

โรงพยาบาลโป่งน้ำร้อน	หน้า 1/3
ระเบียบปฏิบัติเลขที่ WP-PONG-PCT-87	ฉบับที่ 1
เรื่อง การประเมินและการจัดการความปวดของมารดาในระยะเวลาหนึ่งของการคลอด	วันที่เริ่ม 2 กุมภาพันธ์ 2563
ผู้จัดทำ ทีม PCT	ผู้อนุมัติ นพ.นันทวัช เมตตากุลพิทักษ์

### 1. วัตถุประสงค์

เพื่อประเมินและบรรเทาความเจ็บปวดของมารดาในระยะเวลาหนึ่งของการคลอด

### 2. ขอบเขต

มารดาในระยะเวลาหนึ่งของการคลอดทุกราย

### 3. คำนิยามศัพท์

ความปวดในระยะคลอดถือเป็นความปวดที่มารดาคลอดบุตรทุกคน หลีกเลียงไม่ได้ เกิดจากการหดรัดตัวของมดลูก เพื่อจะขับเคลื่อนทารก รก ออกจากโพรงมดลูก

### 4. เอกสารอ้างอิง

ไม่มี

### 5. นโยบาย

บริหารความเจ็บปวดของมารดาในระยะเวลาหนึ่งของการคลอด

### 6. ความรับผิดชอบ

ทีม PCT

### 7. ขั้นตอนการปฏิบัติ

#### 1. ประเมินความปวด

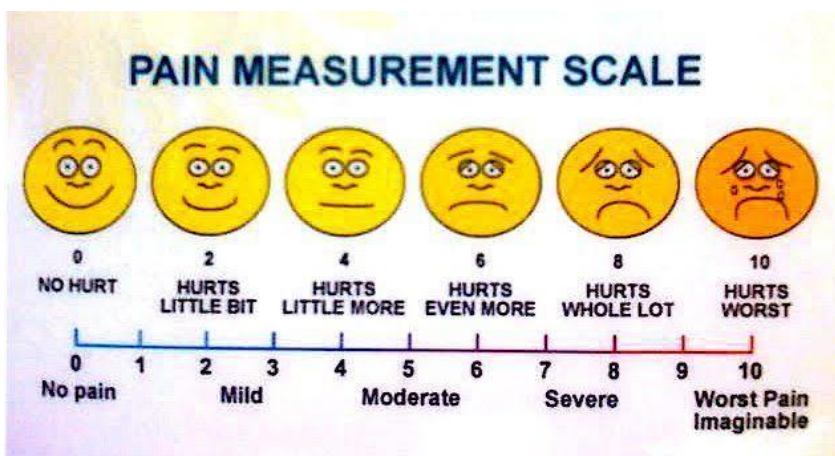
##### 1.1 ตรวจร่างกาย

- ประเมินการหดรัดตัวของมดลูก (duration of contraction), ระยะเวลาพัก (resting period) และระยะห่างของการหดรัดตัวของมดลูก (interval of contraction) ความถี่ของการหดรัดตัว (frequency of contraction) และความรุนแรงของการหดรัดตัวของมดลูก (intensity)

- ประเมินการเปิดขยายของปากมดลูก

เรื่อง การประเมินและการจัดการความปวดของมารดาในระหว่างหนึ่งของการคลอด

- 1.2 ประวัติการใช้ยา
- 1.3 เครื่องมือในการประเมิน
  - การประเมินระดับคะแนน



- คะแนน 0 = ไม่ปวดเลย (No pain)
- คะแนน 1-3 = ปวดในระดับน้อย (Mild pain)
- คะแนน 4-6 = ปวดในระดับปานกลาง (Moderate pain)
- คะแนน 7-10 = ปวดรุนแรง (Severe pain)

2. การบรรเทาความเจ็บปวดโดยไม่ใช้ยา

2.1 การผ่อนคลาย (Relaxation)

- 2.1.1 การจัดสิ่งแวดล้อมให้ความสะดวกสบาย ปรับอุณหภูมิให้เหมาะสม
- 2.1.2 การจัดการความสุขสบายทั่วไป การจัดการให้เหมาะสม เพื่อบรรเทาความเจ็บปวด
- 2.1.3 การลดความวิตกกังวลและความกลัว พยายามให้ข้อมูลความรู้และการช่วยเหลือของญาติต่อความเจ็บปวด

2.2 การกระตุ้นสัมผัสทางผิวหนัง

- 2.2.1 การนวดด้วยตัวเอง โดยการนวดเป็นวงกลมที่หน้าท้องหรือนวดตนเองบริเวณแขนและขา
- 2.2.2 การนวดโดยผู้ดูแล อาจเป็นสามีหรือคนในครอบครัวนวดให้บริเวณที่ปวด

2.3 การหายใจแบบ Cleansing breath จะเป็นการหายใจเข้าลึก ๆ แล้วค่อย ๆ ผ่อนลมหายใจออกเป็น การเริ่มต้นและจบแบบการหายใจ

วิธีการหายใจ

- 2.4.1 หายใจแบบช้า (deep chest breathing) ในระยะปากมดลูกเปิดไม่เกิน 3 ซม. โดยการหายใจเข้า จมูกช้า ๆ นับ 1-4 และหายใจออกทางปากช้า ๆ นับ 1-5

ระเบียบปฏิบัติเลขที่ WP-PONG-PCT-87	หน้า 3/3
เรื่อง การประเมินและการจัดการความปวดของมารดาในระยะที่หนึ่งของการคลอด	

2.4.2 การหายใจแบบเร็วตื้นและเบา (Shallow accelerant decelerated breathing) ในระยะปากมดลูกเปิด 4-7 ซม. ขณะมดลูกเริ่มหดตัวให้หายใจแบบช้าก่อน เมื่อมดลูกหดตัวเต็มที่เปลี่ยนเป็นหายใจแบบเร็ว ตื้น และเบาจนมดลูกคลายตัวจึงกลับไปเป็นแบบช้า

2.4.3 การหายใจแบบเร็วตื้นเบา และเป่าออก (Shallow breathing with forced blowing out) ปากมดลูกเต็มที่ 8-10 ซม. โดยการหายใจเข้าออกทางปากตื้น ๆ เร็ว ๆ เบา ๆ 4 ครั้งติดต่อกันแล้วเป่าลมออกปาก 1 ครั้ง

### 3. การให้ยาระงับปวดและยากล่อมประสาท

- ยา pethidine 500 g ฉีดเข้ากล้ามเนื้อซ้ำได้ทุก 2-4 ชม., Pethidine มีฤทธิ์กดการหายใจทารกโดยตรงจะต้องมียาแก้ฤทธิ์กันคือ naloxone hydrochloride (Narcan) ขนาดที่ให้ 0.1 mg/kg. ฉีดเข้า umbilical vein ยาทดฤทธิ์ 2 นาที นาน 30 นาที ซ้ำได้ 3-5 นาที บางครั้งฉีดที่ก้นขาทารกได้

### 8. ตัวชี้วัด

มารดาในระยะที่ 1 ของการคลอดได้รับการจัดการความเจ็บปวด โดยใช้มาตรวัดปริมาณความปวด (Numerical resting scale)

### 9. ภาคผนวก

-

### 10. Flow chart

-

