

العلاج المناسب لآلام الولادة

هذا الكتاب يحتوي على بعض المعلومات المقتصرة عن آلام الحمل والطرق المتوفرة لعلاجها, وقد تحتاج الي معلومات اخري من الطبيب المعالج.

كيف ستشعرين بالمخاض:

عند ما يتقدم الحمل نحو تمامه قد تلاحظين ان الرحم يتقلص من اونه لآخري. عندما يبدأ المخاض تصبح هذه التقلصات اكثر قوة وانتظاما. وقد يسبب هذا الما يشبه الم الدورة الشهرية, ويزداد شدة بتقدم المخاض. مقدار الآلم يختلف فالمخاض الاول يكون عادة الاطول والاشق. وفي بعض الاحيان قد تكون الحاجة او ضرورة لاستخدام الطلق الصناعي بواسطة حقن بعض الادوية اذا كان تقدم الطلق بطيئا, مما يجعله اكثر ايلاما. اكثر من 90% من النساء يحتجن الى استخدام شكل من اشكال تسكين الم المخاض.

التحضير للمخاض:

انه من المساعد حضور الجلسات الخاصة للحوامل والتي تدار من قبل القابلات, حيث يمكنك التزود بالمعلومات المتعلقة بالحمل والمخاض والولادة, والعناية بالمولود, والاجراءات الازمة التي قد تحتاجينها قبل الذهاب الى المستشفى, وجعل هذه التجربة اقل قلقاً للأم وكذلك للعائلة.

على القابلة والمعالج الفيزيائي تعليم الامور التالية:

- 1-عملية التنفس اثنا الولادة
- 2-طرق التعامل مع الآلم
- 3-الطرق المثلى للتحرك
- 4-الأوضاع المناسبة للاسترخاء من اجل تقليل الجهد على المفاصل والظهر خلال فترة الحمل و ما بعد الولادة
- 5-الطرق المتوفرة لعلاج الم المخاض, و اذا اردت الحصول على معلومات اكثر فيمكنك مقابلة طبيب التخدير المختص ان طبيب التخدير هو المختص لتقديم هذه المساعدة

الطرق المتوفرة لتسكين الآلم

هنالك عدة طرق للتغلب على الآلم, وجود مرافق اثناء المخاض له اهمية كبرى. الاسترخاء وكذلك الحركة اثناء المخاض تساعد على تخفيف الآلم الاستحمام في ماء دافئ وتدليك الظهر الموسيقى الهادئة وجود القابلة لإسداء النصيحة ومعرفة الطريقة المثلى لتخفيف الآلم

الطرق المتوفرة :

هنالك عدة طرق للمساعدة على التعامل مع الالم الناتج عن المخاض وخاصة في البداية.

- 1-المعالجة بالتعطير
- 2-المعالجة بالادوية الطبيعية
- 3-المعالجة باستخدام المنعكسات
- 4-المعالجة بالتتويم المغناطيسي
- 5-المعالجة بالاعشاب
- 6-المعالجة بالوخز بالابر
- 7-المعالجة التحريض الكهربائي

TENS

التحريض اكهربي: يمرر تيار من خلال اربع لاصقات تثبت على الظهر ,تساعد هذه الطريقة في بداية المخاض ,ليس لهذه الطريقة اي تاثير على الجنين.

مع تقدم المخاض فانك على الاغلب ستحتاجين الى وسائل اخرى لتخفيف الالم :

- 1-غاز الإنتونكس (50%اوكسجين+50% اكسيد النيتروجين) استنشاق الغاز قد يؤدي الى شعورك بالدوار او الغثيان لفترة قصيرة ,و لا يوجد اي تاثير سلبي على طفلك .هذه الطريقة سوف تخفف من حدة الالم.
- يمكن استخدام الغاز في اي مرحله من مراحل المخاض ,ولكن للحصول على افضل النتائج لا بد من مراعاة توقيت استنشاق الغاز (بداية الاحساس بتقلص الرحم ابدأى بإستنشاق الغاز).

2-البثدين PETHIDINE

يعطى عادة بحقنه عضليه من قبل القابلة قد يجعلك تشعرى بالدوار ولكنه سيجعلك اقل انشغالا بالالم.قد يسبب لك الشعور بالغثيان , و من الممكن اعطائك دواء مضادا للغثيان .
قد يؤثر على المركز العصبي لجهاز التنفس, وفي هذه الحالة يعطى الطفل ترياقاً مضاداً بعد الولادة, وخاصة اذا اعطى البثدين قبل الولادة بوقت قصير.
مضاعفات البثدين:

- 1- يؤخر افراغ المعدة الامر الذي قد يسبب خطورة اذا كان التخدير العام متطلباً ولذلك من المستحسن الامتناع عن الاكل .
- 2- قد يؤخر البثدين بدء الارضاع بعد الولادة .
- 3- قد لايعطي التأثير المطلوب.
- 4- الغثيان والاستقراغ .

من الممكن اعطاء البثدين من خلال الحقن الوريدي وبجرعات صغيرة(يستعمل جهاز خاص من خلال الضغط على زر يقوم الجهاز بحقن الجرعة المقررة)

ادوية اخرى مشابه للبيثدين و تعمل بنفس الطريقة ولكنها اقل استعمالاً:

Fentanyl	-1
Diamorphine	-2
Meptazinol	-3

حول الجافية: EPIDURALS

يعطى المسكن من خلال انبوب دقيق يوضع من قبل طبيب التخدير هذه الطريقة لا تؤثر على الطفل في حالات قليلة قد يتسبب بحدوث صداع اكثر الطرق المستخدمة تخفيفاً للالم

لمن تعطى :

يمكن استخدام هذه الطريقة من قبل معظم السيدات . الا انه هنالك حالات معينة يكون فيها استخدام هذه الطريقة غير مناسب وغير محبذ (امراض الدم المسببه للنزف , التهابات في منطقة الظهر , بعض امراض القلب) .

الترتيبات المتخذة قبل وضع القسطره حول الجافية:

- 1- وضع قسطره في الوريد و إعطاء محلول وريدي -
- 2- يطلب من السيدة ان تجلس او الاستلقاء على الجانب في وضع متقوس
- 3- يعقم الظهر وتعزل المنطقة المعقمة
- 4- تخدير الجلد بالتخدير الموضعي حتى لا تشعر بالالم اثناء وضع القسطره الصغيرة في الظهر
- 5- عدم الحركة اثناء وضع القسطرة ويمكنك عند الانتهاء من هذه الخطوة الحركة كما تريد.
- 6- يعطى الدواء المسكن من خلال الانبوب اما عن طريق جرعات متكررة او بشكل متواصل باستعمال جهاز خاص .
- 7- مراقبت ضغط الدم بشكل منتظم
- 8- على طبيب التخدير التأكد ان حول الجافية قد اعطت المفعول المراد.

الفوائد :

تسكين الالم دون الشعور بالغثيان
في هذه الايام اصبح من الممكن تسكين الالم دون الشعور بالخدر او الثقل في الساقين (حول الجافية المتحركة).
لاتسبب الابطاء في افراغ المعدة
يمكن ان تستخدم في التوليد الجراحي
ليس لها اي تأثير سلبي على الارضاع الطبيعي

العوارض الجانبية التي قد تنجم عن الحقنة حول الجافية :

هبوط في الضغط ويعالج باعطاء السوائل الوريدية
ارتعاشات خفيفة و هو حدث مؤقت
اطالت المرحلة الثانية من المخاض وتخفف من شعورك بالحاجة الى الدفع
قد تسبب اعدم انتظام في التبول
قد تسبب حدوث الصداع المعروف بصداع تحت الجافية ونسبته 1% وممكن معالجته .

اللام الظهرشائعه خلال الحمل و مابعد الولادة
و غالباً ماتستمر بعد الولادة .و هنالك ادله تثبت ان الحقنة حول الجافية ,لا تتسبب في الام الظهر المزمن . مع انه
من الممكن ان تشعري ببعض الالم الموضعي لمدة يوم او يومين بعد الحقنة.

ماذا لو احتجت الى اجراء عملية .
اذا دعت الحاجة الى اجراء عملية قيصريه يمكن استخدام الحقنة حول الجافية عوضاً عن التخدير العام .

الحقنة النخاعية : حقن الدواء المسكن مباشرة في الكيس المغلف للنخاع الشوكي في اسفل الظهر .
سريعة المفعول ويستحسن استعمالها في المراحل المتقدمة من المخاض .
الابرة المستعملة في هذه الطريقة اصغر بكثير من تلك المستعمله في حول الجافية .
احتمال حدوث الصداع اقل .
تستخدم الحقن النخاعية لتخدير لإجراء العمليه القيصريه .

Dr anwar al abdelrahman obeidat
Anaesthetic Dept.
Royal Bournemouth Hospital
UK

Miss Lian Ottai
Gyn&obstetric
Pembury Hospital Kent
UK