



تسکین درد زایمان

تألیف:

نازنین رضایی

مربی دانشکده پرستاری مامائی - دانشگاه علوم پزشکی ایلام

ملیحه افشار

مربی دانشکده پرستاری مامائی - دانشگاه آزاد واحد کرج

زیر نظر:

مهین کمالی فرد

هیئت علمی دانشکده پرستاری و مامائی - دانشگاه علوم پزشکی تبریز

انتشارات یادعارف

سرشناسه : رضایی، نازنین، ۱۳۵۹ -
 عنوان و نام پدیدآور : تسکین درد زایمان
 مشخصات نشر : تهران: یاد عارف، ۱۳۹۳.
 مشخصات ظاهری : ۲۱۸ ص: ۱۵×۲۱/۵ س.م
 شابک : 978-600-7284-46-9
 وضعیت فهرست نویسی : فیای مختصر
 یادداشت : این مدرک در آدرس <http://opac.nlai.ir> قابل دسترسی است.
 شناسه افزوده : افشار، ملیحه، ۱۳۶۳ -
 شناسه افزوده : کمالی فرد، مهین، ۱۳۳۹
 شماره کتابشناسی ملی : ۳۵۷۶۳۴۲



تسکین درد زایمان

تألیف: نازنین رضایی، ملیحه افشار، مهین کمالی فرد

ناشر: یاد عارف (۶۶۴۰۵۰۷۳)

طراح و صفحه آرا: لیلا حائری (۰۹۱۲۷۹۴۲۷۲۵)

نوبت و سال چاپ: اول / ۱۳۹۳

تیراژ: ۲۵۰ جلد

شابک: 978-600-7284-46-9

قیمت: ۱۲۰۰۰۰ ریال

تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۴۳۴۲۷۴۱ - ۶۶۴۰۱۸۷۸

فهرست

مقدمه	۵
بخش اول: تاریخچه تسکین درد زایمان	۹
بخش دوم: پاتوفیزیولوژی درد	۱۱
بخش سوم: انواع روش های تسکین درد	۱۹
فصل اول: تسکین درد زایمان به روش غیر دارویی	۲۰
آب درمانی یا زایمان در آب «Water Birth or Hydrotherapy»	۴۵
تحریک الکتریکی عصب از طریق پوست Transcutaneous electrical nerve stimulation	۵۹
گرما درمانی و سرما درمانی Heat and Cold Application	۶۸
تکنیک های تنفسی Breathing Techniques	۷۲
تن آرامی Relaxation	۸۳
رایحه درمانی Aromatherapy	۹۳
بازتاب درمانی Reflexology	۱۰۲
بیوفیدبک Biofeedback	۱۱۰
فصل دوم: تسکین درد زایمان به روش دارویی	۱۱۷
چگونگی اداره بی حسی در حاملگی های پرخطر	۱۵۹
داروهای مورد استفاده در بی حسی	۱۷۲
بی دردی در مراحل قبل از زایمان و حین زایمان	۲۱۳

مقدمه

درد از همان ابتدای خلقت با بشر بوده است و انسان‌ها همیشه سعی داشته‌اند به طرق گوناگون با آن مبارزه کنند. درد زایمان شدیدترین دردی است که اغلب زنان در طول زندگی آن را تجربه می‌کنند. علیرغم همه عوارضی که به دنبال زایمان به روش سزارین برای فرد ایجاد می‌شود، این روزها اغلب خانم‌ها این روش را به صورت انتخابی جایگزین زایمان طبیعی می‌کنند، در حالی که در کشورهای اروپایی سزارین تنها ۱۰ تا ۲۰ درصد زایمان‌ها را شامل می‌شود، در ایران حدود ۴۰ تا ۶۰ درصد زایمان‌ها به این روش انجام می‌شود و این رقم در بعضی از بیمارستان‌های خصوصی حتی به ۱۰۰ درصد هم می‌رسد. ترس از درد زایمان و تلاش برای رهایی از آن و نیز اعتماد به برخی باورهای نادرست در مورد روند زایمان از دلایل اصرار خانم‌های باردار به انجام عمل سزارین است.

اما.....

انتخاب سومی نیز وجود دارد: زایمان طبیعی آن هم با حداقل درد و یا گاهی بدون احساس درد. اطلاعات زنان باردار از روش‌های تسکین درد زایمان بسیار کم است و به همین دلیل بیشتر آنها به عنوان تنها جایگزین برای زایمان به روش طبیعی، عمل جراحی سزارین را انتخاب می‌نمایند.

در اغلب کشورهای پیشرفته بیش از ۳ دهه است که به دلیل خطر بی‌هوشی، جراحی و عوارض عمل سزارین، روش زایمان همراه با روش‌های تسکین درد متداول شده است. در واقع پزشکان و متخصصان معتقدند با تکنیک‌های جدید و بدون عوارضی که برای انجام زایمان همراه با روش‌های تسکین درد در اختیار است، دیگر هیچ خانم بارداری نباید هنگام زایمان درد شدید آن را متحمل شود و آن را تجربه نماید، مگر با رضایت و تمایلی خود فرد. این روش همچنین از افزایش تعداد سزارین‌هایی که به دلیل ترس از درد زایمان انجام می‌شوند به تعداد چشم‌گیری کاسته است.

زایمان همراه با روش‌های تسکین درد به دلیل ایمنی بیشتر، امکان شیردهی زودتر، عارضه و هزینه کمتر و راحتی بیشتر، بهتر از سزارین است. بسیاری از خانم‌ها در حین زایمان متقاضی تسکین دردشان هستند و طیف وسیعی از گزینه‌های تسکین درد برای پاسخ به این تقاضا وجود دارد. بایستی این گزینه‌ها در طی ویزیت‌های دوران بارداری با خانم‌های باردار مطرح شود تا آنها بتوانند روش مناسب تسکین درد را براساس نیازهای فردی خود انتخاب کنند. سپس باید تصمیم هر فرد در مورد روش و نوع تسکین درد در پرونده وی ثبت شود. با وجود این همیشه نمی‌توان نیازهای زانو را در مورد نوع تسکین درد از قبل پیش‌بینی کرد و ممکن است این نیازها در طی زایمان تغییر کند. بنابراین ماما باید بتواند مزایا و معایب خاص هر روش تسکین درد و یادآوری در دسترس را با زانو در میان بگذارد.

تلاش بر این است که تولد نوزاد یک تجربه خوشایند برای مادر

باشد و در این راستا تأکید روز افزونی بر روی اداره درد زایمان وجود دارد. با استفاده از روش‌های نوین و حمایتی کاهش درد زایمان می‌توان زایمان را به یک اتفاق خوشایند و لذت بخش تبدیل نمود.

مؤلفین

www.ketab.ir