



在分娩和生产过程中，疼痛是很正常的。有很多方法可以缓解疼痛。随着分娩疼痛的加剧，您可能需要一些止痛药物来获得额外的帮助。医护人员可能会建议采用硬膜外或脊柱-硬膜外联合麻醉（CSE）来帮助您应对产程中的疼痛。

什么是硬膜外麻醉？

What is an epidural?

硬膜外麻醉是用一根导管插入背部下侧，使止痛药通过该导管注入体内，从而缓解分娩的疼痛。麻醉师将用一个小针头来插入导管。5-10 分钟后止痛就开始起效，并在 20-40 分钟内完全发挥作用。硬膜外麻醉通常是分娩和生产过程中缓解疼痛的一种安全有效的方法。

硬膜外麻醉并不能完全阻断所有疼痛或压迫感，尤其是在产程后期。硬膜外麻醉会在整个产程中发挥作用，并且不会耗尽。您一进入产房，就可以进行硬膜外麻醉。虽然什么时候要求硬膜外麻醉都不晚，但是如果宫口全开或产程迅速，有可能还没等硬膜外麻醉起效，孩子已经生了。

硬膜外麻醉可能不适用于患有某些疾病（例如脊柱裂、曾做过背部手术、有凝血问题）的人士。请在怀孕初期与为您提供服务的医护人员联系，商讨对您最佳的止痛方案。

如果您体重过重或很难摸到背部的骨骼，则硬膜外麻醉可能会更为困难，而且所需的设置时间可能更长。

硬膜外麻醉有什么好处？

What are the benefits of epidurals?

硬膜外麻醉是控制分娩疼痛最有效的形式。使用硬膜外麻醉缓解疼痛有很多好处：

- 快速缓解疼痛：通常在 10-40 分钟内奏效
- 几乎可以在产程中的任何时候接受硬膜外麻醉
- 您也许可以在帮助下四处走走
- 可以让您在分娩过程有机会休息和放松
- 可以为剖宫产或产钳辅助分娩等手术提供麻醉

硬膜外麻醉对您有哪些副作用和风险？

What are the side effects and risks of epidurals for you?

硬膜外麻醉通常对您或您的宝宝几乎没有副作用。对于大多数人来说，硬膜外麻醉止痛的好处大于风险。硬膜外麻醉不会增加您需要剖宫产（剖腹产）的机会。对您和宝宝来说，副作用和风险是不同的。

常见副作用	<ul style="list-style-type: none">• 低血压• 发抖• 瘙痒• 发热• 硬膜外麻醉部位有小的瘀伤• 在硬膜外麻醉中，腹部“未麻醉”的情况占 5-10%，这种情况可通过其他或不同的药物来纠正• 可能排尿困难，并且可能要插入导管来帮助排空膀胱• 硬膜外麻醉后，您可能需要使用药物（催产素）来加强宫缩
常见风险 大约 1/20 到 1/100	<ul style="list-style-type: none">• 严重头痛，持续数天，可能需要特别治疗• 3-5%的患者在分娩期间可能需要重新设置硬膜外麻醉• 硬膜外麻醉可能不适用于剖宫产，您可能需要全身麻醉
不常见风险 大约 1/1000 到 1/10,000	<ul style="list-style-type: none">• 药物或过敏反应• 深度麻醉会导致呼吸或思维困难• 暂时性神经损伤：麻木或肌肉无力
罕见风险 大约 1/10,000 到 1/100,000	<ul style="list-style-type: none">• 脑部或脊髓周围感染（脑膜炎或脓肿）：CSE 时更常见• 永久性轻度神经损伤
极为罕见的风险 大约 1/100,000 到 1/200,000	<ul style="list-style-type: none">• 脊髓周围出血/血肿• 永久性严重神经损伤，包括瘫痪• 心脏骤停：可能由于高阻滞、心律不齐或严重的药物反应引起

在分娩中使用硬膜外麻醉对宝宝有哪些副作用和风险？

What are the side effects and risks of labour epidural for your baby?

- 硬膜外麻醉可能会导致在分娩过程中发烧，但在麻醉解除后发烧会自行消失。我们会给对乙酰氨基酚（Tylenol）来缓解发烧对您和宝宝的影响。

- 硬膜外麻醉后最初的 30 分钟，宝宝的心率可能会降低；硬膜外麻醉设置好后，护士会密切监视胎儿的心率。进行 CSE 时这种情况更为常见。
- 硬膜外麻醉可能使您难以有效地摒气用力。宝宝可能需要在吸盘或产镊的协助下分娩。

什么是脊柱-硬膜外联合麻醉（CSE）？

What is a combined spinal epidural (CSE)?

脊柱-硬膜外联合麻醉（CSE）技术将硬膜外麻醉的快速起效性与通过硬膜外导管给药的输注连续性相结合。麻醉师将一根较小的针头穿入硬膜外针头，然后将少量药物直接注入脊髓液中。如果您处于分娩后期或疼痛严重，则 CSE 可能会很有用。硬膜外导管会留在原处，因此可在需要时输注更多药物。施行 CSE 不会增加剖宫产的机会。是否选择 CSE 可能取决于您的麻醉师。

脊柱-硬膜外联合麻醉（CSE）的好处

- 比硬膜外麻醉更快起效，可在 5 分钟左右缓解疼痛。
- 尽管您不一定能在最初的 60 分钟内行走，但采用 CSE 您仍可以走动。

脊柱-硬膜外联合麻醉（CSE）的风险

- 除增加了脑膜炎（脑部感染）的风险外，其风险和副作用与硬膜外麻醉相同（见上文）。
- 宝宝短期内心率下降的机会增加

硬膜外麻醉/CSE 如何施行？

How are epidurals/CSE's done?

- 您坐在床边，或也可以侧躺
- 麻醉师可以用超声扫描仪扫描您的背部，以检查骨膜之间的间隙
- 用消毒液消毒背部
- 局部麻醉药会被注射到将要插入硬膜外麻醉导管的皮肤区域，您会有几秒钟的不适感
- 将空心硬膜外麻醉针插入背部下侧的骨膜之间，并探及“硬膜外腔”；完成此操作后，您可能会感到有痛感或压迫感，但通常不会很痛
- 将一根细的塑料硬膜外管穿入空心针，进入硬膜外腔
- 对于 CSE，在将很细的塑料硬膜外导管放置到位之前，会有少量药物注入脊髓液中
- 拔出硬膜外针并用胶带将硬膜外导管固定在背部
- 止痛药将通过硬膜外导管注入
- 硬膜外导管与“患者控制的硬膜外麻醉泵”相连，使您可以在需要时自行注入更多药物。

硬膜外麻醉/CSE 起效时是什么感觉？

What does it feel like when the epidural/CSE is working?

- 腹股沟和肚脐之间的区域会变得麻木
- 您的双腿可能会感到发热，有麻刺感，有时会感到有点沉重
- 您感到宫缩不那么强烈了，疼痛也减轻了，但是您仍会有压迫感。

如果施行硬膜外麻醉/CSE，我可以走路吗？

Can I walk if I have an epidural/CSE?

虽然腿部会感到麻木，但硬膜外麻醉/CSE 中使用的药物不妨碍您走动。硬膜外麻醉/CSE 开始后最初的 30 分钟，您需要卧床休息。您的医护人员会给您测量血压，测试腿部力量和脚部的感觉，以确保起床行走是安全的。一旦医护人员认为是安全的，您应该可以轻松地移动双腿。走动时，**您必须始终**与支持人员在一起。医护人员会帮助您：

- 在分娩时采用不同的[姿势](#)
- 使用浴室
- 坐在椅子上
- 在产房走动
- 如果安全，可在病区内走动

如有以下情况，可能会不允许您走动：

- 太过疼痛，需要注入更多药物
- 您没有通过安全检查
- 出于对您或宝宝的安全考虑，医护人员建议您不要这样做

了解更多信息

For more information

请问一问您的医护人员，看看您是否可以与麻醉师谈谈。