



# ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

## Information about Epidurals

www.bcwomens.ca

ਦਰਦ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਅਤੇ ਜਨਮ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਦਾ ਆਮ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕਈ ਢੰਗਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਦਰਦ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀਆਂ ਤਕਨੀਕਾਂ, ਆਰਾਮਦੇਹ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਅਤੇ ਮਦਦਗਾਰ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਕੋਚਿੰਗ ਵਰਗੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਸਮੇਂ ਲੋੜ ਹੈ। ਜੇ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਬਹੁਤ ਸਖਤ ਹੋ ਜਾਣ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਘਟਾਉਣ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਦਵਾਈ ਕਈ ਵੱਖ ਵੱਖ ਢੰਗਾਂ ਨਾਲ ਲਈ/ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਹ ਇਕ ਖਾਸ ਗੈਸ (ਇਨਟੋਨੋਕਸ) ਨੂੰ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਲੈ ਕੇ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਵਲੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪੱਠੇ ਜਾਂ ਖੂਨ ਨਾੜੀ (ਵੇਨ) ਵਿੱਚ ਟੀਕਾ ਲਾ ਕੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਚੋਣਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਜਾਂ ਉਹ ਦਰਦ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਹੀਂ ਘਟਾਉਂਦੀਆਂ, ਤਾਂ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਦੇਣ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

### ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਕੀ ਹੈ?

ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਦਿਵਾਉਣ ਦਾ ਇਕ ਢੰਗ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੀ ਤਹਿ ਦੇ ਬਾਹਰ ਦੀ ਇਕ ਥਾਂ, ਜਿਸ ਨੂੰ “ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਸਪੇਸ” ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵਿੱਚ ਇਕ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਪਤਲੀ ਟਿਊਬ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਕੈਥੇਟਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਦਰਦ ਘਟਾਉਣ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਟਿਊਬ ਵਿੱਚ ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦਵਾਈ ਤੁਹਾਡੀ ਕੁੱਖ (ਬੱਚੇਦਾਨੀ) ਅਤੇ ਜਨਮ ਰਾਹ ਤੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਨਸਾਂ ਨੂੰ ਸੁੰਨ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਦਰਦ ਦੀ ਰਾਹਤ 5-10 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 ਢੰਗ 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। 3-5 ਫੀਸਦੀ ਦੇ ਕਰੀਬ ਨੂੰ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਬਦਲਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।
- ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਵਲੋਂ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਂਬਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਘੱਟ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਐਨਿਸਥੀ-ਜ਼ੀਓਲੋਜਿਸਟ 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 ਸ਼ੁੱਠੀ 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 ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅਲਰਜੀ ਇਕ ਛੋਟੇ ਜਿਹਾ ਰੀਐਕਸ਼ਨ (ਧੱਫੜ) ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਇਕ ਵੱਡੇ ਰੀਐਕਸ਼ਨ (ਐਨਾਫਿਲੈਕਸਿਸ) ਤੱਕ 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 (1:85, 000) ਹੋਏ ਹਨ। ਲਕਵਾ ਹੋਣ ਦੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮੌਕੇ (1: 500,000) ਹਨ ਅਤੇ ਮੌਤ ਹੋਣ ਦੇ ਵੀ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮੌਕੇ (10 ਲੱਖ ਪਿੱਛੇ 1) ਹਨ।
- ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਵਾਰੀ (1:200,00) ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਠ ਵਿੱਚ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਜਾਂ ਮੈਨਿ-ਨਜਾਇਟਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- 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 (ਟਾਇਲੋਨੋਲ) ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।
- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਹੌਲੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡਾ ਪਹਿਲਾ ਬੱਚਾ ਹੈ ਅਤੇ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ/ਦਾਈ ਨੂੰ ਕੰਟਰੈਕਸ਼ਨਾਂ (ਸੁੰਗੜਾਹਟਾਂ) ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਦਵਾਈ (ਔਕਸੀਟੋਸਿਨ) 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।

ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤੀ ਵਾਰੀ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਸਮੇਂ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਦਰਦ ਉੱਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਸਾਬਤ ਹੋਇਆ ਹੈ।

## ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

- ਡਾਕਟਰ ਵਲੋਂ ਸੱਦਿਆ ਐਨਿਸਥੀਜੀਓਲੋਜਿਸਟ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।
- ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਰੱਖਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਵਿੱਚ ਇਕ ਛੋਟੀ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਟਿਊਬ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਨਟਰਾਵੀਨਸ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।
- ਤੁਸੀਂ ਬੈੱਡ ਉੱਪਰ ਪਾਸੇ ਭਾਰ ਲੰਮੇ ਪੈਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਬੈੱਡ ਦੇ ਸਿਰੇ ਉੱਤੇ ਬੈਠਦੇ ਹੋ।



### ਐਨਿਸਥੀਜੀਓਲੋਜਿਸਟ

- 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 ਹੇਠਲੀ ਪਿੱਠ ਵਿੱਚ ਹੱਡੀਆਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦੀ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਸਪੇਸ ਵਿੱਚ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਸੂਈ ਪਾਉਂਦਾ 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।
- ਖੋਖਲੀ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਸੂਈ ਰਾਹੀਂ ਇਕ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਬਾਰੀਕ ਟਿਊਬ (ਕੈਥੇਟਰ) ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਸਪੇਸ ਵਿੱਚ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਫਿਰ ਸੂਈ ਨੂੰ ਕੱਢ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਦੀ ਟਿਊਬ ਉਸ ਥਾਂ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਠ ਨਾਲ ਟੇਪ ਨਾਲ ਲਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਸੁੰਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਦਰਦ ਘਟਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਟੀਕੇ ਰਾਹੀਂ ਟਿਊਬ ਵਿੱਚ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਐਨਿਸਥੀਜੀਓਲੋਜਿਸਟ ਵਲੋਂ ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ “ਪੈਸ਼ੈਂਟ-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।

## ਕੀ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਨਾਲ ਮੈਂ ਤੁਰ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਬੀ ਸੀ ਵਿਮਨਜ਼ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਖੇ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਡਰੱਗ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਥੋੜ੍ਹੀਆਂ ਜਿਹੀਆਂ ਸੁੰਨ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੋਖਿਆਂ ਹੀ ਹਿਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### ਤੁਸੀਂ:

- ਬੈੱਡ ਤੋਂ ਉੱਠ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਬਾਥਰੂਮ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਕੁਰਸੀ ਉੱਤੇ ਬੈਠ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਆਪਣੇ ਲੇਬਰ-ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਤੁਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਦੌਰਾਨ ਵੱਖ ਵੱਖ ਆਸਣ ਅਪਣਾਅ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਜੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਮੰਜ਼ਿਲ (ਲੇਬਰ ਫਲੋਰ) ਉੱਤੇ ਆਪਣੇ ਕਮਰੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਤੁਰ ਸਕਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਹਿਲੇ 30 ਮਿਨਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੈੱਡ ਉੱਪਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਉਸ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇਖੇਗੀ, ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਦੇਖਣਾ ਅਤੇ ਲੱਤਾਂ ਦੀ ਤਾਕਤ ਦੇਖਣਾ ਅਤੇ ਇਹ ਦੇਖਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਪੈਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬੈੱਡ ਤੋਂ ਉੱਠਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਤੁਰੋ, ਤਾਂ 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।

## ਕੰਬਾਈਨਡ ਸਪਾਈਨਲ ਐਪੀਡਿਊਰਲ (ਸੀ ਐਸ ਈ)

ਕਈ ਵਾਰ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਥੋੜ੍ਹੇ ਜਿਹੇ ਵੱਖਰੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕੰਬਾਈਨਡ ਸਪਾਈਨਲ ਐਪੀਡਿਊਰਲ (ਸੀ ਐਸ ਈ) ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਡਾਕਟਰ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਸਪੇਸ ਤੋਂ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਅੱਗੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 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 ਅਗੇਤੇ ਪੜਾਅ ਉੱਤੇ ਹੋਣ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਤੁਰਨਾ-ਫਿਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਵੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਅਗਲੇਰੇ ਪੜਾਅ ਉੱਤੇ ਹੋਣ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਦਰਦ ਘਟਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ। ਕੰਬਾਈਨਡ ਸਪਾਈਨਲ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਨਾਲ ਖਾਸ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪਹਿਲੇ ਕੁਝ ਮਿਨਟਾਂ ਦੌਰਾਨ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਨ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

## ਮੈਂ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

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

## ਜਦੋਂ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ 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।