

Analgézia s použitím liekov

Inhalačná analgézia

Ide o vdychovanie zmesi oxidu dusného (rajský plyn) a kyslíka v pomere 1:1. Táto zmes, teda Entonox má v pôrodníckej praxi dlhú históriu. Predstavuje rýchlu a analgeticky potenciálnu metódu, ktorá pôsobí aj sedatívne a relaxačne – utlmí rodičku a upokojí ju. K inhalácii sa používa tlakový prístroj, vdychovanie prebieha cez ventilový systém s použitím náustka. Má minimálne množstvo nežiadúcich účinkov a neovplyvňuje plod, preto je bezpečná a neinvazívna. Užíva sa v ktorejkoľvek fáze 1.a 2. doby pôrodnej, prvotným nasýteným, neskôr pravidelným vdychovaním počas bolesti. Efekt pri tlmení bolesti predstavuje približne 30 %.

Intravenózne a intramuskulárne analgézie

Nalbuphín patrí medzi opioidné analgetiká – lieky na tíšenie bolesti. Využíva sa na krátkodobé tíšenie stredne silných bolesti. Má menší účinok na tlmenie dychového centra ako ostatné opioidy, tak isto spôsobuje menej gastrointestinálnych nežiadúcich účinkov, ako a zadržovanie moču, zápchu a svrbenie kože ako ostatné lieky z tejto skupiny. Jeho účinok aplikáciou vnútrošvalovo nastupuje po 3-15 min a trvá 3 až 6 hodín. Je možné opakovanie dávky. Efekt pri tšení bolesti predstavuje 50 %.

Epidurálna analgézia

PEDA-pôrodná epidurálna analgézia predstavuje najúčinnjší spôsob tšenia pôrodných bolesti. Ide o aplikáciu lokálneho anestetika s opioidmi do epidurálneho priestoru, to znamená medzi tvrdú miechovú plenu a žltý väz. Účinok tejto analgézie je zabezpečený prerušením vedenia bolesti sympatikovými a senzitivnými nervovými vláknami z pôrodných ciest do miechy a následne do centra bolesti v mozgu. Kombináciou anestetika s opioidmi sa prehĺbi úľava od bolesti väzbou opioidu na miechové opioidné receptory. Nástup účinku je relatívne pomalší, po 20 minútach, no pre vysokú účinnosť a bezpečnosť patrí medzi najobľúbenejšie metódy tšenia bolesti. Pacientky popisujú pocit uvoľnenia a relaxácie, spojený so schopnosťou tešiť sa z pôrodu. Činnosť maternice nie je ovplyvnená, ale kontrakcie nie sú bolestivé. Sú vnímané ako tlaky. Zvyčajne sa podáva 1. dávka po dilatácii krčka maternice na 4 cm. U prvorodičky môžeme podať aj pri dilatácii na 5-6 cm. Dávky sa aplikujú podľa potreby pacientky, najčastejšie 2 – 4 x. PEDA sa podáva na želanie rodičky, ktoré posúdi pôrodník a na základe jeho súhlasu nasleduje vyšetrenie anesteziológom. Pri samotnom výkone dochádza k zavedeniu tenúckej cievky – epidurálneho katétra k nervom do bedrovej oblasti. Po aplikácii PEDA je nutné, aby pacientka ostala ležať, aby mozgovno-miechová tekutina neunikala perforovanými obalmi miechových obalov. Hrozí postpunkčný syndróm- intenzívne bolesti hlavy. Existuje niekoľko kontraindikácií, napríklad alergia na lokálne anestetiká, ťažké infekčné ochorenia, poruchy krvného zrážania, nadmerná hmotnosť rodičky.

Možnosti tlmenia pôrodných bolesti

Pôrod je fyziologický proces ľudského jedinca, preto je aj pôrodná bolesť fyziologická. V dnešnej dobe má rodička právo, aby jej bola v danej pôrodnej dobe ponúkaná analgézia, ktorú si sama vyberie a ktorá nebude negatívne ovplyvňovať vývoj pôrodu.

Analgézia bez použitia liekov

Predpôrodná príprava:

Ide o súbor činností pôrodnej asistentky, pôrodníka, neonatológa, novorodeneckej sestry, ktorých cieľom je znižovať úzkosť a strach z pôrodu a tým získať reálny postoj k pôrodu. Využívajú sa metódy poučenia ženy a nacvičovania správania počas pôrodu. Nejde o odstránenie pôrodných bolesti, ale o naučenie sa, ako proti bolesti bojovať.

Aj naša nemocnica ponúka psychoprofylaktickú prípravu zloženú zo 6 kurzov, kde sa snažíme sprostredkovať čo najrozumiteľnejšou formou informácie a praktické rady ohľadne jedinečnej životnej situácie, ktorou je pôrod Vášho dieťaťa. Okrem pôrodu sú medzi témami rozoberané aj popôrodné obdobie, starostlivosť o bábätko. Ponúkame možnosť obhliadky pôrodnej sály a novorodeneckého oddelenia.

Relaxačná sprcha:

Táto jednoduchá nemedikamentózna metóda môže znížiť psychické aj fyzické napätie, má mierny analgetický efekt spôsobený rozsiahlou stimuláciou kožných nervových zakončení.

Aromaterapia:

Podstatou metódy je využitie aromatických olejov – na našom pracovisku oleje s prímiesou levandule, ich využitie je cestou aromalampy alebo masážou tela partnerom pri pôrode po zaškolení pôrodnou asistentkou.



Tíšenie bolesti pri pôrode

Edukačný list pre pacientov

Ľubovnianska nemocnica, n.o.

**Pomáhame pri návrate
Vášho zdravia**

www.lubovnianskanemocnica.sk

Obrancov mieru č. 3
064 01 Stará Ľubovňa
tel.: +00421 52 43 17 111
fax.: +00421 52 43 21 367

