

# 在分娩中减轻疼痛：如何比较选择？



药物的方法	安桃乐 (笑气止痛)	杜冷丁或 海洛因注射	静脉自控镇痛 (PCIA)	无痛分娩或 腰部硬膜外联合 (CSE)
它是什么	一氧化碳和氧气的混合体。	注射杜冷丁或海洛因在你胳膊或腿上的肌肉里	在手上打少量的芬太尼或瑞芬太尼点滴。	在你的背上通过一个细管使用局部麻醉和止痛药来麻醉你的神经。不建议在分娩前期或后期使用。
你如何使用？	通过面罩吸入或使用带有阀门的吹嘴。	注射到你的胳膊或腿上	每次感到镇痛时按下按钮给自己一剂药。	在管子插入后以蜷缩的姿势坐 5 到 10 分钟。
可以减轻多少疼痛？	适度的帮助。	往往是轻度的。也许会减轻焦虑。	疼痛的减轻是不同的。有的人也同时需要使用安桃乐。	通常效果非常好。十分之一的可能性效果不好需要重做。
需要多久开始起效？	立即。	五分钟准备注射，30 分钟后起效。效果会持续几个小时。	10 到 15 分钟准备，几分钟后开始起效。	需要 20 分钟准备。 20 分钟无痛分娩开始起效(CSE 将会比这个起效快但你需要在脊髓上注射)。
有额外的程序吗？	没有。	没有。	你会打上点滴。 你也许需要连接一个监控来观察孩子的心跳。检测你的氧气水平。你也许需要更多氧气。	你会打上点滴。 你也许需要导尿管。 你也许需要连接一个监控来观察孩子的心跳。
对孩子有影响吗？	没有。	也许会导致呼吸缓慢。也许会嗜睡并且一开始喂奶会比较困难。	刚开始也许会减缓呼吸。	你的血压也许会降低，如果不及治疗会影响你孩子的心跳。
对母体有副作用吗？	一些呕吐感。 感觉精神恍惚 感觉累和口干。	感觉瞌睡或不舒服。 延迟消化的速度你会感到饱腹感。也许会减缓你的呼吸。	感到瞌睡或不舒服。 呼吸缓慢 – 如果此药使你太瞌睡你需要停止使用。 停止呼吸或心跳减速 (不常见)。	低血压是很常见。 小便困难。 严重头痛 (百分之一的女人)。 体温升高。 神经暂时受伤 (千分之一的女人)。 永久性神经受伤 (一万三千分之一的女人)。 严重并发症 (二十五万分之一的女人)。
对分娩的影响？	没有。	没有。	也许会增加使用产钳的机率。	会出现用力困难。 也许会增加使用产钳的机率。

物理方法	水池	经皮电刺激	另类疗法
它是什么？	在产池或浴缸放入热水。	通过一个垫子在你背上通过温和的电流。	针灸, 压指疗法或催眠疗法。
你如何使用？	分娩时躺在水里直到孩子出生。	在当下你按一个按钮来控制强度。	你在生产时需要安排一个治疗师陪在身边。
可以减轻多少疼痛？	或许能帮你放松和使镇痛不那么痛。	轻度的。刺痛感帮你减轻疼痛。在生产早期减轻背部疼痛。	或许能帮你放松和使镇痛不那么痛。
需要多久开始起效？	立即	五分钟放上垫子和准备好。	治疗师开始时就起效。
有额外的程序吗？	没有。	没有。	没有。
对孩子有影响吗？	呼吸问题和在水中的感染。（不常见）	没有。	没有。
对母体有副作用吗？	没有。	没有。	没有。
对分娩的影响？	没有。	没有。	没有。

宣传单由产科麻醉师协会发行 (OAA), 21 Portland Place, London, UK, W1B 1PY. 电话: +44 (0)20 7631 8883. 传真: +44 (0)20 7631 4352. 注册的非盈利机构号码1111382. 注册号码5540014 (英国)。发行日期: 05/10/14, 版本 4. 请同时查看以下网站<http://www.labourpains.com> 又OAA管理并包含对孕妇有用的信息, 包括减轻分娩疼痛的更多信息。

我们非常感谢慈善无国界翻译员提供的翻译

