

Písomné poučenie pred PEDA

(pôrodná epidurálna analgézia)

podrobne si prečítajte nasledujúce informácie

Čo je to PEDA?

Pôrodná epidurálna analgézia = "PEDA" (hovorovo "epidurálka") je jeden zo spôsobov tlmenia bolesti pri pôrode, pri ktorej sa lieky tlmiace bolesť podávajú do okolia nervových zakončení v driekovej chrbtici cez tenkú hadičku - epidurálny katéter. Služba je bezplatná a dostupná 24 hodín denne.

V čom môže byť PEDA dobrá pre môj pôrod?

PEDA je veľmi účinná a spoľahlivá metóda tlmenia pôrodných bolesti. Približne 90% žien udáva včasnú a dostatočnú úľavu. Spôsobí zmiernenie bolestivého vnímania kontrakcií (sťahov matrice), odďaľuje vyčerpanosť a zvyšuje komfort pri pôrode. Jednoducho povedané, kontrakcie prebiehajú naďalej, avšak ich prítomnosť vnímate menej intenzívne.

V prípade nutnosti je možné podaním vyššej dávky anestetika do epidurálneho katétra prehĺbiť jeho účinok a spôsobiť dočasne úplné znecitlivenie. Vďaka tomu je možné vykonať cisársky rez, inštrumentálny pôrod (použitie vákuum extraktora, pôrodných klieští) alebo ošetrenie pôrodných poranení bez nutnosti použitia celkovej anestézie.

Pre koho je PEDA vhodná?

Epidurálnu analgéziu je možné poskytnúť všetkým rodičkám, ktoré sa pre tento spôsob analgézie rozhodnú. Sú však určité situácie, pri ktorých sa PEDA nesmie poskytnúť. K takýmto situáciám patrí - alergia na lokálne anestetiká, poruchy krvnej zrážanlivosti, závažná infekcia a závažné krvácanie. V prípade, že Vám nebude možné epidurálnu analgéziu poskytnúť, budete o tom vopred informovaná anesteziológom.

Aký je spôsob podávania PEDA?

V prípade, že sa rozhodnete pre epidurálnu analgéziu, pôrodník podľa priebehu pôrodu a intenzity bolesti rozhodne, či a kedy je najvhodnejší čas na jej zavedenie. Samotné zavedenie trvá približne 20 minút. Po podaní dávky budete v priebehu 15 minút cítiť úľavu od bolesti. Dávka bude účinkovať približne 45 minút až 2 hodiny. Ďalšie dávky Vám budú podávané cez už zavedený katéter. Počet ďalších dávok je neobmedzený a je možné podávať ich v prípade bolesti aj po pôrode. Ak to Váš zdravotný stav a pôrodný nález umožní, budete môcť voľne pohybovať v priestoroch pôrodnice. Pre zabezpečenie včasného účinku ďalších dávok PEDA je dôležité okamžite upozorniť pôrodnú asistentku na opätovné stupňovanie bolesti.



Ako sa zavádza epidurálny katéter ?

Epidurálny katéter (hadička) sa zavádza do drierkovej časti chrbtice v bezpečnej vzdialenosti od miechy (nie do miechy!). Výkon je realizovaný vsede, prípadne na ľavom boku, v čase medzi kontrakciami. Pre uľahčenie zavedenia je dôležité aby ste mali ramená spustené, zaguľatený chrbát a hlavu tlačili smerom ku kolenám. Po vydezinfikovaní chrbta v mieste zavedenia Vám anesteziológ znecitliví kožu, čo môžete pocítiť ako malé štipnutie. Následne vyhladá špeciálnou ihlou správny priestor v chrbtici, cez ktorú zavedie katéter. Hadička sa sterilne prilepí o kožu tak aby sa pri pohybe nevytiahla.

Aká je účinnosť PEDA?

PEDA je účinná a bezpečná. Nie je však možné garantovať 100% účinnosť u všetkých žien v každom okamihu pôrodu. Úroveň bolesti sa môže meniť v závislosti od fázy pôrodu a od toho sa odvíja aj účinok epidurálnej analgézie. Preto niekedy dôjde k úplnému potlačeniu bolesti a niekedy spôsobí len zmiernenie vnímania bolestivosti kontrakcií.

Aký je vplyv PEDA na priebeh pôrodu?

Na priebeh pôrodu ako aj prípadnú nutnosť cisárskeho rezu alebo inštrumentálneho pôrodu (použitie vákuum extraktora, pôrodných klieští) vplýva mnoho faktorov. V súčasnosti máme dostatok spoľahlivých údajov a vedeckých poznatkov, aby sme mohli vyhlásiť, že použitie PEDA v dávkovaní používanom na našom pracovisku významnejším spôsobom neovplyvňuje priebeh pôrodu, nezvyšuje

riziko inštrumentálneho pôrodu ani cisárskeho rezu.

Aký je vplyv PEDA na plod / dieťa ?

V súčasnosti máme dostatok poznatkov na tvrdenie, že použitie PEDA 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. Zmiernenie bolesti môže v niektorých prípadoch spôsobiť dočasnú odchýlku pulzu plodu alebo zmenu aktivity a napätia maternice na kardiokografickom (CTG) zázname. Ak tieto príznaky nie sú spôsobené inými príčinami, nejde o ohrozenie Vášho dieťaťa. PEDA neovplyvňuje dojčenie ani popôrodný kontakt s Vaším dieťaťom.

Aké sú možné vedľajšie účinky pri PEDA ?

Každá medicínska metóda prináša okrem benefitu 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 ste s komplikáciami boli dostatočne oboznámená.

- **Prechodná zmena citlivosti a sily nôh**

Aby sme Vám poskytli čo najväčšiu pohyblivosť a voľnosť používame dávky, ktoré ovplyvňujú svalovú silu minimálne. Napriek tomu je možné, že ojedinele budete prechodne vnímať zmenu citlivosti nôh, slabosť, teplo, trpnutie, ťažobu nôh, prípadne aj zmenu pohyblivosti nôh. Takmer vždy ide o prechodný stav a v krátkom čase



budete opäť schopná normálnej chôdze. Pre Vašu bezpečnosť je však dôležité aby ste počas Vášho pôrodu s epidurálnou analgéziou pri vstávaní a chôdzi mali stále pri sebe sprievodnú osobu (partner, pôrodná asistentka, dula a pod.)

- **Pokles krvného tlaku**

Podanie epidurálnej dávky spôsobuje tiež uvoľnenie napätia ciev, čo má niekedy za následok pokles krvného tlaku (riziko cca 1:50). Môžete ho vnímať ako nevoľnosť alebo závrat. Preto budete mať počas celého pôrodu s epidurálnou analgéziou zavedenú plastovú hadičku v žile na ruke (kanylu), do ktorej je možné podať infúzie, prípadne lieky na zvýšenie krvného tlaku. Tieto sú bezpečné pre Vás aj pre Vaše dieťa. Pôrodná asistentka bude počas pôrodu pravidelne kontrolovať krvný tlak.

- **Triaška, nevoľnosť 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**

Môžu ho spôsobiť opioidy (lieky tlmiace bolesť) obsiahnuté v "epidurálke". Ak by došlo k intenzívnemu svrbeniu, vieme ho úspešne tmiť liekmi.

Aké sú možné komplikácie PEDA?

- **Náhodné prepichnutie tvrdej pleny (punkcia dura mater)**

Niekedy sa môže stať, že pri zavádzaní ihly dôjde k prepichnutiu obalu chrbticevého kanála. Tento obal sa volá tvrdá plena, *latinsky dura mater*. Stáva sa tak najčastejšie v dôsledku zhoršených

anatomických pomerov chrbtice rodičky (napr. obezita, skolióza, spondylóza). Riziko je približne 1:100. Vaša spolupráca (vydržať bez pohnutia počas zavádzania ihly) je preto veľmi dôležitá na zníženie rizika tejto komplikácie. Samotné prepichnutie nie je závažnou komplikáciou a bežne sa vykonáva pri niektorých operáciách a vyšetreniach (lumbálna punkcia, spinálna anestézia), môže však následne spôsobiť silné bolesti hlavy. Pre tento typ bolestí je charakteristické, že najčastejšie vznikajú na druhý deň a zhoršujú sa pri posadení alebo postavení. Takáto bolesť za niekoľko dní samovoľne odznie. Na zmiernenie príznakov sa používajú lieky tlmiace bolesť. V závažnejších prípadoch a pri nedostatočnej účinnosti liekov je takáto bolesť liečiteľná podaním Vašej vlastnej krvi do oblasti chrbtice, kde k prepichnutiu došlo. Tento liečebný postup je bezpečný a prináša rýchlu úľavu (v priebehu niekoľkých hodín), výnimočne je nutné tento postup zopakovať.

- **Bolesti chrbta**

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. V súčasnosti vieme potvrdiť na základe vedeckých dôkazov, že podanie epidurálnej analgérie nemá vplyv na výskyt dlhodobých bolestí chrbta. Čo môžete pociťovať a je to úplne normálne, sú mierne bolesti v mieste vpichu na chrbte počas niekoľkých dní.



- **Poškodenie nervov a nervových štruktúr**

Ihla pri PEDA je umiestnená pod zakončením miechy, teda v mieste kde sa miecha už nenachádza. Veľmi zriedkavo, najmä pri odlišných anatomických pomeroch, môže dôjsť k poraneniu nervov, ktoré z miechy odstupujú. Riziko je cca 1:13 000. Pri zavádzaní PEDA môže dôjsť k zakrvácaniu do oblasti nervových štruktúr čo môže viesť k ich útlaku (tzv. epidurálny hematóm). Prejavuje sa výraznými bolesťami chrbta a poruchami pohyblivosti a citlivosti dolných končatín. Táto komplikácia je extrémne zriedkavá (1:170 000), liečbou je okamžitá operácia chrbtice. Riziko ťažkého poškodenia nervových štruktúr s paralýzou je extrémne raritné, odhaduje sa na cca 1:250 000.

- **Nežiadúce účinky použitých liekov**

Pri PEDA v UNB Ružinov používame lokálne anestetiká (levobupivakaín) a opioidy (sufentanil) zriedené v rôznom pomere vo fyziologickom roztoku. Pri náhodnom podaní lokálnych anestetík priamo do krvného obehu môže vzácne dôjsť k závažným prejavom, táto komplikácia je však extrémne raritná. Pri používaní opioidov pri PEDA je popisované riziko útlmu dýchania. Pri dávkach, ktoré v UNB Ružinov používame je toto riziko raritné, napriek tomu však budete počas celého priebehu pôrodu dôkladne sledovaná personálom pôrodnice.

- **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. V takomto

prípade je niekedy nutné prechodné dýchanie kyslíka, výnimočne aj prechodné dýchanie pomocou dýchacieho prístroja

- **Infekcia**

Závažné infekčné komplikácie sú veľmi zriedkavé, prejavujú sa zvýšenou teplotou, triaškou a bolesťami chrbta. Výskyt závažnejších infekčných komplikácií, napríklad hnisavého ložiska v oblasti nervových štruktúr (epidurálneho abscesu) je veľmi vzácny. Odhaduje sa na 1:50 000. Preto sa anesteziológ pri každom epidurále oblieka do sterilného plášt'a a používa sterilné jednorázové náradie.

Anesteziológovia a pôrodné asistentky sú trénovaní na predchádzanie a včasné rozpoznanie jednotlivých komplikácií. Vy a Vaše dieťa budete v priebehu celého pôrodu sledovaní.

Záver:

Epidurálna analgézia je bezplatná 24 hodinová služba. V súčasnosti je to najefektívnejšia forma pôrodnej analgézie s účinnosťou okolo 90%. Odbornými spoločnosťami je považovaná za metódu bezpečnú pre matku aj dieťa. V prípade, že by ste mali akékoľvek otázky neváhajte sa nás opýtať, buď na anestetickvej ambulancii, alebo na telefónnom čísle na vašom odporúčanom liste, alebo kedykoľvek počas vášho pobytu v nemocnici.

Urobíme maximum preto aby Váš pôrod prebehol podľa Vašich predstáv.

Kolektív Kliniky anestéziológie a intenzívnej medicíny.