමට හේතුව කුමක්ද?

මොළය සහ සුෂුම්නාව 'වරාශිකාව' නම් තරල පිරුණු කෝෂයකින් වටවී ඇත. අපිවරාශිකාවට එන්නත් කිරීමේ දී අහම්බෙන් හෝ හිතාමතාම සුෂුම්නාවට එන්නත් කිරීමේ දී හිතාමතාම වරාශිකාව වේධනය විය හැක. වේධනයෙන් තරලය කාන්දු විය හැකි අතර එමගින් මොළය වටා ඇති තරලයේ පීඩනය අඩු වී හිසරදයක් ඇති වේ.

හිසරදය මොන වගේද?

- එය ඔබගේ අපිවරාශිකාවට (epidural) හෝ සුෂුම්නාවට එන්නත් කිරීමෙන් පසු දිනවල ආරම්භ වේ
- එය බොහෝ විට දරුණු වේ
- වාඩි වී සිටින විට එය වඩා නරක අතට හැරෙන අතර වැතිර සිටින විට තරමක් සුව වේ
- බෙල්ලේ වේදනාව ද ඇති විය හැක
- දීප්තිමත් ආලෝකය අපහසු විය හැකිය - අඳුරු කාමරයකට වැඩි කැමැත්තක් දක්වයි

ප්‍රතිකාරය කුමක්ද?

- ඇඳට වී විවේක ගන්න
- හැකි තරම් දියර වර්ග සහ කැෆේන් සහිත බීම වර්ග බොන්න
- නිතිපතා වේදනා නාශක ලබා ගන්න (පැරසිටමෝල් හෝ අයිබුප්‍රොෆේන් වැනි)
- කාලය (දින කිහිපයකින් සුව විය හැක)
- රුධිර අණ්ඩය (එය සුව නොවේ නම් හෝ ඉතා දරුණු නම්)

රුධිර අණ්ඩය (blood patch) යනු කුමක්ද?

(1) මෙය අපිවරාශිකාවට (epidural) හෝ සුෂුම්නාවට එන්නත් කිරීමකට සමාන වන අතර සාමාන්‍යයෙන් නිර්වින්දන වෛද්‍යවරයකු විසින් සූතිකාගාරයකදී හෝ ශල්‍යාගාරයකදී සිදු කරනු ලැබේ. සාමාන්‍යයෙන් එය සිදු කරනු ලබන්නේ වේධනය වී පැය 24කට පසුවය.

(2) ක්‍රියා පටිපාටිය අතරතුර දී, ඔබේ අතේ නහරයකින් රුධිරය ලබා ගනී.

(3) එවිට රුධිරය අපිවරාශිකා අවකාශයට එන්නත් කරනු ලැබේ.

(4) නිවැරදි ස්ථානයේ රුධිරය කැටි ගැසීමට ඉඩ සලසා දීම සඳහා රුධිර අණ්ඩයෙන් (blood patch) පසු ඔබට පැය කිහිපයක් නිදා ගන්නා ලෙස පවසනු ඇත. හිසරදය නැවැත්වීම සඳහා රුධිරය කැටි ගැසී තරල කාන්දු වීම වළක්වා මුද්‍රා තබනු ඇත.

රුධිර අණ්ඩයක (blood patch) අතුරු ආබාධ මොනවා ද?

- රුධිර අණ්ඩ (blood patch) 5කින් 1කට පමණ හිසරදය නැවතීම සිදු නොවනු ඇත, එවිට ඔබට තවත් රුධිර අණ්ඩයක් අවශ්‍ය විය හැකි ය.
- ඔබේ කොන්දට රුධිරය එන්නත් කරන විට වේදනාවක් ඇති විය හැකි ය.
- ඉන් දින කිහිපයකට පසු ඔබට කොන්දේ කැක්කුම ඇති විය හැකි ය.
- තවත් අපිවරාශිකා වේධනයක් ඇති වීමේ කුඩා සම්භාවිතාවක් (1% ට වඩා අඩු) ඇත.
- ආසාදනය, ස්නායු හානි හෝ ඔබේ කොන්දට ලේ ගැලීම වෙනත් දුර්ලභ සංකූලතා වේ.

පහත සඳහන් ලක්ෂණ වර්ධනය වුවහොත් වහාම රෝහල අමතන්න:

- දැඩි කොන්දේ කැක්කුම
- අධික උණ
- බෙල්ලේ තද ගතිය සමග හිසරදය නරක අතට හැරීම
- දෙපා පණ නැති වීම
- පාලනයකින් තොරව මුත්‍රා හෝ මළපහ පිටවීම

පශ්වාත් අපිවරාශිකා වේධන හිසරදය පිළිබඳ වැඩිදුර තොරතුරු දැන ගැනීම සඳහා සෞඛ්‍ය වෘත්තිකයෙකු සමග සාකච්ඡා කරන්න.
ගර්භණී සමයේදී වේදනා සහන සහ නිර්වින්දනය පිළිබඳ වැඩි විස්තර ඔබට Labour Pains වෙබ් අඩවියෙන් සොයා ගත හැකි ය - www.labourpains.com

© ප්‍රකාශන හිමිකම 2016 - ප්‍රසව නිර්වින්දන වෛද්‍යවරුන්ගේ සංගමය - 21 පෝට්ලන්ඩ් පෙදෙස - ලන්ඩන් - W1B 1PY - එක්සත් රාජධානිය
දුරකථන අංකය: +44 (0)20 7631 8883 ෆැක්ස්: +44 (0)20 7631 4352 ලියාපදිංචි පුණ්‍යායතන අංකය: 1111382 ලියාපදිංචි අංකය: 5540014 (එංගලන්තය)