



INFORMÁCIE PRE PACIENTA

PÔRODNÁ EPIDURÁLNA ANALGÉZIA (PEDA)

Tlmenie pôrodných bolestí pomocou epidurálneho katétra

ČO JE TO PEDA?

Pôrodná epidurálna analgézia (ďalej "PEDA") je jeden zo spôsobov tlmenia bolestí pri pôrode, pri ktorej sa podávajú lieky tlmiace bolesť do okolia nervových zakončení v drienkovej chrbtici cez tenkú hadičku. Táto služba v Pôrodnici Bory je bezplatná a dostupná 24 hodín denne.

PÔRODNÁ EPIDURÁLNA ANALGÉZIA V NEMOCNICI BORY

PREČO TO MÔŽE BYŤ DOBRÉ PRE PÔROD?

Epidurálna analgézia = "epidurálka" je veľmi účinná a spoľahlivá metóda tíšenia bolestivých vnemov pri pôrode. **Viac ako 90 percent žien udáva včasnú dostatočnú úľavu a uvoľnenie.** Priaznivo ovplyvňuje aj priebeh rizikových pôrodov, akými sú predčasný pôrod, pôrod koncom panvovým, pôrod u žien s vysokým krvným tlakom.

- » **Spôsobí otupenie vnímania sťahov maternice,** kontrakcie – sťahy maternice prebiehajú naďalej, len už nie sú pre rodičku nepríjemné.
- » **Oddiaľuje vyčerpanosť a zvyšuje komfort pri pôrode.**

V prípade nutnosti je možné podaním vyššej dávky liekov do hadičky v chrbte spôsobiť dočasnú úplnú necitlivosť a umožniť tak vykonať cisársky rez, inštrumentálny pôrod (vákuumextraktor, pôrodnické kliešte) alebo ošetrovanie pôrodných poranení bez použitia celkovej anestézie (bez rizika spojeného s uspávaním).

PRE KOHO JE PEDA VHODNÁ?

Vo všeobecnosti sa PEDA odporúča pri nedostatočnej účinnosti iných možností tíšenia bolesti. Sú však situácie, keď **použitie tejto metódy u rodičky nie je vhodné alebo je príliš rizikové:**

- » alergia na lokálne anestetiká,
- » poruchy krvného zrážania,
- » závažná infekcia alebo krvácanie.

Zdravotnú spôsobilosť na PEDA u každej rodičky v Pôrodnici Bory posúdi pôrodník a anesteziológ.

Prosíme budúce mamičky, aby upozornili lekára, ak trpíte častým alebo nadmerným krvácaním alebo krvácaním do svalov alebo kĺbov. Metódu môže skomplikovať alebo znemožniť aj výrazná deformácia chrbtice alebo nadmerná hmotnosť.

AKO SA PODÁVA PEDA?

V prípade, že sa rodička rozhodne pre epidurálku, **pôrodník podľa priebehu pôrodu a sily bolesti v spolupráci s anesteziológom určí čas,** kedy je najvhodnejšie epidurálku zaviesť. Môže to byť v ktorejkoľvek časti pôrodu, ale odporúčame včasné zavedenie, obzvlášť pri vyvolávanom (indukcia) alebo predčasnom pôrode.

Samotný výkon trvá približne 20 minút, po podaní dávky bude rodička v priebehu 10 až 15 minút cítiť úľavu od bolesti. Jednorazová dávka bude **účinkovať približne 40 minút až dve hodiny.**

Ak to zdravotný stav rodičky a pôrodnický nález umožní, rodička bude môcť voľne chodiť v priestoroch pôrodnice alebo napríklad aj sedieť na fit lopte.

Je veľmi dôležité **pôrodnej asistentke ihneď nahlásiť opätovný nástup bolesti** (akonáhle sa začnú zosilňovať kontrakcie), aby ďalšia dávka včas a dostatočne zaúčinkovala.

Pri bežnom pôrode u prvorodičky sa zvyčajne použije približne päť dávok.

AKO SA ZAVÁDZA EPIDURÁLNY KATÉTER – HADIČKA?

- 1** Epidurálna hadička (katéter) **sa zavádza do driekovej časti chrbtice v polohe na ľavom boku,** prípadne v sede v čase medzi kontrakciami.
- 2** Pre uľahčenie zavedenia je dôležité, aby rodička mala ramená spustené, chrbát okrúhly a hlavu tlačila smerom ku kolenám, aby sa kosti v chrbtici čo najviac oddialili.
- 3** Po umytí kože chrbta dezinfekčným roztokom podá anesteziológ miestne znecitlivenie ("lokálku"), čo môže rodička pocítiť ako malé štipnutie.
- 4** Následne špeciálnou ihlou vyhledá správny priestor v chrbtici, pričom môže rodička pociťovať mierny tlak.
- 5** Cez ihlu bude zavedený katéter (tenká plastová hadička), niekedy môže byť zavedenie spojené s krátkym "poprhléním". Spolupráca rodičky, ako napríklad vydržať bez pohybu počas zavádzania ihly, je veľmi dôležitá pre bezpečnosť zavedenia.
- 6** Hadička sa následne prilepí o kožu. Keďže k nej nie je pevne pripevnená, prosíme rodičky o zvýšenú opatrnosť pri pohybe po posteli.



AKÁ JE ÚČINNOSŤ PEDA?

Vo všeobecnosti ide o veľmi účinnú metódu s minimálnym účinkom na plod alebo na priebeh pôrodu. Rodička však niekedy môže napriek správne zavedeniu pocíťovať bolesť v spodnej časti v dôsledku slabšieho rozšírenia liekov v oblasti chrbtice.

Niekedy je tlmenie bolesti menej účinné na jednej strane tela. Samotná metóda, žiaľ, nevie garantovať stopercentnú účinnosť u všetkých žien v každom okamihu pôrodu. Účinné potlačenie bolesti musí byť vyvážené rizikami vedľajších účinkov. Realistické očakávania pre intenzitu bolesti (na stupnici 0=žiadna bolesť a 10=najhoršia predstaviteľná bolesť) **sú 0 až 2 pre prvú dobu pôrodnú a 0 až 5 pre druhú dobu pôrodnú (fáza aktívneho tlačenia).**

AKÉ SÚ VEDĽAJŠIE ÚČINKY PRI PEDA?

Každá medicínska metóda prináša okrem prínosu aj vedľajšie účinky a riziká možných komplikácií. Vo všeobecnosti **ide o veľmi bezpečnú metódu so zanedbateľným rizikom závažných komplikácií**, ale napriek tomu je dôležité, aby s nimi bola každá rodička dostatočne oboznámená.

OVPLYVNENIE PRIEBEHU PÔRODU

Na základe súčasných medicínskych poznatkov vieme, že použitie PEDA môže mierne skrátiť prvú dobu pôrodnú, na druhú dobu pôrodnú má minimálny vplyv. Na priebeh pôrodu, ako aj prípadnú nutnosť cisárskeho rezu alebo inštrumentálneho pôrodu (vákuumextrakcia, pôrodnice kliešte), vplyva mnoho faktorov.

V súčasnosti máme dostatok spoľahlivých údajov a vedeckých poznatkov, aby sme mohli tvrdiť, že použitie PEDA v dávkovaní používanom v Pôrodnici Bory **nezvyšuje riziko inštrumentálneho pôrodu ani cisárskeho rezu.**

OVPLYVNENIE PLODU A DIEŤAŤA

V súčasnosti máme dostatok poznatkov na tvrdenie, že **použitie epidurálnej liečby bolesti je pre dieťa bezpečné, nemá vplyv na stav dieťaťa pri pôrode** ani na včasnú adaptáciu po pôrode. Niektorí odborníci tvrdia, že odstránenie bolesti a stresu ženy môže mať dokonca priaznivý vplyv na dieťa.

Stíšenie bolesti môže niekedy spôsobiť nezávažnú, prechodnú odchýlku pulzov plodu alebo zmenu reaktivity a napätia maternice, ktoré ak nie sú spôsobené inou príčinou, nemajú žiadne ďalšie následky. Nekomplikovaná PEDA tiež neovplyvní kontakt s Vaším dieťaťom ani dojčenie.

PRECHODNÁ ZMENA CITLIVOSTI A SILY NÔH

Aby sme rodičke poskytli čo najväčšiu mobilitu a voľnosť, používame dávky, ktoré veľmi málo ovplyvňujú svalovú silu a citlivosť. Napriek tomu je možné, že rodičky môžu cítiť zmenu citlivosti nôh, slabosť, teplo, trpnutie, oťaženie, prípadne aj zmenu pohyblivosti nôh.

Takmer vždy **ide o prechodný stav** a v krátkom čase bude rodička opäť schopná normálnej chôdze. Ide skôr o nepríjemný ako škodlivý vedľajší účinok. Prosíme však budúcu mamičku, aby o tom informovala svoju pôrodnú asistentku. Pre bezpečnosť rodičky je tiež **dôležité, aby mala počas pôrodu s epidurálnou analgéziou pri vstávaní a chôdzi stále pri sebe sprievodnú osobu** (partner, dula, pôrodná asistentka a pod.)

POKLES KRVNÉHO TLAKU

Podanie epidurálnej dávky spôsobuje tiež uvoľnenie napätia ciev, čo má niekedy za následok pokles krvného tlaku (riziko cca jedna k 50). Rodička ho môže pociťovať ako nevoľnosť alebo závrat.

Počas celého pôrodu s epidurálnou analgéziou bude mať rodička preto zavedenú plastovú hadičku v žile na ruke (kanyla), do ktorej je možné podať infúzie, prípadne lieky na zvýšenie krvného tlaku, ktoré sú bezpečné pre rodičku aj dieťa. Pre bezpečnosť rodičky bude pôrodná asistentka pravidelne rodičke kontrolovať krvný tlak.

TRIAŠKA, NEVOLNOSŤ A ZVRACANIE

Vyskytujú sa počas pôrodu bez PEDA aj pri používaní PEDA, nie sú časté a ak sú nepríjemné, sú veľmi dobre ovplyvniteľné liekmi.

SVRBENIE

Spôsobené je pomocnými látkami používanými pri epidurálnej liečbe bolesti (opioidy). Ak by bolo závažné, je dobre ovplyvniteľné liekmi.

AKÉ SÚ MOŽNÉ KOMPLIKÁCIE PEDA?

Náhodné prepichnutie tvrdej pleny (punkcia dura mater).

V tomto prípade ihla pri zavádzaní prepichne obal chrbticového kanála (tvrdú plenu, resp. dura mater) najčastejšie v dôsledku odlišných anatomických pomerov chrbtice rodičky, riziko je približne jedna ku sto.

Spolupráca rodičky (vydržať bez pohybu počas zavádzania ihly) je veľmi dôležitá na zníženie rizika tejto komplikácie. Samotné prepichnutie nie je závažnou komplikáciou a bežne sa vykonáva pri niektorých operáciách a vyšetreniach. Môže však približne v polovici prípadov spôsobiť silné bolesti hlavy.

Pre tento typ bolesti je charakteristické, že vzniká na druhý deň a zhoršuje sa pri posadení alebo postavení sa. Takáto bolesť po niekoľkých dňoch samovoľne odznie, na zmiernenie príznakov sa používajú lieky tíšiace bolesť.

V závažnejších prípadoch a pri nedostatočnej účinnosti liekov je takáto bolesť liečiteľná podaním vlastnej krvi rodičky do oblasti chrbtice (tzv. "krvná zátka"). Tento liečebný postup je bezpečný a prináša rýchlu úľavu (v priebehu niekoľkých hodín) v cca 95-percentách prípadov. Výnimočne je nutné tento postup zopakovať.

BOLESTI CHRBTY

Počas tehotenstva a po pôrode sú bolesti chrbta pomerne časté. Závisia od mnohých faktorov – už počas posledného trimestra dochádza k zvýšenej záťaži driekovej chrbtice, pri každom spontánnom pôrode dochádza k uvoľneniu panvových kĺbov, dôležitý je tiež priebeh druhej doby pôrodnej.

Normálne je pociťovať pár dní mierne bolesti v mieste vpichu na chrbte.

V súčasnosti však na základe vedeckých dôkazov vieme potvrdiť, že podanie epidurálnej analgézie nemá vplyv na výskyt dlhodobých bolestí chrbta.

POŠKODENIE NERVOV A NERVOVÝCH ŠTRUKTÚR

Ihla pri "epidurálke" je umiestnená pod zakončením miechy, kde sa nachádzajú nervové korene, ktoré táto špeciálna tupá ihla ľahko odtlačí. Veľmi zriedkavo, najmä pri odlišných anatomických pomeroch, môže dôjsť k poraneniu nervu (riziko je cca jedna k 13-tisíc).

Pri zavádzaní PEDA môže dôjsť k zakrvácaniu do oblasti nervových štruktúr spojenému s ich útlakom (tzv. epidurálny hematóm). Prejavuje sa výraznými bolesťami chrbta a poruchami pohyblivosti a citlivosti dolných končatín. Táto komplikácia je extrémne zriedkavá (jedna k 170-tisíc), liečbou je okamžitá operácia chrbtice. Riziko ťažkého poškodenia nervových štruktúr s paralýzou je extrémne raritné, odhaduje sa na cca jedna k 250-tisíc.

NEŽIADUCE ÚČINKY POUŽITÝCH LIEKOV

Pri PEDA používame v Pôrodnici Bory lokálne anestetiká (levobupivakain) a opioidy (sufentanil). Pri náhodnom podaní lokálnych anestetík priamo do krvného obehu môže dôjsť aj k veľmi závažným prejavom, táto komplikácia je však raritná.

Pri používaní opioidov pri PEDA je popisované riziko útlmu dýchania. Pri dávkach, ktoré používame, je toto riziko raritné, napriek tomu však rodičky budú počas celého priebehu pôrodu dôkladne sledované našim personálom.





INFEKCIA

Závažné **infekčné komplikácie sú veľmi zriedkavé**, prejavujú sa zvýšenou teplotou, triaškou a bolesťami chrbta. Výskyt závažnejších infekčných komplikácií epidurálneho abscesu – napríklad hnisavého ložiska v oblasti nervových štruktúr – je veľmi vzácny, odhadovaný na cca jedna k 50-tisíc.

NÁHODNÁ VYSOKÁ BLOKÁDA

K tejto komplikácii dochádza pri náhodnom podaní liekov do nesprávneho priestoru v oblasti chrbtice. Prejavuje sa poruchami citlivosti hrudníka, prípadne aj sťaženým dýchaním.

Ide o raritnú komplikáciu, ktorej prejavy samovoľne odznejú, prechodne je niekedy nutné dýchanie kyslíka, výnimočne aj prechodné dýchanie pomocou dýchacieho prístroja.