

我預計要自然生產 該不該選擇減痛分娩呢?

在您開始閱讀「我預計要自然生產，該不該選擇減痛分娩呢？」醫病共享決策輔助表之前，想先詢問您以下問題：

1. 請問您有過生產經驗嗎？

- 沒有，這是第一次(初產婦)
有，我有生產經驗(經產婦)

2. 請問您是否有聽說/經歷過無痛分娩？

- 沒有，沒聽過 有聽過，沒經歷過
有聽過，曾經歷過減痛分娩

3. 您家中，平時主要決定事情的人是(複選)？

- 伴侶 婆婆 公公 媽媽 爸爸 兄弟姊妹
其他：_____

4. 決定您這次要不要施打減痛分娩的人是(複選)？

- 自己決定 伴侶決定 長輩決定 兄弟姊妹
其他：_____

您目前對減痛分娩的想像是什麼：

非常感謝您協助減痛分娩決策共享發展團隊，接下來，請您與您的伴侶閱讀「我預計要自然生產，該不該選擇減痛分娩呢？」醫病共享決策輔助表，歡迎您閱讀後，提出您的疑問，與引導員一同討論喔。

減痛分娩決策共享發展小組 敬上

前言

生產時，往往開始擔心如何面對待產的陣痛過程，多數人想到使用「減痛分娩」，一般俗稱「無痛分娩」。您對減痛分娩可能還有諸多疑問，到底如何選擇最適合自己的方式？本表將幫助您進一步瞭解減痛分娩，請跟著我們的步驟，一步一步探索自己的需求以及在意的事情，舒適愉悅地面對生產過程，迎接新生命到來！

適用對象 / 適用狀況

預計採自然生產的懷孕婦女

疾病或健康議題簡介

大部分的產婦會經歷落紅、破水、陣痛的「產兆」，自然產是指寶寶從陰道生出來的過程，可分為三個產程
第一產程：從規則子宮收縮到子宮頸口全開
第二產程：子宮頸口全開至寶寶娩出
第三產程：寶寶娩出至胎盤娩出

產婦的子宮強力收縮產生的疼痛稱為「陣痛」，您會感覺到腹部一陣一陣疼痛或酸痛感，越接近生產時，頻率越來越密集，過程中護理師會引導您深呼吸放鬆、熱敷背部、按摩肌肉、使用生產球/花生球

減輕您的疼痛，適當時機使用減痛藥物，而減痛分娩是待產過程中減緩疼痛的措施之一，使產婦能在頻繁的陣痛過程中獲得喘息，但減痛分娩可能有其風險，接下來讓我們進一步說明。



生產球使用

醫療選項簡介

「減痛分娩」是由麻醉醫師在腰椎硬脊膜外打針，埋入細軟管以持續給予止痛藥物。打針時產婦採側臥姿勢，身體彎曲成蝦米狀，持續維持此姿勢直到注射完畢。施打完成後將以膠布固定在背部，您身邊會有一台持續給予麻醉藥物的機器，隨著產程進展，麻醉人員會透過軟管增加止痛藥物的劑量緩解疼痛。

當產程有所進展且開始疼痛時，可以考慮進行減痛分娩，減痛分娩可以緩解疼痛，但同時可能產生副作用，這些症狀因人而異，通常在產後可緩解。減痛分娩目前健保不給付，可依需求自費使用。



您目前比較想要選擇的方式是：

- 使用減痛分娩
 不使用減痛分娩
 目前尚未決定



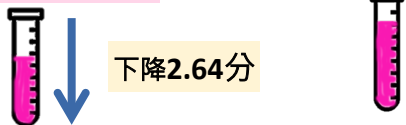
請透過以下四個步驟 幫助您做決定

步驟一 比較使用減痛分娩的優缺點

施打減痛有沒有效?

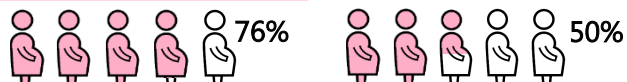
減痛分娩 依醫囑給予鴉片類止痛劑

減痛程度



使用減痛分娩比使用鴉片類止痛藥 疼痛程度減輕2.64分

產婦滿意疼痛緩解程度



使用減痛分娩比使用鴉片類止痛藥 每100位產婦增加26位感到滿意

減痛分娩會不會生的不順?

減痛分娩 依醫囑給予鴉片類止痛劑

使用更多的催產藥物 → 兩者無差異

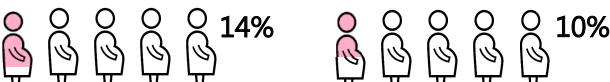
轉為剖腹產的機率 → 兩者無差異

產程時間延長



第一產程：
施打減痛分娩比未施打長32分鐘
第二產程：
施打減痛分娩比未施打長15分鐘

使用器械輔助生產(產鉗、真空吸引)



使用減痛分娩比使用鴉片類止痛藥 每100位產婦增加4位使用輔助器械

減痛分娩對胎兒有沒有傷害?

減痛分娩 依醫囑給予鴉片類止痛劑

新生兒出生時
呼吸、心跳、活力、膚色、反應 → 兩者無差異

減痛分娩的處置對我有沒有傷害?

減痛分娩 依醫囑給予鴉片類止痛劑

暫時性低血壓



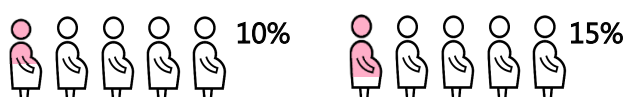
使用減痛分娩比使用鴉片類止痛藥 每100位產婦增加14位發生此情況

暫時性解尿不順



使用減痛分娩比使用鴉片類止痛藥 每100位產婦增加6位發生此情況

藥物引起之噁心嘔吐

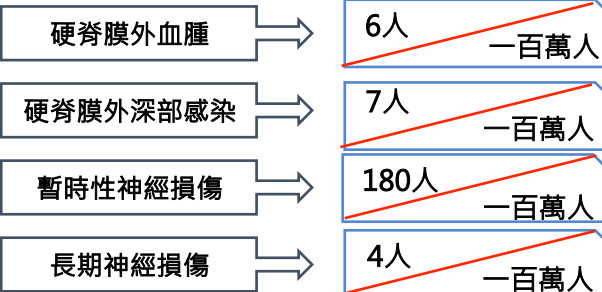


使用減痛分娩比使用鴉片類止痛藥 每100位產婦減少5位發生此情況

長期下背痛

兩者無差異

可能發生以下極少見副作用



費用

減痛分娩 依醫囑給予鴉片類止痛劑

8,000元

0元

資料來源

Anim-Somuah, M., Smyth, R. M., Cyna, A. M., & Cuthbert, A. (2018). Epidural versus non-epidural or no analgesia for pain management in labour. *Cochrane database of systematic reviews*, (5).

Ruppen, W., Derry, S., McQuay, H., & Moore, R. A. (2006). Incidence of epidural hematoma, infection, and neurologic injury in obstetric patients with epidural analgesia/anesthesia. *Anesthesiology: The Journal of the American Society of Anesthesiologists*, 105(2), 394-399.

步驟二 您選擇醫療方式會在乎的項目有什麼?以及在乎的程度為何?

請圈選下列考量項目，選擇最接近自己想法的項目

接受減痛分娩的理由	比較接近	←	一樣	→	比較接近	不使用減痛分娩的理由
雖然減痛分娩不能完全不痛，但能夠明顯改善疼痛，我願意嘗試	<	<	<>	>	>	雖然減痛分娩有機會降低疼痛，我仍想嘗試自然生產的過程
我知道麻醉藥物可能會帶來一些不舒服，但為了緩解疼痛，我可以接受	<	<	<>	>	>	我擔心麻醉藥物對我的副作用，像是噁心嘔吐、低血壓、需要器械輔助生產、尿不出來
研究證實減痛分娩的麻醉藥物幾乎不會傷害寶寶，我願意接受部分的風險存在	<	<	<>	>	>	目前研究顯示減痛分娩的麻醉藥物幾乎不會傷害寶寶，我仍希望盡量不要使用
我可以接受額外花費	<	<	<>	>	>	我不希望有額外花費

步驟三 對於上面提供的資訊，您是否已經了解呢?

1. 減痛分娩是一種無風險與副作用的減痛方法

對 不對 不確定

2. 接受減痛分娩就完全沒有疼痛感覺

對 不對 不確定

3. 減痛分娩不納入健保給付，需全額自費

對 不對 不確定

4. 減痛分娩會延長產程

對 不對 不確定

5. 待產前應該充分評估使用減痛分娩的優缺點

對 不對 不確定

步驟四 您現在確認好醫療方式了嗎?

我已經確認好想要的治療方式，我決定選擇：

使用減痛分娩
 不使用減痛分娩

我目前還無法決定

我想要再與我的主治醫師討論我的決定。
 我想要再與其他(包含配偶、家人、朋友或第二意見提供者...)討論我的決定。

對於以上治療方式，我想要再瞭解更多，我的問題有：_____。