

## ۱-انتونکس یا گاز و هوا



گازی بی رنگ و بی بو است که به محض احساس شروع یک انقباض، کافی است ماسک را روی صورت خود قرار داده و تنفس عمیق، منظم و آرام داشته باشید استفاده از این گاز هیچ ضرری برای نوزاد ندارد. تنفس درون ماسک نباید تند و سطحی باشد و نیز در فواصلی که درد وجود ندارد بهتر است داخل ماسک نفس نکشید.

## ۲-بی دردی از طریق داروهای وریدی یا عضلانی

از طریق سرم ها داروی بی دردی به میزانی که هیچ مشکلی برای مادر و نوزاد ایجاد نکند تزریق می شود. مادر بی درد شده و همین موجب پیشرفت زایمان می شود.

## شرایط لازم برای زایمان بی درد

- ۱-امکان انجام زایمان طبیعی وجود داشته باشد.
- ۲-مادر داوطلب کاهش درد زایمان باشد.
- ۳-درد زایمان وجود داشته باشد.

## روش های دارویی:

- ۱-بیدردی استنشاقی از طریق گاز
- ۲-بیدردی با استفاده از داروهای وریدی یا عضلانی
- ۳-روش های بی درد سازی موضعی یا ناحیه ای که شایعترین آن ها بی حسی نخاعی- بی حسی دور نخاعی (اپیدورال) و ترکیبی است.



## روش های زایمان بدون درد

درد زایمان مهمترین علت تمایل به سزارین می باشد. که می توان با راه اندازی بخش زایمان بی درد در بیمارستان ها و زایشگاه ها از آمار سزارین کاست.

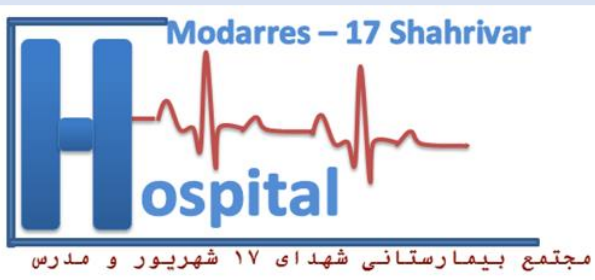
امروزه در اکثر مراکز دنیا از روش های مهار درد برای زایمان طبیعی استفاده می شود. به طور کلی سزارین در واقع درمانی برای زایمان های پر خطر محسوب می شود.

از معایب سزارین می توان به درد شدید پس از آن، خطرات جراحی و بیهوشی برای مادر و نوزاد و عدم تحرک طولانی مدت مادر نام برد.

## روش های زایمان طبیعی بدون درد

زایمان طبیعی بدون درد به روش های مختلفی صورت می پذیرد که این روش ها در کلاس های آموزشی آمادگی برای زایمان آموزش داده می شود بهتر است انتخاب روش بیدردی با مشورت پزشک متخصص صورت گیرد.

## دانشکده علوم پزشکی ساوه



### زایمان بدون درد

### گروه آموزش سلامت



آدرس: خیابان مطهری-میدان مدرس- بلوار پرستار

مجتمع بیمارستانی شهدای ۱۷ شهریور و شهید مدرس

تلفن: ۹-۰۲۶-۴۲۲۲۳۰۲۶-۰۸۶ داخلی ۳۴۰

مرحله درد مادر تنظیم می شود و در صورت انجام صحیح این تکنیک ، درد مهار می شود اما قدرت عضلانی باقی می ماند . تمام روش های بی دردی برای مادر و نوزاد بی خطر است.

### برتری زایمان بی درد نسبت به سزارین:

۱-عوارض سزارین را ندارد .

۲-در آرامش کامل ، لذت تولد نوزاد خود را احساس میکنید.

### مادران گرامی

با شرکت در کلاس های آمادگی برای زایمان ، ضمن کسب آگاهی لازم و کافی می تونید با آرامش بیشتری زایمان کرده و خاطره خوشایندی از زایمان داشته باشید.

### انجام زایمان طبیعی در تمام بیمارستان

های دولتی رایگان می باشد.

### ۳-روش انجام بی حسی موضعی

در این روش که توسط متخصص بیهوشی انجام می گیرد ، پوست قسمت پایین کمر ضد عفونی می

شود و پس از بی حسی موضعی پوست ، سوزن مخصوص وارد می شود می توان با یکبار تزریق نخاعی ، بی دردی را ایجاد کرد که معمولا برای مادرانی استفاده می شود که چندمین بار حاملگی است یا زایمان اولی که فاز آن اول آن پیشرفت کرده است.

### روش دیگر آن به نام اپیدورال است



نام کاتتر در محل قرار داده و سوزن را خارج می کنند و تمام داروهای بی حسی از طریق آن تزریق می شود و مادر در کل زایمان بی درد است مزیت اصلی بی حسی اپیدورال آن است که نوع و مقدار دارو بر حسب