

Lajšanje bolečin med popadki: Možnosti in njih značilnosti

Metode z zdravili	Entonox (plin in zrak)	Injekcija pentidina ali diamorfina	Intravenozna analgezija (PCIA) - pod nadzorom bolnišnice	Epiduralna ali kombinirana spinalna epiduralna (CSE)
Kaj je to?	Plinska zmes dušikovega oksida in kisika.	Petidina ali diamorfina se injicirata v mišico na vaši roki ali nogi.	Majhen odmerek fentanila ali remifentanila iz črpalke v kapalko na roki.	Lokalni anestetik in zdravilo proti bolečinam se dajeta skozi drobno cevko v hrbet, da omamita živce. Ni priporočljivo zelo zgodaj ali pozno med porodom.
Kaj delate?	Vdihavajte skozi masko ali ustnik z ventilom.	Dajte injekcijo v roko ali nogo.	Vsakič, ko začutite začetek krčev, pritisnite na gumb, da si daste odmerek.	Sedite mirno v skrčenem položaju pet do 10 minut, da se cev vstavi.
Koliko olajša bolečine?	Pomaga zmerno.	Pogosto blago. Lahko zmanjšuje strah.	Raven lajšanja bolečin je različna. Ženske pogosto potrebujejo tudi Entonox.	Po navadi zelo dobro. Enkrat na 10 primerov morda ne bo delovala dobro in bo morda treba zamenjati za kaj drugega.
Kako dolgo, preden začne delovati?	Takoj.	Pet minut za pripravo injekcije, nato 30 minut, da začne delovati. Učinki trajajo nekaj ur.	10 do 15 minut, da se nastavi, nato začne delovati v nekaj minutah.	Do 20 minut za nastavitev. Nato 20 minut za epiduralno, da začne delovati (CSE bo hitrejši, ker boste imeli tudi injekcijo v hrbtenico).
Morebitni dodatni posegi?	Jih ni.	Jih ni.	Priključeni boste na kapalko. Lahko da vas bodo priključili na monitor, da preverja srčni utrip vašega otroka. Preverja vaše ravni kisika. Morda boste potrebovali dodaten kisik.	Priključeni boste na kapalko. Morda imate urinski kateter. Lahko da vas bodo priključili na monitor, da preverja srčni utrip vašega otroka.
Tveganje za otroka?	Jih ni.	Lahko da diha počasi. Lahko je zaspan in ga je sprva težko hraniti.	Lahko da sprva diha počasi.	Nizek tlak, če ga imate, pa ga ne zdravite, lahko vpliva na srčni utrip vašega otroka.
Neželeni učinki za mater?	Nekaj slabosti. Možen občutek, kot da ste »omotični«.	Občutek zaspanosti ali slabosti Zavre hitrost, s katero prebavljate	Občutek zaspanosti ali slabosti Počasno dihanje - morate prenehati z	Nizek krvni tlak je pogost. Težave pri mokrenju.

	Lahko da vas utruja in vam suši usta.	hrano, tako da imate želodec poln. Lahko upočasnijo vaše dihanje.	uporabo, če vas čez mero uspava. Ustavlja dihanje ali upočasnijo srčni utrip (redko).	Težak glavobol (ena na 100 žensk). Zvišana temperatura. Začasna poškodba živcev (ena na 1000 žensk). Trajna poškodba živcev (ena na 13.000 žensk). Hudi zapleti (ena na 250.000 žensk).
Vpliv na krče in porod?	Jih ni.	Jih ni.	Lahko poveča potrebo po kleščah.	Lahko vam je zaradi tega težje potiskati. Lahko poveča potrebo po kleščah.

Fizične metode	Vodni bazen	TENS	Alternativne terapije
Kaj je to?	Bazen za porod ali kopel, napolnjena z vročo vodo.	Nežen električni tok teče skozi blazinice na vašem hrbtu.	Akupunktura, akupresura ali hipnoterapija.
Kaj delate?	Ležite v vodi med porodom in včasih med rojstvom otroka.	Moč toka nadzorujete s pritiskom na gumb.	Poskrbeti morate, da bo med rojstvom z vami terapevt.
Koliko olajša bolečine?	Pomaga vam, da se sprostite in da postanejo krči manj boleči.	Blago. Občutek mravljincev pomaga zmanjšati bolečino. Idealno za zmanjšanje bolečin v hrbtu pri zgodnjih porodih.	Pomaga vam, da se sprostite in da postanejo krči manj boleči.
Kako dolgo, preden začne delovati?	Takoj.	Pet minut, da se namestijo blazinice in aparat pripravi.	Deluje takoj, ko se začne terapija.
Morebitni dodatni posegi?	Jih ni.	Jih ni.	Jih ni.
Tveganje za otroka?	Težave z dihanjem in okužbe v vodi (redko).	Jih ni.	Jih ni.
Neželeni učinki za mater?	Jih ni.	Jih ni.	Jih ni.
Vpliv na krče in porod?	Jih ni.	Jih ni.	Jih ni.

Letak, ki ga je izdalo Združenje porodničarskih anesteziistov (OAA), 21 Portland Place, London, Združeno kraljestvo, W1B 1PY. Telefon: +44 (0) 20 7631 8883. Faks: +44 (0) 20 7631 4352. Registrirana dobrodelna organizacija št. 1111382. Registrska št. 5540014 (Anglija). Datum objave: 05/10/14, različica 4. Oglejte si tudi spletno stran <http://www.labourpains.com>, za katero skrbi OAA in kjer je najti koristne vire za nosečnice, med drugim dodatne informacije o lajšanju bolečin pri porodu.

Hvaležni smo dobrodelni ustanovi Prevajalci brez meja za ta prevod.

