



روشهای کاهش درد زایمان

گروه هدف: مادران باردار



موسیقی

با مکانیسم های مختلف و کاهش هیجانات و ترس می تواند سبب کاهش درد شود و در حیطه های مختلف پزشکی جهت کاهش درد بکار می رود.



منبع:

1. Ajori L, Nazari L, Marefat Sh, Amiri Z. Effect of music on pain and duration of labor. J. Journal of shahid sadoughi university sciences 2012;20(5): 555-61
2. Simavhi S, Kaygusuz I, Gumus I, Usluogullari B, Yildirim M, Kafali H. Effect of music therapy during vaginal delivery on postpartum pain relief and mental health. J Affect Disord 2014 ; 156: 194-9.

تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار مرکز
با تایید دکتر یآوری (متخصص زنان و زایمان)
بازبینی بهار ۱۴۰۴

TENS

تحریک الکتریکی اعصاب از طریق پوست می باشد که بطور شایع در کاهش دردهای حاد و مزمن کاربرد دارد و در برخی از مراکز جهت کاهش درد زایمان بکار می رود. TENS روشی بی خطر و بدون ایجاد عوارض مادری و جنینی می باشد.



گاز انتونوکس

مخلوط اکسیژن و نیتروس اکساید می باشد که بصورت استنشاقی در برخی از کشورها جهت کاهش درد زایمان بکار می رود و اثر بی دردی آن از سالها قبل ثابت شده است و بعلت دفع بسیار سریع از ریه جنین کاربرد آن در حاملگی کاملاً بی خطر می باشد.



در فاز فعال زایمان که انقباضات منظم و متوالی رحمی ایجاد می شود ، احساس درد افزایش می یابد.

روش های مختلف دارویی و غیر دارویی جهت کاهش درد زایمان بکار می روند. داروهای مخدر و روشهای بی دردی منطقه ای و موضعی دارای برخی عوارض جانبی روی مادر و جنین می باشند که مصرف آنها را محدود می نماید.

