BC WOMEN'S HOSPITAL+ HEALTH CENTRE
Provincial Health Services Authority

Information About Epidurals

ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਅਤੇ ਲੇਬਰ ਦਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸਾ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਰਦਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਕਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਘੱਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾ ਵਧਦੀਆਂ ਹਨ ਤੁਸੀਂ ਦਰਦ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਦਵਾਈ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਸੇਵਾ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਜਾਂ ਕੰਬਾਈਂਡ ਸਪਾਈਨਲ ਐਪੀਡਿਊਰਲ (CSE) ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਕੀ ਹੈ? What is an epidural?

ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਟਿਊਬ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਰ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚ ਲਗਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਸੂਤ ਦੀਆਂ ਦਰਦਾਂ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਦਰਦ ਘੱਟ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਡਾਕਟਰ (ਐਨਿਸਥੀਸੀਐਸਟ) ਇੱਕ ਸੂਈ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਇਹ ਟਿਊਬ ਫਿੱਟ ਕਰੇਗਾ। 5-10 ਮਿੰਟਾਂ ਅੰਦਰ ਦਰਦ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ 20-40 ਮਿੰਟਾਂ ਵਿਚ ਪੂਰੀ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਲੇਬਰ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਦਰਦਾਂ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲ਼ਈ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਫ਼ਾਇਦੇਮੰਦ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਦਰਦ ਜਾਂ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਬੰਦ ਨਹੀਂ ਰੋਕਦਾ ਖਾਸ ਕਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਲੇਬਰ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਹੋ। ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਤੁਹਾਡੀ ਲੇਬਰ ਸਮੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਖ਼ਤਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੇਬਰ ਰੂਮ ਵਿਚ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਲਈ ਕਦੀ ਵੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨਾ ਲੇਟ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਉਸ ਸਮੇਂ ਨਹੀਂ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਂ ਦਰਦਾਂ ਜਲਦੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੇ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋ ਚੁਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੁੱਝ ਮੈਡੀਕਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਸਪਾਈਨਾ ਬਾਈਫ਼ਿਦਾ, ਪਹਿਲਾਂ ਕਮਰ ਦਾ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਗਤਲਿਆਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ) ਹੋਣ। ਆਪਣੇ ਗਰਭ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਹੀ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਵਿਮਰਸ਼ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਹੜਾ ਦਰਦ ਨਿਵਾਰਕ ਵਿਕਲਪ ਠੀਕ ਹੋਵੇਗਾ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਭਾਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਰ ਦੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨੀਆਂ ਔਖੀਆਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਠੀਕ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਲਗਾਉਣ ਵਿਚ ਕਾਫ਼ੀ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਦੇ ਕੀ ਫ਼ਾਇਦੇ ਹਨ? What are the benefits of epidurals?

ਲੇਬਰ ਸਮੇਂ ਦਰਦ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਬਹੁਤ ਅਸਰਦਾਰ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਦਰਦ ਤੋਂ ਆਰਾਮ ਲਈ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਕਈ ਫ਼ਾਇਦੇ ਹਨ:

- ਦਰਦ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਆਰਾਮ: ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ 10-40 ਅੰਦਰ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ
- ਲੇਬਰ ਦੌਰਾਨ ਤੁਸੀਂ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਵੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਨਾਲ ਚੱਲ ਫਿਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਲੇਬਰ ਦੌਰਾਨ ਤੁਸੀਂ ਆਰਾਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਸਰਜਰੀ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੀਜ਼ੇਰੀਅਨ ਜਾਂ ਫ਼ੋਰਸੈਪ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਜਣੇਪੇ ਸਮੇਂ ਐਨਿਸਥੀਸੀਆ ਵੀ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ

ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵ ਜਾਂ ਖ਼ਤਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ?
What are the side effects and risks of epidurals for you?

ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਦੇ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਦੇ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਦਰਦ ਤੋਂ ਆਰਾਮ ਦੇ ਸੁੱਖ ਦੇ ਫ਼ਾਇਦੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹਨ। ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੀਜ਼ੇਰੀਅਨ ਜਣੇਪੇ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ। ਇਸ ਦੇ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਖ਼ਤਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹਨ। ।

ਸਾਂਝੇ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵ **Common Side Effects**	• ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਘਟਣਾ • ਕੰਬਣਾ • ਬੇਚੈਨੀ • ਬੁਖ਼ਾਰ • ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਕੁੱਝ ਨਿਸ਼ਾਨ • 5-10% ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਦੇ ਕੁੱਝ ਹਿੱਸਿਆਂ ਨੂੰ 'ਠੰਢਾ ਨਹੀਂ' ਕਰਦੇ, ਇਸ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਲਈ ਹੋਰ ਜਾਂ ਵੱਖਰੀ ਦਵਾਈ ਵਰਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ • ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਕੈਥੇਟਰ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ • ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ- ਓਕਸੀਟੋਸਿਨ- ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਖਿੱਚਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਲਈ ਹੈ
ਸਾਂਝੇ ਖ਼ਤਰੇ Common Risks **~1/20 ਤੋਂ 1/100**	• ਸਖ਼ਤ ਸਿਰ ਪੀੜ ਜੋ ਕਈ ਦਿਨ ਰਹੇ ਜਿਸ ਲਈ ਖ਼ਾਸ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ • 3-5% ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਲੇਬਰ ਦੌਰਾਨ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ • ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਸ਼ਾਇਦ ਸੀਜ਼ੇਰੀਅਨ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਲਈ ਕੰਮ ਨਾ ਆਵੇ ਅਤੇ ਜਨਰਲ ਐਨਿਸਥੀਸੀਆ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ
ਅਸਾਧਾਰਨ ਖ਼ਤਰੇ **Uncommon risks** **~1//1000 ਤੋਂ 1/10,000**	• ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਕੋਈ ਐਲਰਜਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ • ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਠੰਢਕ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਸਾਹ ਲੈਣ ਜਾਂ ਸੋਚਣ ਵਿਚ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ • ਤੰਤੂਆਂ ਨੂੰ ਅਸਥਾਈ ਨੁਕਸਾਨ: ਜਗ੍ਹਾ ਸੁੰਨ ਜਾਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਵਿਚ ਕਮਜ਼ੋਰੀ
ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਖ਼ਤਰੇ **Rare risks** **~1/10,000 ਤੋਂ 1/100,000**	• ਦਿਮਾਗ਼ ਜਾਂ ਰੀੜ੍ਹ ਦੁਆਲੇ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ (ਮੈਨਿੰਜਾਈਟਿਸ ਜਾਂ ਪਾਕ/ਪੀਕ): ਸੀ.ਐੱਸ.ਈ. (CSE) ਨਾਲ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ • ਤੰਤੂ ਨੂੰ ਮਾਮੂਲੀ ਜਿਹੀ ਸਥਾਈ ਨੁਕਸਾਨ
ਬਹੁਤ ਹੀ ਟਾਂਵੇਂ/ਵਿਰਲੇ ਖ਼ਤਰੇ **Extremely rare risks** **~1/100,000 ਤੋਂ 1/200,000**	• ਰੀੜ੍ਹ ਦੁਆਲੇ ਖ਼ੂਨ ਵਗਣਾ • ਅਧਰੰਗ/ਲਕਵਾ ਸਮੇਤ ਤੰਤੂਆਂ ਨੂੰ ਸਥਾਈ ਜ਼ਖ਼ਮ, • ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ: ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਰੁਕਾਵਟ, ਦਿਲ ਦੀ ਬੇਤਰਤੀਬੀ ਧੜਕਣ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਦਵਾਈ ਦਾ ਤੀਬਰ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ

ਲੇਬਰ ਸਮੇਂ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਦੇ ਬੱਚੇ ਤੇ ਕੀ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਖ਼ਤਰੇ ਹਨ?
What are the side effects and risks of labour epidural for your baby?

- ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਕਾਰਨ ਲੇਬਰ ਸਮੇਂ ਬੁਖ਼ਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਦੇ ਹਟਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪੇ ਉੱਤਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਤੇ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਤੇ ਬੁਖ਼ਾਰ ਦੇ ਅਸਰ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਸੀਟਾਮੀਨੋਫ਼ੇਨ (ਟੈਲੀਨੋਲ) ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।
- ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਹਿਲੇ 30 ਮਿੰਟਾਂ ਦੌਰਾਨ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਘਟ ਸਕਦੀ ਹੈ; ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਨੂੰ ਗ਼ੌਰ ਨਾਲ ਦੇਖੇਗੀ। ਸੀ.ਐੱਸ.ਈ. ਨਾਲ ਇਹ ਆਮ ਘਟਨਾ ਹੈ।
- ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਕਾਰਨ ਜ਼ੋਰ ਲਗਾਉਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਲਈ ਵੈਕਿਊਮ ਜਾਂ ਫੋਰਸੈਪ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੰਬਾਈਂਡ ਸਪਾਈਨਲ ਐਪੀਡਿਊਰਲ (ਸੀ.ਐੱਸ.ਈ.) ਕੀ ਹੈ?
What is a combined spinal epidural (CSE)?

ਕੰਬਾਈਂਡ ਸਪਾਈਨਲ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਟਿਊਬ ਰਾਹੀਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਰੀੜ੍ਹ ਰਾਹੀਂ ਐਨਿਸਥੀਸੀਆ ਦੇ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਐਨਿਸਥਿਆਲੋਜਿਸਟ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਸੂਈ ਵਿਚ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਸੂਈ ਨਾਲ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਦਵਾਈ ਸਪਾਈਨਲ ਤਰਲ ਵਿਚ ਮਿਲਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਲੇਬਰ ਦੇ ਅਖੀਰਲੇ ਸਮੇਂ ਜਦੋਂ ਦਰਦਾਂ ਬਹੁਤ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਇਹ ਤਰੀਕਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਫ਼ਾਇਦੇਮੰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਟਿਊਬ ਲੱਗੀ ਰਹਿਣ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਜੇ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੋਰ ਦਵਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਸੀ.ਐੱਸ.ਈ. ਸੀਜ਼ੇਰੀਅਨ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰ ਦੇ ਚਾਂਸ ਨਹੀਂ ਵਧਾਉਂਦਾ। ਸੀ.ਐੱਸ.ਈ. ਦਾ ਵਿਕਲਪ ਐਨਿਸਥਿਆਲੋਜਿਸਟ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕੰਬਾਈਂਡ ਸਪਾਈਨਲ ਐਪੀਡਿਊਰਲ (ਸੀ.ਐੱਸ.ਈ.) ਦੇ ਫ਼ਾਇਦੇ

- ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਨਾਲੋਂ ਜਲਦੀ ਅਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਦਰਦ ਤੋਂ 5 ਮਿੰਟਾਂ ਵਿਚ ਆਰਾਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ
- ਸੀ.ਐੱਸ.ਈ. ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਚੱਲ ਫਿਰ ਸਕੋਗੇ, ਸ਼ਾਇਦ ਪਹਿਲੇ 60 ਮਿੰਟ ਤੁਸੀਂ ਨਾ ਚੱਲ ਸਕੋ

ਕੰਬਾਈਂਡ ਸਪਾਈਨਲ ਐਪੀਡਿਊਰਲ (ਸੀ.ਐੱਸ.ਈ.) ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ

- ਇਸ ਨਾਲ ਖ਼ਤਰੇ ਅਤੇ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਜਿਹੇ ਹੀ ਹਨ (ਉੱਪਰ ਦੇਖੋ) ਸਿਰਫ਼ ਮੈਨਿੰਜਾਈਟਿਸ (ਦਿਮਾਗ਼ ਦੁਆਲੇ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ) ਦਾ ਵਾਧੂ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਕੁੱਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਘੱਟ ਜਾਏਗੀ

ਐਪੀਡਿਊਰਲ/(ਸੀ.ਐੱਸ.ਈ.) ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ? How are epidurals/CSE’s done?

- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬਿਸਤਰੇ ਦੇ ਇੱਕ ਤਰਫ਼ ਬੈਠੋਗੇ ਜਾਂ ਇੱਕ ਸਾਈਡ ਤੇ ਹੋ ਕੇ ਲੇਟ ਜਾਓਗੇ
- ਐਨਿਸਥਿਆਲੋਜਿਸਟ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਮਸ਼ੀਨ ਨਾਲ ਹੱਡੀਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਥਾਂ ਲੱਭਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਰ ਦਾ ਸਕੈਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਰ ਨੂੰ ਰੋਗਾਣੂ ਨਾਸ਼ਕ ਤਰਲ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ
- ਲੋਕਲ ਐਨੈਸਥੈਟਿਕ (ਠੰਢਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀ) ਦਵਾਈ ਚਮੜੀ ਦੇ ਉਸ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਲਗਾਉਣੀ ਹੈ, ਇਸ ਨਾਲ ਕੁੱਝ ਸਕਿੰਟ ਤਕਲੀਫ ਹੋਵੇਗੀ
- ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਰ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚ ਹੱਡੀਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ‘ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਲਈ ਥਾਂ’ ਲੱਭਣ ਲਈ ਇੱਕ ਖਾਲੀ ਸੂਈ ਪਾਈ ਜਾਏਗੀ; ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁੱਝ ਦਰਦ ਜਾਂ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇਗਾ ਪਰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਕੋਈ ਤਕਲੀਫ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ
- ਇੱਕ ਬਰੀਕ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਟਿਊਬ ਉਸ ਸੂਈ ਰਾਹੀਂ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਫਿਟ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

- ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਦੀ ਪਲਾਸਟਿਕ ਟਿਊਬ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੀ.ਐੱਸ.ਈ. ਲਈ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਦਵਾਈ ਸਪਾਈਨਲ ਤਰਲ ਵਿਚ ਮਿਲਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
- ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਸੂਈ ਹਟਾਅ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਟਿਊਬ ਨੂੰ ਟੇਪ ਲਗਾ ਕੇ ਕਮਰ ਨਾਲ ਫਿਟ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਟਿਊਬ ਰਾਹੀਂ ਦਰਦ ਘੱਟ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
- ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਟਿਊਬ ਨੂੰ 'ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਕੰਟਰੋਲ ਵਾਲੇ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਪੰਪ' ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਦਵਾਈ ਪੰਪ ਕਰ ਸਕੋ।

ਐਪੀਡਿਊਰਲ/(ਸੀ.ਐੱਸ.ਈ.) ਜਦੋਂ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?
What does it feel like when the epidural/CSE is working?

- ਤੁਹਾਡੀ ਧੁੰਨੀ ਅਤੇ ਜਣਨ ਇੰਦਰੀ ਵਿਚਕਾਰ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਸੁੰਨ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਗਰਮ, ਲੱਤਾਂ ਵਿਚ ਝਰਨਾਹਟ ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਲੱਤਾਂ ਭਾਰੀਆਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਗੀਆਂ
- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਖਿੱਚਾਂ ਘੱਟ ਅਤੇ ਘੱਟ ਦਰਦ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋਣਗੀਆਂ ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਨੰਦ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇਗਾ

ਐਪੀਡਿਊਰਲ/(ਸੀ.ਐੱਸ.ਈ.) ਦੌਰਾਨ ਕੀ ਮੈਂ ਚੱਲ ਫਿਰ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?
Can I walk if I have an epidural/CSE?

ਐਪੀਡਿਊਰਲ/(ਸੀ.ਐੱਸ.ਈ.) ਵਿਚ ਵਰਤੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਚੱਲਣ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਪਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਕੁੱਝ ਸੁੰਨ ਜਿਹੀਆਂ ਹੋਣਗੀਆਂ। ਐਪੀਡਿਊਰਲ/(ਸੀ.ਐੱਸ.ਈ.) ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤਕਰੀਬਨ 30 ਮਿੰਟ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬਿਸਤਰੇ ਵਿਚ ਹੀ ਰਹੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਤੁਹਾਡਾ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਦੇਖੇਗਾ, ਲੱਤਾਂ ਦੀ ਤਾਕਤ, ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦੇਖ ਕੇ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬਿਸਤਰੇ ਵਿਚੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਜਦ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰ ਲਵੇ ਕਿ ਬਿਸਤਰੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹੌਲੀ ਜਿਹੀ ਉੱਠ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ **ਹਰ ਸਮੇਂ** ਕੋਈ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਖ਼ਾਸ ਕਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਚੱਲ ਰਹੇ ਹੋਵੋ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ:

- ਲੇਬਰ ਲਈ ਅਲੱਗ ਅਲੱਗ ਪੁਜ਼ੀਸ਼ਨ (positions)
- ਬਾਥਰੂਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਮੇਂ
- ਕੁਰਸੀ ਤੇ ਬੈਠਣ ਲਈ
- ਲੇਬਰ ਰੂਮ ਵਿਚ ਚੱਲਣ ਫਿਰਨ ਲਈ
- ਜੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਚੱਲਣ ਲਈ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੱਲਣ ਫਿਰਨ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਏਗਾ ਜੇ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦਾਂ ਬਹੁਤ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਵਾਈ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ
- ਤੁਸੀਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਚੈੱਕ ਪਾਸ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ
- ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਇਸ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੈ

ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ For more information

ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਐਨਿਸਥਿਆਲੋਜਿਸਟ (ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਡਾਕਟਰ) ਨਾਲ ਗਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹੋਰ