



ਦਰਦ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਅਤੇ ਜਨਮ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਦਾ ਆਮ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਦਰਦ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀਆਂ ਤਕਨੀਕਾਂ, ਆਰਾਮਦੇਹ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਸਣ ਬਦਲਣੇ, ਮਾਲਸ਼, ਨਿੱਘੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਸ਼ਾਵਰ ਲੈਣਾ ਅਤੇ ਕੋਚਿੰਗ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਦੌਰਾਨ ਵਰਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਬਹੁਤ ਸਖਤ ਹੋ ਜਾਣ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਘਟਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਗੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਕ ਖਾਸ ਗੈਸ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਨਟੈਨੈਂਕਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਨੂੰ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਲੈਣਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪੱਠੇ ਜਾਂ ਖੂਨ ਨਾੜੀ (ਆਈ ਵੀ) ਰਾਹੀਂ ਦਰਦ ਦੀ ਦਵਾਈ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਾਉਣਾ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਚੋਣਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਜਾਂ ਉਹ ਦਰਦ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਹੀਂ ਘਟਾਉਂਦੀਆਂ, ਤਾਂ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਜਾਂ ਕੰਬਾਈਨਡ ਸਪਾਈਨਲ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਦੇਣ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਕੀ ਹੈ?

ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਇਕ ਸੂਈ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਇਕ ਬਾਰੀਕ ਟਿਊਬ ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਕ ਦੀ ਨਾੜ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਤੋਂ ਆਰਾਮ ਦੀ ਦਵਾਈ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਦਵਾਈ ਤੁਹਾਡੀ ਕੁੱਖ ਜਾਂ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਅਤੇ ਜਨਮ ਰਾਹ ਤੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਨਸਾਂ ਨੂੰ ਸੁੰਨ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਦਰਦ ਦੀ ਰਾਹਤ 5 ਤੋਂ 10 ਮਿਨਟਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ 20 ਮਿਨਟਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁਕੰਮਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬਹੁਤੀ ਵਾਰੀ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਸਮੇਂ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਦਰਦ ਉੱਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਸਾਬਤ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰ (ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟਸ) ਅਤੇ ਸੰਭਾਵੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ

ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਆਮ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਉੱਤੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰ (ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟ) ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਦਰਦ ਘਟਾਉਣ ਦੇ ਫਾਇਦੇ ਇਹ ਵੰਗ ਵਰਤਣ ਦੇ ਖਤਰਿਆਂ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਾਰੀਆਂ ਡਾਕਟਰੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਦੇ ਕੁਝ ਖਤਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਦੌਰਾਨ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਵਰਤਣ ਦੇ ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰ ਜਾਂ ਖਤਰੇ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹਨ:

ਮਾਂ ਲਈ ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰ (ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟਸ)

- ਸਾਰੇ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਮੁਕੰਮਲ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, 10 ਫੀਸਦੀ ਦੇ ਕਰੀਬ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ “ਸੁੰਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ” ਅਤੇ ਕਈ ਸਿਰਫ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੱਧੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਸੁੰਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। 3 ਤੋਂ 5 ਫੀਸਦੀ ਦੇ ਕਰੀਬ ਨੂੰ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਬਦਲਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।
- ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਵਲੋਂ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਬਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਘੱਟ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ (ਐਨਿਸਥੀਜ਼ੀਓਲੋਜਿਸਟ) ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਦੇਖਣਗੇ।
- ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਠ ਉੱਤੇ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਉੱਤੇ ਤਕਲੀਫ ਅਤੇ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਸ ਹਿੱਸੇ ਦੁਆਲੇ ਨੀਲ ਪੈਣ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਛੇਤੀ ਹੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। 50 ਫੀਸਦੀ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਿੱਠ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਆਮ ਦਰਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਇਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ “ਪਿਸ਼ਾਬ” ਨਾ ਕਰ ਸਕੋ। ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਨਰਸ ਮਸਾਨੇ (ਬਲੈਡਰ) ਨੂੰ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਲਈ ਉਸ ਵਿੱਚ ਇਕ ਛੋਟੀ ਟਿਊਬ ਪਾਏਗੀ।

ਮਾਂ ਲਈ ਖਤਰੇ

- ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਵਾਰ, 100 ਵਿੱਚੋਂ 1 ਵਾਰ ਤੋਂ ਘੱਟ, ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਦੀ ਸੂਈ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੀ ਉਸ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਐਨਿਸਥੀਜ਼ੀਆ (ਸੁੰਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ) ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਇਕ ਜਾਂ ਦੋ ਦਿਨ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਰਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ “ਸਪਾਈਨਲ ਹੈਡੇਕ ਭਾਵ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੀ ਸਿਰਦਰਦ” ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।
- ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਵਾਰੀ, ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਦਵਾਈ ਤੋਂ ਅਲਰਜੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਲਰਜੀ ਪੱਫੜ ਵਰਗੇ ਇਕ ਛੋਟੇ ਜਿਹੇ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ

- ਅਲਰਜੀ ਦੇ ਇਕ ਵੱਡੇ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਤੱਕ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਵਾਰੀ, 10,000 ਪਿੱਛੇ 1 ਵਾਰ, ਕਿਸੇ ਨਸ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਇਹ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਨਸਾਂ ਦਾ ਲੰਮਾਂ ਸਮਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਰਹਿਣ ਦੇ ਕੁਝ ਕੇਸ, 85, 000 ਵਿੱਚੋਂ 1, ਹੋਏ ਹਨ। ਲਕਵਾ ਹੋਣ ਦੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮੌਕੇ ਹਨ, 500,000 ਵਿੱਚੋਂ 1, ਅਤੇ ਮੌਤ ਹੋਣ ਦੇ ਵੀ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮੌਕੇ (10 ਲੱਖ ਪਿੱਛੇ 1) ਹਨ।
- ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਵਾਰੀ, (200,000 ਵਿੱਚੋਂ 1 ਵਾਰ), ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਠ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗ ਅਤੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੀ ਨਾੜੀ ਦੀ ਤਹਿ ਦੁਆਲੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ (ਮੈਨਿੰਜਾਇਟਿਸ)।
- ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਸੀਜ਼ੇਰੀਅਨ ਨਾਲ ਬੱਚਾ ਜੰਮਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਨਹੀਂ ਵਧਾਉਂਦੀ।

ਬੱਚੇ ਲਈ ਖਤਰੇ

- ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਹਿਲੇ 30 ਮਿਨਟਾਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਨ ਘੱਟ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਘੱਟ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਨ ਵੀ ਨਾਰਮਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਪਹਿਲੇ 30 ਮਿਨਟਾਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਨ ਉੱਤੇ ਬਹੁਤ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਨਿਗ੍ਹਾ ਰੱਖਦੀ ਹੈ।
- ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਰੱਖੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਕਈ ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਬੀਮਾਰੀ ਕਰਕੇ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਖੂਨ ਦੇ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਬੁਖਾਰ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਕਾਰਨ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਉੱਪਰ ਬੁਖਾਰ ਦੇ ਅਸਰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਐਸੀਟਾਮਿਨੋਫੈਨ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਟਾਈਨੋਲ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।
- ਇਸ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਬਹੁਤ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਖਤਰਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕੰਟੈਕਟਸ਼ਨਾਂ (ਸੁੰਗੜਾਹਟਾਂ) ਘੱਟ ਵਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮੂਵ ਨਾ ਹੋ ਰਹੇ ਹੋਵੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਹੌਲੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਅਕਸਰ ਆਪਣਾ ਆਸਣ ਬਦਲਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ ਅਤੇ ਬੈੱਡ ਤੋਂ ਉੱਠਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦੇਵੇਗੀ। ਕਦੇ ਕਦੇ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ/ਦਾਈ ਨੂੰ ਕੰਟੈਕਟਸ਼ਨਾਂ (ਸੁੰਗੜਾਹਟਾਂ) ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਐਕਸੀਟੀਵਿਸਿਨ ਨਾਮੀ ਦਵਾਈ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ।
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਧੱਕਣਾ ਔਖਾ ਲੱਗੇ, ਇਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਦਵਾਈ ਦੀ ਹਲਕੀ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲ ਵੀ। ਬਹੁਤੀ ਵਾਰ ਅਜਿਹਾ ਤਾਂ ਹੋਵੇਗਾ ਜੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡਾ ਪਹਿਲਾ ਬੱਚਾ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਲਈ ਵੈਕਿਊਮ ਜਾਂ ਫੋਰਸੈਪਸ ਦੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੰਬਾਈਨਡ ਸਪਾਈਨਲ ਐਪੀਡਿਊਰਲ (ਸੀ ਐੱਸ ਈ) ਕੀ ਹੈ?

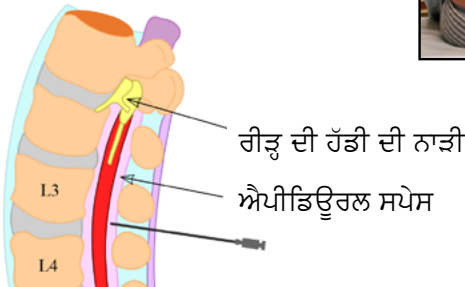
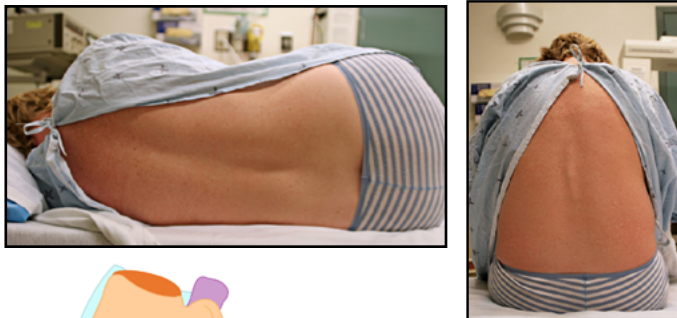
ਸੀ ਐੱਸ ਈ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਵਿੱਚ ਐਨਿਸਥੀਜ਼ੀਆ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਡਾਕਟਰ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਰਾਹੀਂ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਵਿੱਚ ਪਾਈ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਇਕ ਛੋਟੀ ਸੂਈ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਦ ਤੱਕ ਇਹ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਤਰਲ (ਸਪਾਈਨਲ ਫਲੂਇਡ) ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ ਅਤੇ ਫਿਰ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਤਰਲ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਅਸਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਬਹੁਤ ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਆਮ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਇਹ ਵਾਧੂ ਕਦਮ ਉਦੋਂ ਚੁੱਕਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਬਹੁਤ ਅਡਵਾਂਸ ਹੋਣ ਜਾਂ ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੇਆਰਾਮੀ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋਣ ਕਿਉਂਕਿ ਆਰਾਮ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪਿੱਠ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਦੀ ਦਰਦ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਬਿਹਤਰ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਨਾਲੀ ਲੱਗੀ ਰਹਿਣ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਹੋਰ ਦਵਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।

ਸੀ ਐੱਸ ਈ ਦੇ ਸਾਈਡ ਇੰਟੈਕਟ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਵਰਗੇ ਹੀ ਹਨ। ਪਰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਅਸਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਦੇਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਨ ਦੇ ਹੌਲੀ ਹੋਣ ਦੀ ਕਾਫੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਪਹਿਲੇ ਕੁਝ ਮਿਨਟਾਂ ਦੌਰਾਨ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਨ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਆਸਣ ਬਦਲ ਕੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਤਰਲ ਦੇ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਨ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਮ ਵਾਂਗ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸੀ ਐੱਸ ਈ ਹੋਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸੀ-ਸੈਕਸ਼ਨ ਨਾਲ ਹੋਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਨਹੀਂ ਵਧਣਗੇ।

ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

- ▶ ਐਨਿਸਥੀਜ਼ੀਓਲੋਜਿਸਟ ਨਾਂ ਦਾ ਇਕ ਡਾਕਟਰ ਐਪੀਡਿਊਰਲ/ਸੀ ਐੱਸ ਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਰੱਖਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਵਿੱਚ ਇਕ ਸੂਈ ਰਾਹੀਂ ਛੋਟੀ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਇਕ ਟਿਊਬ ਰੱਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਇਨਟਰਾਵੀਨਸ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।
- ▶ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕ ਪਾਸੇ ਨੂੰ ਲੰਮੇ ਪੈਣ ਜਾਂ ਬੈੱਡ ਦੇ ਸਿਰੇ ਉੱਤੇ ਬੈਠਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



ਐਨਿਸਥੀਜ਼ੀਓਲੋਜਿਸਟ

- ▶ ਹੱਡੀਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਥਾਂਵਾਂ ਦੇਖਣ ਲਈ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਮਸ਼ੀਨ ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਠ ਦਾ ਸਕੈਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਠ ਨੂੰ ਇਕ ਤਰਲ ਨਾਲ ਧੋ ਕੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਜਿਸ ਥਾਂ ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਠ ਵਿੱਚ ਟਿਊਬ ਪਾਈ ਜਾਣੀ ਹੈ, ਉਸ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਸ ਸੁਲਾਉਣ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਇਕ ਮੱਖੀ ਦੇ ਡੰਗ ਲੱਗਣ ਵਾਂਗ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਹੜਾ ਛੇਤੀ ਹੀ ਹੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਤੁਹਾਡੀ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੀ ਬਾਹਰੀ ਤਹਿ ਵਿੱਚ ਦੀ ਹੇਠਲੀ ਪਿੱਠ ਵਿੱਚ ਹੱਡੀਆਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦੀ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਸੂਈ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ “ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਸਪੇਸ” ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਅਜਿਹਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨਾਲ ਦਰਦ ਜਾਂ ਦਬਾਅ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਆਮ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਦੁੱਖ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ।
- ▶ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਐਨਿਸਥੀਜ਼ੀਓਲੋਜਿਸਟ, ਖੋਖਲੀ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਸੂਈ ਰਾਹੀਂ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਇਕ ਬਾਰੀਕ ਟਿਊਬ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਕੈਥੇਟਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਸਪੇਸ ਵਿੱਚ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸੀ ਐੱਸ ਈ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਐਨਿਸਥੀਜ਼ੀਓਲੋਜਿਸਟ, ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਸੂਈ ਰਾਹੀਂ ਛੋਟੀ ਸਪਾਈਨਲ

ਸੂਈ ਪਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਸਪੇਸ ਤੋਂ ਅਗਾਂਹ ਭੇਜੇਗਾ ਅਤੇ ਸਪਾਈਨਲ ਫਲੂਇਡ ਵਿਚ ਦਵਾਈ ਦੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਮਾਤਰਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਾਵੇਗਾ।

- ▶ ਸੂਈ (ਸੂਈਆਂ) ਨੂੰ ਕੱਢ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਿਰਫ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਦੀ ਟਿਊਬ ਉਸ ਥਾਂ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਠ ਨਾਲ ਟੇਪ ਨਾਲ ਲਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਨਾਲੀ ਰਾਹੀਂ ਦਰਦ ਤੋਂ ਆਰਾਮ ਦੀ ਦਵਾਈ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਾਉਂਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਐਨਿਸਥੀਜ਼ੀਓਲੋਜਿਸਟ ਵਲੋਂ ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ “ਪੇਸ਼ੈਂਟ-ਕੰਟਰੋਲਡ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਪੰਪ” ਲੱਗਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਲੋੜ ਮੁਤਾਬਕ ਹੋਰ ਦਵਾਈ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਔਰਤਾਂ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੁੰਨ ਹੋਣੇ ਬਿਨਾਂ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਲੈ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਐਪੀਡਿਊਰਲ/ਸੀ ਐੱਸ ਈ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਚੱਡਿਆਂ ਅਤੇ “ਪੁੰਨੀ” ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਸੁੰਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਨਿੱਘੀਆਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਝਰਨਾਹਟਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਥੋੜ੍ਹੀਆਂ ਜਿਹੀਆਂ ਭਾਰੀਆਂ ਲੱਗ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕੀ ਐਪੀਡਿਊਰਲ/ਸੀ ਐੱਸ ਈ ਮੈਨੂੰ ਤੁਰਨ ਦਿੰਦੇ ਹਨ?

ਬੀ ਸੀ ਵਿਮਨਜ਼ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਖੇ ਐਪੀਡਿਊਰਲ/ਸੀ ਐੱਸ ਈ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਦਵਾਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਹੋਣ ਦੇਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਥੋੜ੍ਹੀਆਂ ਜਿਹੀਆਂ ਸੁੰਨ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੌਖਿਆਂ ਹੀ ਹਿਲਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ:

- ▶ ਬੈੱਡ ਤੋਂ ਉੱਠ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ▶ ਬਾਥਰੂਮ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ▶ ਕੁਰਸੀ ਉੱਤੇ ਬੈਠ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ▶ ਆਪਣੇ ਲੋਬਰ-ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਤੁਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ▶ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਦੌਰਾਨ ਵੱਖ ਵੱਖ ਆਸਣ ਅਪਣਾਅ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ▶ ਜੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਯੂਨਿਟ ਦੁਆਲੇ ਤੁਰੋ।

ਐਪੀਡਿਊਰਲ/ਸੀ ਐੱਸ ਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਹਿਲੇ 30 ਮਿਨਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੈੱਡ ਉੱਪਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਫਿਰ ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ। ਪਹਿਲਾਂ ਸੇਫਟੀ ਲਈ ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਚੈੱਕ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਤੁਹਾਡਾ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਦੇਖੇਗੀ, ਲੱਤਾਂ ਦੀ ਤਾਕਤ ਦੇਖੇਗੀ ਅਤੇ ਇਹ ਚੈੱਕ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਪੈਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਖੱਕਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਬੈੱਡ ਤੋਂ ਉੱਠਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਤੁਰੋ, ਤਾਂ **ਹਰ ਵੇਲੇ** ਕਿਸੇ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਕਈ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਬਹੁਤ ਦਰਦ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਦਵਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ▶ ਤੁਸੀਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਕੀਤੇ ਟੈਸਟਾਂ ਉੱਤੇ ਪੂਰੇ ਨਹੀਂ ਉੱਤਰੇ।
- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦਿਆਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਦਾਈ ਨਾ ਤੁਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਤੁਰ ਨਾ ਸਕਦੇ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬੈੱਡ ਵਿੱਚ ਹਿਲਜੁਲ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਕਸਰ ਆਸਣ ਬਦਲਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।

ਮੈਂ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

- ▶ ਬੀ ਸੀ ਵਿਮਨਜ਼ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਐਨਿਸਥੀਜ਼ੀਆ ਦਾ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ - ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਨੂੰ ਐਨਿਸਥੀਜ਼ੀਓਲੋਜਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਪੁੱਛੋ।
- ▶ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ/ਦਾਈ।