

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



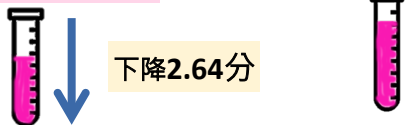
請透過以下四個步驟 幫助您做決定

步驟一 比較使用減痛分娩的優缺點

施打減痛有沒有效?

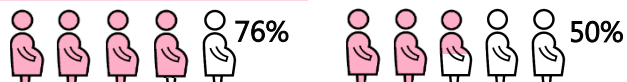
減痛分娩 依醫囑給予鴉片類止痛劑

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

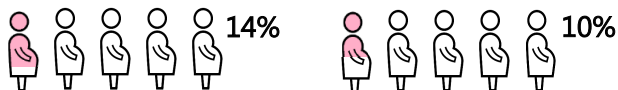
轉為剖腹產的機率 → 兩者無差異

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



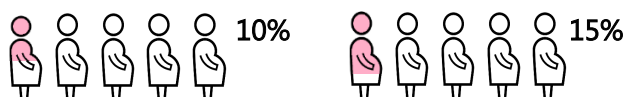
使用減痛分娩比使用鴉片類止痛藥 每100位產婦增加14位發生此情況

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

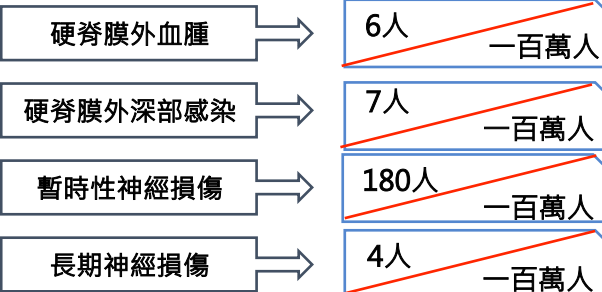
藥物引起之噁心嘔吐



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?以及在意的程度為何?

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：_____。

SURE 測驗

項目	說明	是	否
確定選擇	您確定這是您的最佳選擇嗎		
理解訊息	您知道每個選項的好處與風險嗎		
比較風險-好處	您清楚這些好處與風險對您的重要性嗎		
鼓勵支持	選擇前您有獲得足夠的意見和支持嗎		

修改自臺北醫學大學考科藍臺灣研究中心與財團法人醫院評鑑暨醫療品質策

進會翻譯中文量表