



مستشفى المواسة الجديد  
NEW MOWASAT HOSPITAL

كل ما تحتاج معرفته عن

# علاج الألم أثناء الولادة والمخاض

للاستفسار وحجز المواعيد

يرجى الإتصال 182 6666



نرعى الأجيال  
CARING FOR GENERATIONS

(965) 182 6666

@newmowasathospital

new mowasat hospital

www.newmowasat.com

(965) 5082 6666

@nmowasat

new mowasat hospital

Download on the  
AppStore

Download from  
Google play

myMowasat

## علاج الألم أثناء الولادة والمخاض

- من الوسائل الغير طبية التي تساعد في تخفيف الألم هي الاسترخاء والتنفس والمشي والعلاج بالماء والترفيه
- الأشياء التي تخفف الألم الطبية مثل المسكنات، مستنشقات التخدير الموضعي أو العام أو إحضار (تحجيم) فوق الجافية تخدير قطنية
- هناك أنواع كثيرة من مسكنات الألم يمكن أن تعطي للحامل أثناء المخاض. أن اختيارات مسكنات الألم ستوقف على مراحل مخاض الحامل. ما هي أنواع علاج الألم التي ستفضلها وكذلك صحتك والحالة الصحية للجنين

## الطرق الغير طبية لتسكين الألم

- محاولة الاسترخاء
- استخدم عدة أساليب للتنفس للمساعدة على الاسترخاء
- القيام بإصدار بعض الأصوات مثل الأناشيد والدندونات وانين عند الشعور لرغبتها في القيام بذلك
- اقتناص ميزة الجاذبية في دفع الطفل حاولي الوقوف أو ألتكاء على الزوج أو الجلوس والالتكاء على المقعد أو الركوع على الأربع أطراف لديك أو المشي ببطء أو الاسترخاء أثناء الاستحمام
- محاولة المشي عن حدوث انقباضات في الرحم
- التآرجح والاهتزاز والرقص وذلك للحصول على حوض مرن
- استخدام العلاج بالماء وذلك بالجلوس في الجاكوزي أو البانيو (المغطس) أو الاستحمام
- قيام الزوج أو صديقة بعمل تدليك



• التبول بشكل متكرر

• القيام بالتسلية بالاستماع إلى الموسيقى أو التلفاز أو التأمل

**يمكن أيضا لكلا من الزوج والأحباء المساعدة في تخفيف الألم عن الطريق القيام بالتالي:**

• القيام بطمأنة المرأة الحامل بالكلام المليء بالحب ومساعدتها للقيام بحركات هادئة وبطيئة

• القيام بتسليكك

• القيام بالتدليك عند طلب الحامل لذلك

## المسكنات

تستخدم المسكنات بشكل عام لتسكين الألم. وهذه الأدوية تعتبر مخدرة وتعطى في حالة التأكد من حدوث المخاض. إن عدد مختلف من المسكنات متوفر للاستخدام عند الولادة. هذه الأدوية تعطي عن طريق حقن الوريد أو عن طريق حقن العضل. أن العلاج بإعطاء المخدر في الوريد له اثر سريع وفعال في إزالة الألم وأفضل من الحقن بالعضل. لو أن مادة التخدير يتم إعطائها بالحقن فمن الأفضل أن تعطي على جرعات صغيرة بشكل متكرر أفضل من إعطاء جرعة كبيرة مرة واحدة. الجرعات الكبيرة من المخدر أو الجرعات التي تعطي للحامل بالقرب من وقت الولادة، يجعل الطفل ينام جداً لكي يرضع بعد الولادة مباشرة ويمكن أن يؤدي إلى مشاكل في التنفس خاصةً أول ساعات القليلة من الولادة. والآثار الجانبية على الأم تتغير بناء على درجة حساسية الأم إلى المواد المخدرة وربما يشمل ذلك غثيان وتقيؤ واكتئاب وانخفاض في ضغط الدم. المواد المخدرة



## المستنشقات

غاز اوكسيد نيتروس يستخدم أحيانا لتسكين الألم أثناء المخاض والولادة. والأكثر شيوعا أن أوكسيد نيتروس يتم خلطه مع أدوية عند الاحتياج إلى التخدير العام. إن اوكسيد النيتروس يوصى به خلال وضع كمادة الغاز. كل الغازات المستنشقة تعبر أو تدخل المشيمة و ربما تؤثر على الجنين

## التخدير الموضعي

إن التخدير الموضعي هو الحقن بمادة مخدرة في منطقة محددة من الجسم. عند الولادة يكون الشائع القيام بالتخدير الموضعي خلال عملية الولادة أو حتى بعد الولادة. وعند الحاجة إلى القيام بقطع الفرج. أحيانا يستخدم التخدير الموضعي كتخدير إضافي مع تخدير الاحصار العصبي. وفي بعض الحالات الشديدة النادرة يمكن أن يستخدم التخدير للولادة القيصرية في حالة عدم توافر أي نوع آخر من التخدير

### التخدير بالإحصار العصبي الموضعي (قطع جزء الإحساس في منطقة محدد)

الإحصار العصبي الموضعي هي حقن يتم لقطع جزء الإحساس في منطقة محدد من الجسم. إن الإحصار العصبي الموضعي يسمح للام أن تظل مستيقظة ومنتبها خلال فترة الولادة وحتى بعد ولادة المولود. أن الاحصار العصبي الموضعي يقوم بإيقاف التبول الضروي للام لذلك يتم عمل قسطرة وذلك للحاجة لعمل ذلك للتخلص من البول. أن أكثر الأنواع شيوعاً من التخدير الموضعي هو احصار العصب الفرجي والإحصار فوق الجافية واحصار عصب الحبل أشوكي

### التخدير بإحصار العصب الفرجي

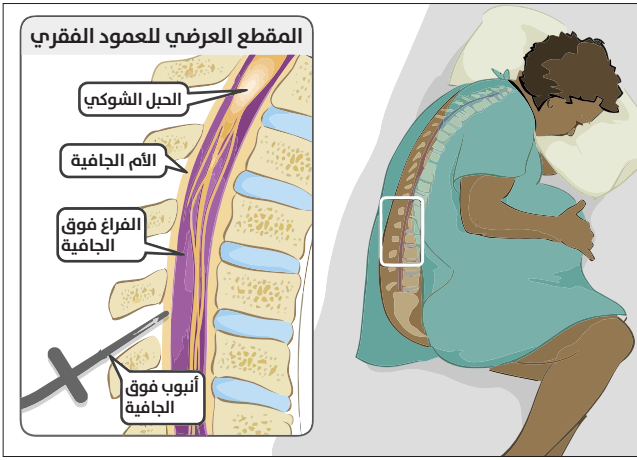
إحصار العصب الفرجي هو نوع آمن وبسيط من تسكين الألم في عملية الولادة. أن احصار العصب الفرجي يتم بإعطاء إبرة في جدار الرحم حيث إن هناك عصب يسمى العصب الفرجي. التخدير يكون من خلال الحقن بواسطة هذه الإبرة. أن إحصار العصب الفرجي يقل الألم ولكن لا ينهي على الألم كاملاً

### التخدير بإحصار فوق الجافية

أن إحصار فوق الجافية يقوم بتخدير المنطقة من أسفل الخصر ويمكن استخدامه في كلا من الولادة الطبيعية والولادة القيصرية. وفي التخدير بإحصار فوق الجافية يتم إدخال أنبوبة رفيع في المرأة من الظهر خاصة في المنطقة ما بين الحبل أشوكي والطبقة الخارجية. ويكون ذلك عندما تكون المرأة مستلقاها على إحدى جانبيها أو جالسة أو متكئة بميل على شيء

ما . وبمجرد وصول الأنبوبة إلى المكان المراد فيتم تفريغ مادة التخدير من خلال الأنبوبة في المساحة بين الحبل الشوكي والطبقة الخارجية من ظهر الأم ربما يتم تقليل أو إيقاف عملية الاحصار فوق الجافية بسبب أن المرأة تدفع . هذا التخدير يكون أفضل فاعلية في مرحلة المخاض

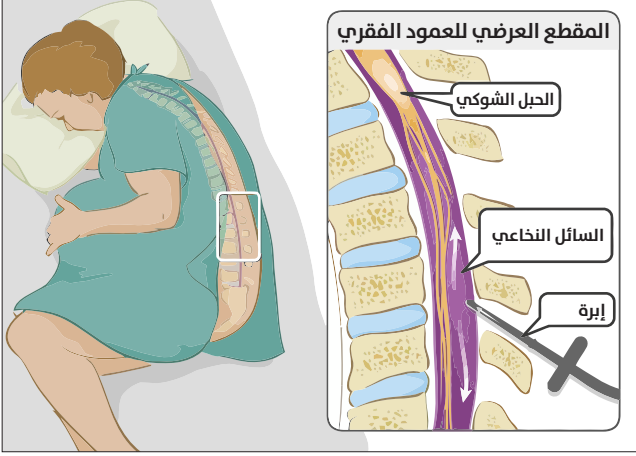
يتم إدخال إبرة بين فقرتين أسفل العمود الفقري. حيث يتم توصيل المخدر بواسطة هذه الإبرة المنطقة فوق الجافية. وهذه المنطقة هي بين الفقرات والأم الجافية وطبقة صلبة تغطي الحبل الشوكي مع إبقاء الأنبوبة في مكانها أثناء عملية المخاض. أن الدواء يتفاعل ببطء ولكنه مؤثر لفترة طويلة ويمكن أن يعطى بشكل مستمر عن الاحتياج



## التخدير بإحصار الحبل الشوكي

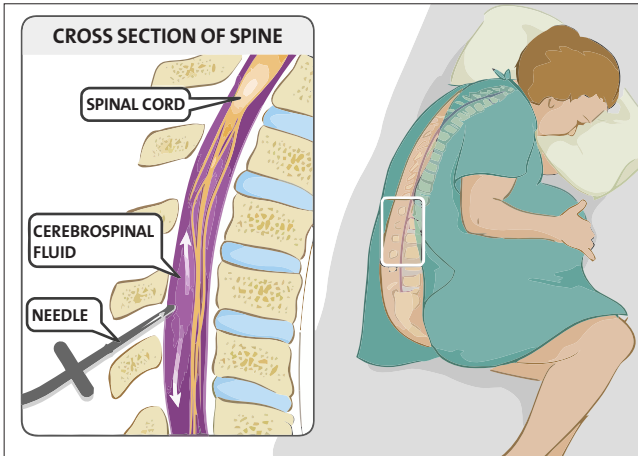
إن إحصار الحبل الشوكي يمكن أن يتم قبل العملية كمساعد في الولادة الطبيعية أو الولادة القيصرية. كمساعدة في الولادة الطبيعية يتم وضع ملقط اللازمة لتسهيل والتوسيع لإخراج الطفل من قناة الولادة. إحصار الحبل الشوكي من الأسفل يمكن أن يستخدم لإحساس كليا تحت منطقة الخصر للام . عندما يمتد عنق الرحم كاملاً عندها يكون الطفل جاهز للخروج من الرحم . وبالنسبة لعملية الولادة القيصرية يتم إعطاء جرعة التخدير في إحصار الحبل الشوكي وتكون أكبر من الجرعة التي تستخدم في الولادة الطبيعية

أن عملية إحصار الحبل الشوكي تتم عن طريق الحقن بجرعة واحدة في جزء من الحبل الشوكي . تكون الأم بالاستلقاء على إحدى جانبيها على أن يكون ظهرها (مقوس) منحني للإمام وكذلك تكون الرقبة والركبتين منطويين استعداداً لحقن المخدر. أن مفعول التخدير والتسكين لإحصار الحبل الشوكي يبدأ بمجرد الحقن، ويستمر لمدة ساعة إلى ساعة ونصف الساعة بعد الحقن. أن التخدير بإحصار الحبل الشوكي فعال جداً في احصار الألم



يتم إدخال إبرة صغيرة بين الفقرتين أسفل الحبل الشوكي. وهذه النقطة تكون أسفل وبنهاية الحبل الشوكي. إن أنبوبة توصيل مادة التخدير في السوائل الموجودة حول الحبل الشوكي، إن الدواء سرعان ما يؤثر.

إن التخدير في إحصار الحبل الشوكي يمكن أن تؤدي إلى انخفاض في ضغط الدم وإحصار كبير في الحبل الشوكي. والمضاعفات الأخرى تشمل الصداع ومشاكل المثانة بعد الولادة وارتفاع في ضغط الدم

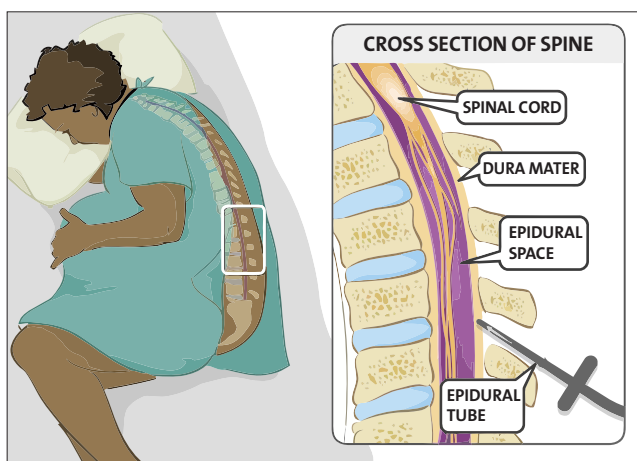


This is below the point where the spinal cord ends. The tube delivers anesthesia medication into the fluid that is around the spinal cord. The medication quickly takes effect.

Like epidurals, spinal blocks can lead to low blood pressure and high spinal block. Other possible complications include headache, bladder problems after delivery, and high blood pressure

lying on her side or sitting up and leaning against something. Once the tube is in place, anaesthesia medication is delivered through the tube into the space in the woman's back. Sometimes the epidural medication may be reduced or stopped when the woman needs to push, to make that stage of labour more effective

A small needle is inserted between two vertebrae in the lower spine. The tube delivers anaesthesia medication into the epidural space. This epidural space is between the vertebrae and the dura mater, a tough outer covering of the spinal cord. The tube stays in place during labour. The medication slowly takes effect, but it is long acting and it can be given continuously or as needed



### Spinal blocks

A spinal block can be given right before an assisted vaginal delivery or caesarean section. In an assisted vaginal delivery, forceps or vacuum extraction is needed to ease the baby out of the birth canal. A low spinal block can be used to completely block sensation under the waist, when the cervix is fully dilated and the baby is ready to be delivered. For caesarean section, the dose of anaesthetic given in a spinal block is higher than that for an assisted vaginal delivery.

The spinal block is injected in one single dose into a part of the spinal column. The mother lies on her side with her back arched and her neck and knees flexed in order to receive the injection. The pain-relieving effects of a spinal block are almost instant, and they last for about an hour to an hour and a half after the injection. Spinal block anaesthesia is very effective at completely blocking pain.

A small needle is inserted between two vertebrae in the lower spine.



## **Inhalants**

Nitrous oxide is a gas that is sometimes used to provide pain relief during labour and delivery. More commonly, nitrous oxide is provided in combination with other medications when general anaesthesia needs to be given. Nitrous oxide is administered through the use of a gas mask. All inhaled gases cross the placenta and may affect the unborn baby

## **Local anaesthesia**

Local anaesthesia is an injection of anaesthetic into a particular region of the body. In childbirth, local anaesthesia is most commonly used during or after delivery when an episiotomy needs to be performed. Sometimes local anaesthesia is used to supplement a regional block. In some extremely rare cases, local anaesthesia might be used for caesarean section if no other anaesthesia support is available

## **Regional nerve blocks**

Regional nerve blocks are injected to cut off sensation in a particular part of the body. Regional blocks allow the mother to remain awake and alert during the birth and after the baby is born. Regional blocks can stop the woman's urge to urinate, so a catheter is sometimes needed to drain urine. The most common types of regional anaesthesia are pudendal blocks, epidural blocks, and spinal blocks

## **Pudendal blocks**

Pudendal blocks are a safe and simple type of pain relief in childbirth. In a pudendal block, a long needle is inserted into the vaginal wall, where there is a nerve called the pudendal nerve. Anaesthetic is injected through this needle. Pudendal blocks reduce pain but do not eliminate it entirely

## **Epidural blocks**

Epidural blocks numb the area from the waist down, and can be used in both vaginal and caesarean deliveries. In an epidural, a fine tube is inserted into the woman's back, specifically into a space between the spinal cord and its outer membrane. This is done when the woman is

- Urinate frequently
- Distract yourself with music, television, or meditation

**Your partner and loved ones can also help you to deal with the pain by doing the following:**

- reassuring you with loving words and slow, steady movements
- offering praise, not criticism
- trying to distract you
- giving you a massage if you want it

## **Analgesics**

Analgesics are commonly used pain relievers. These drugs, often narcotics, are given when labour is well established. A number of different analgesics are available for use in childbirth. These drugs are commonly given intravenously or as an injection into the muscle. The intravenous administration provides pain relief faster than the intramuscular injection. If a narcotic is provided as an injection, it is better to have frequent injections of small doses, rather than one injection with a large dose. Large doses of a narcotic, or doses that are given too close to the time of delivery, can make the baby too sleepy to suck after they are born, and can also lead to breathing problems especially during the first few hours of life. Side effects for the mother vary depending on how sensitive they are to the drug, and may include nausea, vomiting, depression, and low blood pressure. Narcotics do not appear to prolong labour



## ***Pain management in labour and delivery***

- Non-medical pain relief includes relaxation, breathing, walking, water therapy, and distraction.
- Medical pain relief includes analgesics, inhalants, local or general anaesthesia, epidural blocks and spinal blocks.

There are many different types of pain relief that can be given during labor. Your choices for pain relief will depend on what stage of labour you are in, what types of pain management you prefer, your health, and the condition of your unborn baby.

## ***Non-medical ways of relieving pain***

- Try to relax
- Use breathing patterns to help relaxation
- Make releasing noises like chants, hums, and moans when you feel the need to
- Take advantage of gravity to help push the baby along: try standing and leaning against your partner, sitting and leaning over a chair, kneeling on all fours, walking slowly, or relaxing in the shower
- Try to walk in between contractions
- Sway, rock, and dance to keep your pelvis mobile
- Consider water therapy: soak in the jacuzzi, bathtub, or shower
- Have your partner or a friend give you a massage





مستشفى المواساة الجديد  
NEW MOWASAT HOSPITAL

Everything you need to know about

## PAIN MANAGEMENT IN LABOUR AND DELIVERY

**For Appointment**

Please call **182 6666**



نرعى الأجيال  
CARING FOR GENERATIONS



(965) 182 6666

@newmowasathospital

new mowasat hospital

www.newmowasat.com

(965) 5082 6666

@nmowasat

new mowasat hospital

Download on the  
App Store

Download from  
Google play

myMowasat