



አብ ግዜ ቅልውላው ሕርሲ ዝውሰድ መድሃኒት ቃንዛ፣ እቲ ዘሎ አማራጺታት ብኸመይ አብ ንሓድሕዱ ይነጻጸር፤

ንመድሃኒት ዝምልከት ሜላታት	ኢንቶኖክስ (Entonox) (ጋዝ አየርን)	ፐቲዳይን (Pethidine) ወይ ከታብት ዳይሞርፊን (Diamorphine)	ሕምምቲ እትከታተሎ ብቪይን ዝኣቱ መድሃኒት መደንዘዚ (PCIA)	አብ እግሪ ሽምጢ ዚውጋእ ወይ አብ ዓንዲ-ሕቕን እግሪ ሽምጥን ዚውጋእ (CSE)
እንታይ እዩ?	ኒትርዮስ አክሳይድን እክሲድንን እተሓዋወሰ ጋዝ እዩ።	ፐቲዳይን ወይ ዳይሞርፊን፣ አብ ኢድክን ወይ እግርኸን አብ ዝርከብ ጭዋዳ ዝውጋእ እዩ።	ንኡስ ዝዓቕኑ ፈንታንይል (fentanyl) ወይ ፈሚፊንታኒል (remifentanyl) አብ ኢድክን አብ ዝርከብ ቪይን መጨንቕዒ ደም ከምዘውሃብ ይኸውን።	ንመትንታትክን ንምድንዛዝ ድማ ብመገዲ ሻምብቆ አቢሉ ከባባያዊ መደንዘዚ ወይ መድሃኒት ቃንዛ ከውሃብክን እዩ። እዚ ግን አብ ግዜ ቅልውላው ሕርሲ፣ አቕዲሙ ወይ ደንጉዩ ከውሃብ ኣይምከርን እዩ።
ንስኻትክን እትገብርሉ እንታይ እዩ?	ብሓገዝ መተንፈሲ ቫልቮላ ዘለዎ ማስኬራ ወይ አብ ኣፍ ዝኣቱ ተተንፍሳ።	አብ ኢድክን ወይ እግርኸን ከታብት ትወስዱ።	ምጭብባጥ ከብዲ ከም ዝጀመረክን አብ እተሰምዓክን ግዜ፣ እተዳለወልክን ዓቕን መድሃኒት ንኸትወዳ ነታ መጠወቕት ትጥውቓ።	እቲ ሻምብቆ ክሳብ ዝኣቱ ንሓመቲተ ክሳብ 10 ደቃይቕ፣ ከይተንቀሳቕስክን ዕኹልል ብምባል ተቐመጣ።
ዓቕን መድሃኒት ቃንዛ ክንደይ እዩ?	ማእከላይ ሓገዝ።	መብዛሕቱ ግዜ ፈኩሲ እዩ። ጭንቀት ድማ የጉድል እዩ።	ዓቕን መድሃኒት ቃንዛ ይፈላለ እዩ። ደቀኣንስትዮ፣ መብዛሕቱ ግዜ ኢንቶኖክስ (Entonox) ከጥቀማ የድልየን።	መብዛሕቱ ግዜ ኣዝዩ ጽቡቕ እዩ። ሓደ ካብ 10 ግን ጽቡቕ ከይሰርሕ ስለዝኸለል፣ ምቕያር የድልዮ እዩ።
ክሰርሕ ንኸጅምር ክንደይ ግዜ ይወስደሉ?	ሸው ንሸው።	ነቲ ከታብት ንምድላው ሓመቲተ ደቕቕ፣ ክሰርሕ ቅድሚ ምጅማሩ ድማ 30 ደቓይቕ። ጽልዋ ናይቲ መድሃኒት ድማ ንውሑዳት ሰዓታት እዩ።	ንምድላው 10 ክሳብ 15 ደቓይቕ ይወስድ፣ ስርሑ ንኸጅምር ድማ ውሑዳት ደቓይቕ የድልዮ።	ንምድላው፣ 20 ደቓይቕ ይወስድ። እቲ አብ እግሪ ሽምጢ ዝውጋእ መድሃኒት ንኸሰርሑ፣ 20 ደቓይቕ ይወስደሉ (CSE ድማ ናይ ዓንዲ ሕቕ ክታብት ስለዝኸኸነ፣ ካብዚ ዝቐልጠፈ ግዜ ይወስድ)።
ተወሳኺ ዝግበር መብዛሕቲ ኣሎ ድዩ?	የለን።	የለን።	ብከጠብጠብ ክትወስዱ ኢኹን። ትርግታ ልቢ ዕሸልክን ንምክትታል ምስ መቐጻጸሪ ሞኒተር ርክብ ከምዘህልወክን ኸግበር እዩ። መጠን እክሰጂንክን	ብከጠብጠብ ክትወስዱ ኢኹን። ናይ ሸንቲ ካተተር ከምዘኣትወክን ኸግበር ይከኣል እዩ። ትርግታ ልቢ ዕሸልክን ንምክትታል ምስ መቐጻጸሪ ሞኒተር ርክብ ከምዘህልወክን



			ኸትትል ኸግበረሉ እዩ። ተወሳኺ ኣክሲዮን ክውሃበክን ድማ ከድሊ ይኸእል እዩ።	ኸግበር እዩ።
ኣብ ልዕሊ ዕሸል ክመጽእ ዝኸእል ሓደጋታት፤	የለን።	ዝሉል ምስትንፋስ ክህልዎ ይኸእል። ክታኸስ ይኸእል፤ ፈለግ ድማ ንኸምገብ ክኸብዶ ይኸእል እዩ።	ፈለግ ዝሉል ምስትንፋስ ክህልዎ ይኸእል።	ትሑት ጸቕጢ ደም ክህልወክን ይኸእል፤ እዚ ድማ ምስዘይፍወስድ፡፡ ንትርግታ ውላድክን ከጸሉ ይኸእል እዩ።
ኣብ ኣደ ዘጋጥም ጎድናዊ ሳዕባናት፤	ብገለ መጠን ዕግርግር ምባል። ስምዒት 'ድንዘዘ' ክህሉ ይኸእል። ኣድካምን ኣፍክን ከንቅጽን ይኸእል እዩ።	ስምዒት ምትኸስ ወይ ሕማም ይህልወክን። መጠን ቅልጣፊ ምሕቓቕ ምግቢ ይዳናጉ። ስለዚ ድማ ስምዒት ጽጋብ ይህልወክን። ንዘለክን ምስትንፋስ ከዝሕሎ ይኸእል እዩ።	ስምዒት ምትኸስ ወይ ሕማም ይህልወክን። ምስትንፋስ ይዝሕል - ኣዚዩ ዘታኸሰክን እንተኾይኑ፡ ንዕኡ ምጥቃም ደው ኣብላኡ። ምትንፋስ ጠጠው የብል ወይ መጠን ህርመት ልቢ የዝሕል (ሳሕቲዮ)።	ትሑት ጸቕጢ ደም ግኑን እዩ። ጻዕሪ ምሻን ሸንቲ። ከቢድ ቃንዛ ርእሲ (ንኣንቲ ካብ 100 ደቀኣንስትዮ)። ምውሳኽ ሙቕት ሰብነት። ግዝያዊ ጉድኣት መትኒ (ኣንቲ ካብ 1000 ደቀኣንስትዮ)። ቀዋሚ ጉድኣት መትኒ (ኣንቲ ካብ 13,000 ደቀኣንስትዮ)። ከቢድ ሓልኪ ሕማማት (ኣንቲ ካብ 250,000 ደቀኣንስትዮ)።
ኣብ ግዜ ቅልውላው ሕርስን ግዜ ሕርስን ዘጋጥም ሳዕባናት፤	የለን።	የለን።	ፎርሰፕ (ወረጦ ሓዘም) ዘድልየሉ ሕምት ልዑል ክኸውን ይኸእል እዩ።	ንስኸን ንኸትደፍኣኣ ክኸብደክን ይኸእል እዩ። ስለዚ፡ ፎርሰፕ ዘድልየሉ ሕምት ልዑል ክኸውን ይኸእል እዩ።

ኣካላዊ ሚላታት	መሓንበሲ ጋብላ ማይ	TENS	ኣማራጺታት ፍወሳታት
እንታይ እዩ፤	ናይ ሕርሲ ጋብላ ማይ ወይ ውዑይ ማይ ዝመልኤ ባኞ	ኣብ ሕቕኸን ብዝርከብ መጎዞጎዞ ኣቢልካ፡ ፈኩስ ዋሕዚ ኤለትሪክ ከምዝመሓላለፍ ይግበር።	ኣኩፓንቸር፡ ኣኩፕሪፕር ወይ ብመንደንዘዚ ዝውሃብ ፍወሳ (ሂፕኖተራፒ)።
ንስኸትክን እትገብርኡ እንታይ እዩ፤	ኣብ ግዜ ቅልውላው ሕርሲ፡ ሳሕቲ ድማ ዕሸል ኣብ ዝሕረሰሉ ግዜ ኣብ ማይ ምድቃስ።	ጻዕቕ ናይቲ ዋሕዚ ኤለትሪክ ንምቀጽጻር ንመጠወቕት ጠውቓ።	ክኣላ ፍወሳ፡ ኣብ ግዜ ሕርሲ ምሳኽን ከምዝህሉ ኸትገብራ ከድልየክን እዩ።
ዓቕን መድሃኒት ቃንዛ ከንደይ እዩ፤	ከትዛነያ ክሕግዘክንን ቃንዛ፣ ምጭብባጥ ከብዲ ከምዝጎድል ኸገብርን ይኸእል እዩ።	ፈኩስ። ማርማር ዝብል ስምዒት፡ ንቃንዛ ኣብ ምጉዳል ይሕግዝ እዩ። ኣብ ፈለግ እዋን ቅልውላው ሕርሲ ድማ ንቃንዛ ሕቕ የጉድል እዩ።	ከትዛነያ ክሕግዘክንን ቃንዛ፣ ምጭብባጥ ከብዲ ከምዝጎድል ኸገብርን ይኸእል እዩ።
ከሰርሕ ንኸጅምር ከንደይ ግዜ ይወስደሉ፤	ሸዑ ንሸዑ	መጎዞጎዞ ንምቕማጥን ንምድላውን ሓሙሽተ ደቓይቕ ይወስድ።	እቲ ፍወሳ ካብ ዝጀመረሉ ግዜ ይሰርሕ።
ተወሳኺ ዝግበር መብጣሕቲ ኣሎ ድዩ፤	የለን።	የለን።	የለን።



አብ ልዕሊ ዕሽል ክመጽእ ዝኸኸል ሓደጋታት፡	ጸገማት ምስትንፋስ ዘስዕብ ረኽስታት ኣብቲ ማይ ክህሉ ይኸኸል እዩ (ሳካቲዮ)።	የለን።	የለን።
አብ ኣደ ዘጋጥም ጉድናዊ ሳዕባናት፡		የለን።	የለን።
አብ ግዜ ቅልውላው ሕርስን ግዜ ሕርስን ዘጋጥም ሳዕባናት፡		የለን።	የለን።

Leaflet published by the Obstetric Anaesthetists' Association (OAA), 21 Portland Place, London, UK, W1B 1PY. Telephone: +44 (0)20 7631 8883. Fax: +44 (0)20 7631 4352. Registered Charity No. 1111382. Registered No. 5540014 (England). Date of publication: 05/10/14, Version 4. Please also see the following website <http://www.labourpains.com> which is managed by the OAA and contains useful resources for pregnant women including further information on pain relief in labour.

We are grateful to the charity Translators without Borders for providing this translation.

