

## تثقيف المريض بأكسيد النيتروز

**ما هو بالضبط؟** استخدام أكسيد النيتروز لألم المخاض عبارة عن مزيج من 50% من غاز النيتروز و 50% أكسجين يتم استنشاقه من خلال قناع أو قطعة الفم التي تحملها المرأة وتستخدمها بنفسها كما ترغب. تُستخدم نسخة من أكسيد النيتروز على نطاق واسع في مكاتب طب الأسنان، حيث يعرفها معظم الناس باسم "غاز الضحك". المزيج المستخدم في المخاض مختلف، وليس له نفس التأثير، لأنه ليس تخديراً. قد يظل الألم موجوداً لدى بعض النساء ولكن الغاز يجب أن يقلل من شدته. لقد كان، ولا يزال، يستخدم على نطاق واسع في كندا وأوروبا للألم المخاض.

**كيف يعمل؟** تمسك بقناعك أو قطعة الفم الخاصة بك وتبدأ في استنشاق خليط الغاز قبل حوالي 30 ثانية من بدء الانقباض. يساعد بدء الاستنشاق قبل أن يبدأ الانكماش الغاز في الوصول إلى ذروته في نفس الوقت الذي يصل فيه الانكماش إلى ذروته، مما يوفر أكبر قدر من الراحة.

**هل يتسبب في أي آثار جانبية؟** أشارت بعض النساء إلى الغثيان بعد الاستخدام المطول؛ يتوفر دواء للمساعدة في تخفيف الغثيان إذا حدث ذلك. يمكن أن يسبب أيضاً بعض عدم الثبات عند الاستيقاظ، ولهذا السبب يجب أن يكون هناك دائماً فرد من العائلة أو موظف الغرفة عندما ترغب في الخروج من الكرسي أو السرير، في حال احتجت إلى مساعدة.

**هل هناك حاجة لمزيد من المراقبة؟** لا توجد مراقبة إضافية مطلوبة عند استخدام أكسيد النيتروز.

**هل أحتاج إلى حقن وريدي؟** لا. ليس من الضروري أن يكون لدي حقن وريدي لاستخدام أكسيد النيتروز.

**هل يمكنني استخدام النيتروز وتعاطي العقاقير المخدرة عن طريق الوريد في نفس الوقت؟** لا، يمكن أن يؤدي الجمع بين العقاقير المخدرة والنيتروز إلى إبطاء تنفسك لذلك لا يتم استخدامهما معاً.

**هل يمكنني استخدام النيتروز في أنبوب؟** نعم ، ومع ذلك، نريد أن نتأكد من أننا نعرف كيف ستستجيب للنيتروز قبل بدء المعالجة المائية.

**هل هناك أي أسباب لعدم تمكني من استخدامه؟** نعم - لا يمكنك استخدامه إذا كنت:

- لا تستطيع حمل قطعة الفم أو قناع الوجه الخاص بك؛
- تلقيت جرعة مخدرة خلال الساعتين الماضيتين؛
- تعاني من فقر الدم الخبيث أو نقص فيتامين ب 12 الذي تتناول مكملات فيتامين ب 12 بسببه؛

**هل هناك أي آثار على الطفل؟** لا، لا توجد آثار معروفة على الطفل. النيتروز هو الطريقة الوحيدة لتخفيف الألام المستخدمة في المخاض والتي يتم إخراجها من الجسم عن طريق الرئتين، وذلك بمجرد القيام بسحب القناع بعيداً، فإن تأثير النيتروز يختفي في نفس أو اثنين.

**هل يجب علي الاختيار بين استخدام أكسيد النيتروز أو إجراء التخدير فوق الجافية؟** لا، قد تستخدم بعض النساء النيتروز قبل وضع فوق الجافية. على الرغم من أنه لن يتم استخدامها في نفس الوقت ، فمن الجيد تماماً استخدام النيتروز أولاً، ثم الانتقال إلى نوع مختلف من تخفيف الألام إذا وجدت أنك بحاجة إلى التغيير إلى شيء آخر.