

淺談減痛分娩

自然就是好、就是美！是現在的流行趨勢；也是一般人的觀念。而分娩是一種自然的生理現象，瓜熟蒂落似乎不需要人為的干預。在自然界裡，一般動物的生產過程不像現代人類這般疼痛難忍；即使在遠古時候，人類的生產也沒這麼不舒服！然而，由於時代的進步，產痛已有愈來愈難以承受的趨勢，有人說這是人類大腦過於發達的緣故。而且產痛的程度似乎和產婦的文化、教育、心理、甚至於經濟和社會背景都有關係。

因此無痛分娩的需求正在日益增加。在美國有些醫院甚至有九成以上的孕婦接受無痛分娩的服務。

而且根據研究觀察，無痛分娩新生兒的新陳代謝狀況反而較自然分娩者為佳！因此，不論是主、客觀的理由，技巧成熟的無痛分娩乃是理所當然。問題只是我們麻醉科醫師的人力是否足夠擔任此一任務，以及健保給付的限制。

有人說，生產的痛，是人生最大的痛。身為麻醉醫師，我們如何藉由現代麻醉醫學的知識及技巧來提供孕婦一個較為舒適的生產經驗。以下我們簡單的介紹什麼是“無痛分娩”

無痛分娩的真義“Anodyne”= 減痛、鎮痛；到底有多痛！乃是個人的感覺與經驗。因此疼痛緩解的滿意度也是因人而異。自然生產不是外科手術，不能讓產婦又“麻”又“醉”，因為生產需要產婦的配合及用力。而且完全的麻醉會影響產程的進展以及胎兒出生時的活動力。

其實大部分的產婦並不要求麻醉（完全失去感情與感覺[loss of feeling, sensation]甚至也並不需要尋求對產痛完全沒感覺[insensibility to pain]完全沒感覺，就不知道怎麼用力！

大部分的產婦在生產過程中，單純只想要讓產痛變得可以忍受而已。換言之她們需要的是“Anodyne”這個字。這個古拉丁文的醫學字眼所代表的意義就是：減輕痛苦或者是安慰、撫平痛苦及不幸的感覺。我們在產房常聽到孕婦罵他先生：么壽短命，都是你！都是你！罵自己先生“么壽短命”，可見有多痛。

所以對於產婦，無痛分娩的目標應是“Anodyne”(減痛、鎮痛)把痛變得可以忍受，而非完全無痛、沒有感覺。因此無痛分娩的真正意義應該是減痛分娩。

產痛對母體及胎兒所造成的不良影響—Maternal and Fetal Sequelaes of Uncontrolled Labor Pain 難以承受的產痛沒有適當處理的話，容易對母體及胎兒產生不良影響：產痛(pain of parturition)→交感神經系統過度刺激(widespread maternal sympathetic activation)→母體之荷爾蒙及新陳代謝異常(hormonal and metabolic disturbances in the mother)→母體及胎兒的不良影響(maternal and fetal sequelaes)過度換氣(hyperventilation)換氣不足(hypoventilation)腎上腺素(catecholamines)過量分泌胎兒缺氧(fetal hypoxia)子宮血流量(uterine blood flow)減少恐懼、不安(fear, anxiety)噁心、嘔吐(nausea, vomiting)

無痛分娩的優點

要有良好的子宮收縮，才有辦法從產道自然產出胎兒。但子宮收縮所帶來的產痛對孕婦、對胎兒反而有害。原因是：孕婦因為產痛而過度呼吸及體內腎臟腺素分泌過多的影響，會造成子宮及胎盤的血流量減少，這會危及到胎兒。

所以無痛分娩的優點除了提供產婦一個舒適的生產經驗外，還可改善因為產痛所帶來的不良影響。也就是以下的優點：

- 改善腸胃蠕動，減少噁心嘔吐[improved GI mobility, nausea, vomiting]
- 增加子宮血流量，改善宮縮[increased uterine blood flow, improved uterine contractio]
- 減少胎兒缺氧的情形[prevention of fetal hypoxemia]
- 舒適的生育經驗[satisfactory birth experience]

總而言之，無痛分娩的優點：保留良好子宮收縮；去除令人難受的產痛！

無痛分娩的方法

- 心理學技巧 (psychological techniques)[]拉梅茲生產法 (Lamaze)
- 全身性給藥[]systemic medication
- 吸入性止痛法[]inhalational analgesia
- 區域性麻醉[]regional anesthesia
- 全身性麻醉[]general anesthesia

拉梅茲的方法是利用心理學的制約反應原理，在懷孕七、八個月後，教導孕婦在生產每次宮縮時，將注意力集中於拉梅茲的特殊呼吸方法上，以轉移對產痛的感覺。(每次宮縮來臨時，先深吸一口氣，然後於整個宮縮期間做淺而快的呼吸。)所以拉梅茲法並非不須麻醉的方法(還是會痛)。這個方法並不反對運用產科其他技術或麻醉藥。它最大的好處是讓孕婦能懷著信心在陣痛和生產中保持鎮定。

其他的方法都是用現代麻醉醫學的知識及技術，其中以區域性傳導麻醉的硬腦膜外阻斷術[]epidural block[]是公認最可靠、最有效的減輕產痛方法。

硬腦膜外阻斷術的缺點 如同一般手術麻醉採用硬腦膜麻醉時可能發生的副作用：比如意外造成藥打進血管或脊髓內但這只要稍加注意即可避免。而且無痛分娩使用的藥物濃度低很多倍，所以造成致命危險的可能性也降得很低。

其他如血壓低、發抖、尿不出來、暫時性頭痛、暫時性背痛，這些副作用的發生機率均比一般手術麻醉來得低，而且都是可以處理預防的。

值得一提的是：硬腦膜外阻斷術本身就是比較高難度的麻醉技術，再加上病人本身的體質有些對這種給藥技術有抗拒性。所以它有一小比例的失敗率，大約為 0.1-7%。此時就要改用其他的麻醉法。

減痛（鎮痛）分娩— Anodyne Labor 總而言之所謂的無痛分娩。其實是希望以最低的藥物濃度，來減輕產婦的痛苦，使整個產程變得可以接受，甚至成為一個愉快的生產經驗。（好讓我們當丈夫的男生，不會在產房被老婆罵“么壽短命，都是你”）而且又不會對產婦及胎兒造成太大的不良副作用。

所以我個人都跟病人解釋：一個理想的無痛分娩其實是減痛；把痛鎮住的分娩，而非完全麻醉的無痛分娩。

From:

<https://wiki.mmh.tw/> - **MMH Anesthesia Wiki**

Permanent link:

<https://wiki.mmh.tw/doku.php/public:painless01>

Last update: **2014-01-11 15:17**

