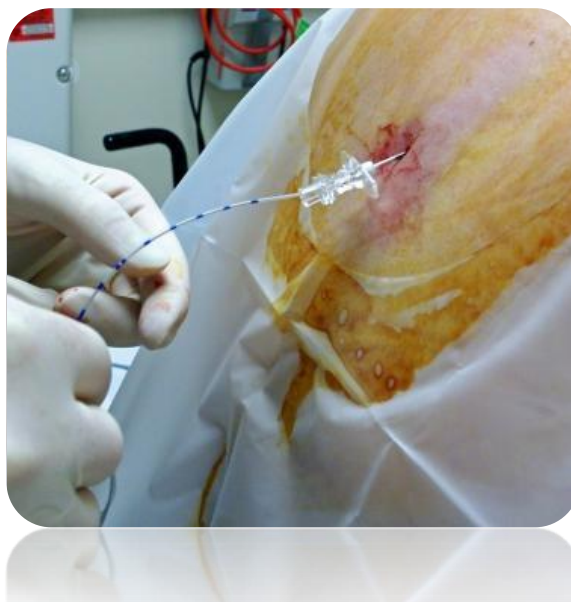


# زایمان بدون درد

(آموزش سلامت)



دکتر لاله دهقان پیشه

متخصص بیهوشی

استادیار گروه بیهوشی

با همکاری

مرکز آموزش مداوم

و قطب علمی آموزش الکترونیکی پیشرفته در علوم پزشکی

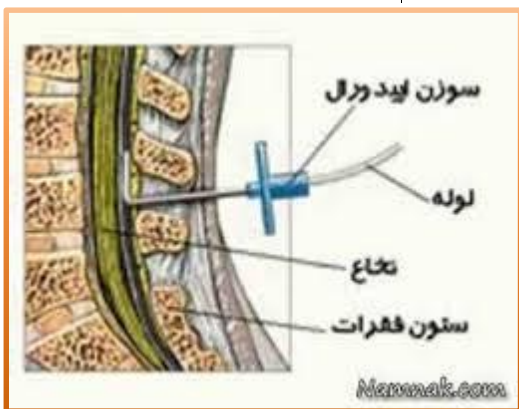
معاونت آموزشی

دانشگاه علوم پزشکی شیراز

در این مبحث به این سؤالات شما پاسخ داده می‌شود:

۱. بی‌دردی اپیدورال چیست؟
۲. آیا استفاده از این روش برای کودک من مضر است؟
۳. مدت زمان انجام این روش چقدر است؟
۴. آیا استفاده از این روش با درد همراه است؟
۵. روش انجام آن چگونه است؟
۶. آیا دیگر هیچ دردی را احساس نخواهم کرد؟
۷. آیا این روش همیشه موثر است؟
۸. این روش چه عوارضی دارد؟
۹. آیا با وجود اپیدورال می‌توان راه رفت؟
۱۰. روش ترکیبی بی‌حسی نخاعی + اپیدورال چیست؟
۱۱. آیا روش اپیدورال در پیشرفت زایمان تاثیر دارد؟
۱۲. آیا روش اپیدورال را می‌توان در تمامی مادران باردار استفاده کرد؟
۱۳. آیا من مجبور به استفاده از روش اپیدورال هستم؟

## ۱. بی دردی اپیدورال چیست؟



امروزه بسیاری از مادران به دلیل ترس از درد زایمان تمایل به انجام سزارین دارند، اما سزارین با خطرات بسیاری همراه است و فقط در شرایط اورژانسی که جان مادر یا جنین یا هر دو در خطر است باید انجام شود. روش‌های مختلفی برای کاهش درد زایمان وجود دارد، اما بهترین و متداولترین روش استفاده از بی حسی موضعی یا اپیدورال است. به فضای بیرونی اطراف نخاع، اپیدورال گفته می‌شود. در روش بی‌حسی اپیدورال، لوله باریکی در فضای اپیدورال در پایین کمر قرار داده می‌شود که از طریق آن داروهای بی‌حسی موضعی و دیگر داروهای کاهش دهنده درد، تزریق می‌گردد و باعث کاهش درد زایمان می‌شود.

## ۲. آیا استفاده از این روش برای کودک من مضر است؟

در این روش کودک شما در امان است و برخلاف تفکر عموم مردم باعث کاهش تنفس و خواب آلودگی فرزند شما نمی‌شود.



## ۳. مدت زمان انجام این روش چقدر است؟

۱۰ دقیقه زمان می‌برد تا این روش انجام گیرد و حدود ۱۵-۱۰ دقیقه طول می‌کشد تا از درد شما کاسته شود. اگر شما چاق باشید یا انحراف در مهره‌های کمر داشته باشید مدت زمان انجام این روش طولانی‌تر می‌شود.



### آزمون

معمولاً حدود ۱۵ دقیقه طول می‌کشد تا بی‌دردی اپیدورال شروع شود؟  
صحیح غلط

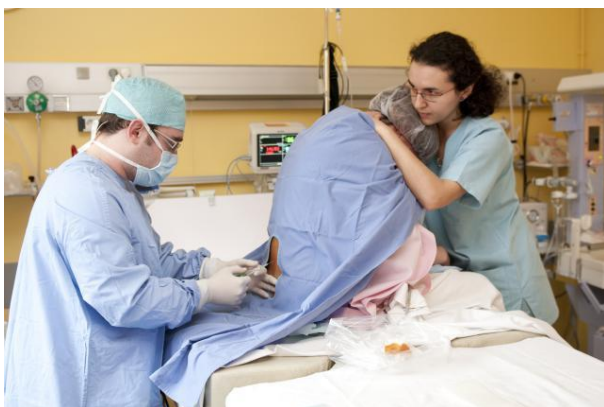
#### ۴. آیا استفاده از این روش با درد همراه است؟

در مقایسه با زایمان طبیعی، انجام اپیدورال با درد خیلی کمتری همراه است. با قرار دادن سوزن در کمر شما سوزش مختصری احساس می‌کنید. بعد سوزن خارج می‌شود و لوله باریکی در ناحیه کمر شما باقی می‌ماند. در طول زایمان فقط وجود یک چسب را در ناحیه کمر احساس خواهید کرد.



#### ۵. روش انجام آن چگونه است؟

متخصص بیهوشی از شما می‌خواهد که بنشینید یا بر روی یک دست بخوابید و به شما توصیه می‌شود در حین انجام این روش حرکت نکنید و قسمت پایین کمر را به سمت وی خم کنید. پرستار به شما کمک می‌کند تا در موقعیت مناسب قرار بگیرید. بعد از بی‌حس کردن پوست شما با داروی بی‌حسی موضعی، یک سوزن از بین مهره‌های کمر عبور کرده و وارد فضای اپیدورال می‌شود و از طریق آن یک لوله باریک (کاتتر) وارد فضای اپیدورال می‌شود. سپس سوزن را خارج می‌کنیم و کاتتر با چسب در پشت شما ثابت می‌شود تا با حرکت کردن شما جابجا نگردد.



## ۶. آیا دیگر هیچ دردی را احساس نخواهیم کرد؟

روش اپیدورال باعث می شود که انقباضات رحمی کمتر و آسان تر احساس شود. در مراحل انتهایی زایمان فشاری را در مقعد و کانال زایمان احساس می کنید.



بی حسی کامل در زایمان چندان مطلوب نیست، زیرا لازم است شما بتوانید در اواخر زایمان جهت تسهیل آن کمک کنید. از طریق پمپ مخصوص در مواقعی که درد دارید شما می توانید با فشار دکمه پمپ مقداری دارو تزریق کنید و درد خود را کنترل نمایید. هر سؤال و مشکلی که دارید می توانید از متخصص بیهوشی بپرسید.

### ◀ آزمون

آیا با وجود استفاده از اپیدورال مادر توانایی حرکت پاها را دارد؟

خیر

بله

## ۷. آیا این روش همیشه موثر است؟

اکثرا با کاهش درد قابل توجه همراه است. گاهی کاهش درد یک طرفه یا منطقه ای می باشد که متخصص بیهوشی می داند چگونه این مشکلات را برطرف نماید. در موارد محدودی ممکن است نیاز به تکرار این روش باشد (گذاشتن مجدد کاتتر). در موارد نادری هم مشکل در انجام این روش پیش می آید که متخصص بیهوشی موفق به انجام آن نمی شود.



## ۸. این روش چه عوارضی دارد؟

### عوارض شایع:

- احساس سنگینی و مور مور کردن پاها که به زودی برطرف می شود.
- احتمال افت فشارخون که به آسانی قابل درمان است.
- وجود درد در ناحیه کمر که بیشتر از چند روز طول نمی کشد. مطمئن باشید که این روش باعث ایجاد کمر درد مزمن نمی شود.
- سردرد بعد از زایمان به علت سوراخ شدن پرده اطراف مایع مغزی نخاعی، که با استراحت و مصرف مسکن برطرف می شود و در صورت دردهای شدید درمان خاص وجود دارد.
- خارش، اشکال در ادرار کردن و کمی احساس خواب آلودگی ممکن است توسط مادر تجربه شود.
- افزایش موقتی دمای بدن که مسئله مهمی نبوده و نشانه عفونت نیست.



### عوارض نادر:

اشکالات عصبی خفیف از جمله بی حسی در مناطقی از پا که اکثرا به بهبودی کامل می انجامد. البته قابل ذکر است که این عارضه ممکن است در مادرانی که اپیدورال جهت بی دردی هم نگرفته اند دیده شود. چون تولد نوزاد می تواند فشار بر اعصاب پا وارد کند و باعث بی حسی در پا شود. اشکالات عصبی دائمی مانند فلج پاها بسیار نادر است.

### ◀ آزمون

آیا استفاده از اپیدورال در زایمان باعث ایجاد کمر درد مزمن می شود؟

بله                      خیر

## ۹. آیا با وجود اپیدورال می توان راه رفت؟

داروهای بی حسی که برای کنترل درد استفاده می شود می تواند راه رفتن بدون کمک را با مشکل مواجه کند. معمولاً از مادر خواسته می شود که راه نرود و اگر لازم باشد که از تخت پایین بیاید حتما از پرستار اجازه بگیرد.



## ۱۰. روش ترکیبی بی حسی نخاعی + اپیدورال چیست؟

این روش شبیه اپیدورال است و در زمانی که لازم است بی‌دردی سریعتر آغاز شود مورد استفاده قرار می‌گیرد. داروهای مورد استفاده و عوارض شبیه به روش اپیدورال است.



## ۱۱. آیا روش اپیدورال در پیشرفت زایمان تاثیر دارد؟

روش اپیدورال در مرحله اول زایمان یعنی از زمان شروع درد تا زمانی که دهانه رحم کاملاً باز شود تاثیری ندارد. در این مرحله اگر پیشرفت زایمان کم باشد داروی اکسی توسین (که منقبض کننده رحم است) تجویز می‌شود و حتی گاهی انجام روش اپیدورال باعث پیشرفت سریعتر زایمان می‌شود.

مرحله دوم زایمان یعنی از باز شدن کامل رحم تا زمانی که بچه متولد شود، ممکن است حدود ۱۵ دقیقه طولانی تر شود، اما باعث صدمه به مادر و کودک نمی‌شود و متخصص بیهوشی داروهای مورد نیاز را طوری تنظیم می‌کند تا مادر بتواند راحت تر زایمان کند.

### ◀ آزمون

آیا استفاده از اپیدورال احتمال سزارین را افزایش می‌دهد؟ بله خیر



## ۱۲. آیا روش اپیدورال را می توان در تمامی مادران باردار استفاده کرد؟

در موارد زیر نمی توان از این روش استفاده کرد :

- وجود مشکلات و بیماری های انعقادی و استفاده از داروهای رقیق کننده خون مانند آسپرین و وارفارین
- خونریزی شدید
- بیماری های اعصاب (نورولوژیک)
- کسانی که قبلا عمل جراحی روی کمر انجام داده باشند.

## ۱۳. آیا من مجبور به استفاده از روش اپیدورال هستیم؟



قطعاً نه، اگر درد زایمان برای شما قابل تحمل است می توانید بدون هیچ روش بی درد زایمان کنید. اگر عمق درد برای شما سخت و عذاب آور است، می توانید از این روش استفاده کنید. همچنین عده ای خواستار روش های دیگر برای کاهش درد زایمان هستند، اما باز هم ممکن است درد شدید احساس کنند و تقاضای اپیدورال نمایند.

### ◀ آزمون

آیا استفاده از بی دردی در زایمان اجباری است؟

بله

خیر



## خلاصه

امروزه بسیاری از مادران به دلیل ترس از درد زایمان تمایل به انجام سزارین دارند، اما می توان با استفاده از بی دردی این مشکل را برطرف کرد. متداولترین و بهترین روش که با بیشترین میزان رضایت در بین مادران همراه است اپیدورال می باشد. از طریق این روش داروهای بی حسی موضعی و دیگر داروهای کاهش دهنده درد تزریق می گردد. به مادران باید اطمینان داده شود که استفاده از این روش احتمال سزارین را افزایش نداده و عوارض زاینباری برای مادر و کودک نخواهد داشت.

## منابع

- 1- David H. Chestnut , Cynthia A Wong , Lawrence C Tsen , Warwick D Ngan Kee, Yaakov Beilin , Jill Mhyre. (2014). Chestnut's Obstetrics Anesthesia: Principles and Practice (5th ed.). Saunders.
- 2- David Mayer, Kathleen Smith, Fred J.Spielman.(2016). Epidural Analgesia for Pain Relief in Labor. The University of North Carolina School of Medicine, Department of Anesthesiology.
- 3- Practice Guidelines for Obstetric Anesthesia. An Updated Report by the American Society of Anesthesiologist Task Force on Obstetric Anesthesia. (2007). Anesthesiology. Apr; 106(4):843-63.