

## 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 pôrodnickej 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 náuska. 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 prehľbí 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 matrice nie je ovplyvnená, ale kontrakcie nie sú bolestivé. Sú vnímané ako tlaky. Zvyčajne sa podáva 1. dávka po dilatácii krčka matrice na 4 cm. U prvoroďičky 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 mozgovo-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.

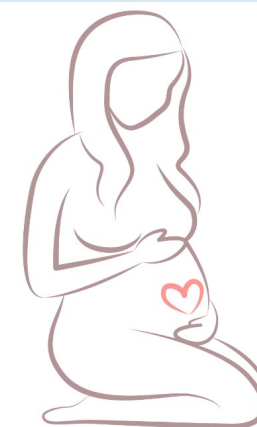
Aj naša nemocnica ponúka psychoprofylaktickú prípravu zloženú zo 6 kurzov, kde sa snažíme sprostredkovať čo najrozumiteľnejšou formou informácie a praktické rady ohľadne jedinečnej životnej situácie, ktorou je pôrod Vášho dieťaťa. Okrem pôrodu sú medzi témami rozoberané aj popôrodné obdobie, starostlivosť 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](http://www.lubovnianskanemocnica.sk)

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

