

การจัดการความปวดในระยะคลอดบนพื้นฐานทฤษฎีเชื่อมโยงระบบประสาท Pain Management in Labor Based on the Neuromatrix Theory

แพรวพรรณ แสงทองรุ่งเจริญ พย.ม.*

Praewpun Sangtongrungcharoen, M.N.S.*

ศรีสุดา งามขำ พย.ด.*

Srisuda Ngamkham, Ph.D.*

Corresponding Authors : E-mail: srisuda.n@bcnsprnw.ac.th

Received: 16 June 2019, Revised: 13 Aug 2019, Accepted: 11 Sep 2019

บทคัดย่อ

ความปวดในระยะคลอดเป็นความรู้สึกกดดันและทุกข์ทรมานอย่างยิ่งสำหรับผู้คลอด ผู้คลอดมีความรู้สึกไม่สุขสบาย ตึงเครียด วิตกกังวล เหนื่อยล้าอ่อนเพลียทั้งร่างกายและจิตใจ เมื่อเข้าสู่ระยะคลอด ผู้คลอดจะมีการหดรัดตัวของมดลูกอย่างสม่ำเสมอ ส่งผลให้ปากมดลูกเปิดขยาย ประกอบกับแรงบีบรัดตัวของกล้ามเนื้อมดลูกช่วยผลักดันให้ทารกและรกคลอดออกจากโพรงมดลูก ทำให้เกิดความปวด ความปวดจากการคลอดจึงเป็นสาเหตุของความเครียดและวิตกกังวลในผู้คลอด นอกจากนี้ความกลัวเกี่ยวกับการคลอดยังมีผลต่อความก้าวหน้าของการคลอด การจัดการความปวดเป็นการปฏิบัติเพื่อลดอาการของความกลัว ความตึงเครียด และความปวด การจัดการความปวดนั้นประกอบด้วย การประเมินความปวด การบรรเทาความปวดโดยไม่ใช้ยาและการใช้ยา ซึ่งการใช้เทคนิคหรือวิธีการจัดการความปวดโดยไม่ใช้ยาได้แก่ การสัมผัสและการนวด สุคนธ์บำบัด ดนตรีบำบัด การเคลื่อนไหวและเปลี่ยนท่า โดยอธิบายบนพื้นฐานของทฤษฎีเชื่อมโยงระบบประสาท การจัดการความปวดให้แก่ผู้คลอดเป็นบทบาทอิสระของพยาบาลในห้องคลอด บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อบรรยายถึงความหมายของความปวด กลไกของความปวดในระยะคลอด และการบรรเทาความปวดในระยะคลอดบนพื้นฐานของทฤษฎีเชื่อมโยงระบบประสาท รวมทั้งบทบาทของพยาบาลและบทบาทของผู้คลอด ทั้งนี้เพื่อให้พยาบาลมีความเข้าใจการจัดการความปวดในระยะคลอดและสามารถนำความรู้ไปส่งเสริมให้ผู้คลอดเผชิญความปวดในระยะคลอดได้อย่างเหมาะสม

คำสำคัญ: การจัดการความปวด ระยะคลอด ทฤษฎีเชื่อมโยงระบบประสาท

* อาจารย์พยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสวรรค์ประชารักษ์ นครสวรรค์ E-mail: praewpun@bcnsprnw.ac.th

* Nursing instructor, Boromarajonani College of Nursing Sawanpracharak Nakhonsawan

Abstract

Labor pain is the feeling of pressuring and suffering for laboring women. They may feel uncomfortable, stressful, anxious, fatigued and exhausted both physically and mentally. When entering the delivery period, they will have consistent uterine contraction resulted in the cervical dilatation, the baby and placenta coming out leading to labor pain. Thus, labor pain caused anxiety and stress of laboring women. In addition, fear is related to the progress of labor. Pain management is the activities to reduce these feelings. Pain management composes of pain assessment and treatment both pharmacology and non-pharmacology. Non-pharmacology treatment includes massage, aromatherapy, music therapy, movement and changing position, that was explained by the neuromatrix theory. Pain management is an independent role of nurses in labor room. The objective of the paper is to describe the pain definition, labor pain mechanism, labor pain management based on the neuromatrix theory, nurses' role and pregnancy woman's role. Nurses in the labor room should know about pain management in the delivery room to help and support the laboring women to cope with labor pain appropriately.

Keywords: Pain management, Labor, Neuromatrix theory

บทนำ

ความปวดในระยะคลอดเป็นความรู้สึกกดดัน และทุกข์ทรมานอย่างยิ่งสำหรับผู้คลอด ก่อให้เกิดความรู้สึกไม่สุขสบาย อึดอัด ตึงเครียด วิตกกังวล เหนื่อยล้าอ่อนเพลียทั้งร่างกายและจิตใจ เมื่อเข้าสู่ระยะคลอดผู้คลอดจะมีการหดรัดตัวของมดลูกอย่างสม่ำเสมอ เป็นผลต่อการเปิดขยายของปากมดลูก แรงบีบรัดตัวของกล้ามเนื้อมดลูกในการผลักดันให้ทารกและรกคลอดออกจากโพรงมดลูกทำให้เกิดความปวด ความปวดในระยะคลอด ถือเป็นปัญหาทางการพยาบาลที่พยาบาลควรตระหนักและให้ความสำคัญ เพื่อการจัดการและบรรเทาความทุกข์ทรมานจากความปวดในขณะคลอด บทบาทหน้าที่นี้เป็นบทบาทโดยตรงของพยาบาลที่ปฏิบัติงานในห้องคลอด การปล่อยให้ผู้คลอดทรมานจากความปวดเป็นเวลานาน ส่งผลให้เกิดความกลัว ซึ่งความกลัวก่อให้เกิด

ความเครียด ความเครียดเป็นสาเหตุทำให้เกิดการต่อต้านการทำงานของกล้ามเนื้อมดลูกส่งผลให้เกิดความปวด ความปวดในระยะคลอดเป็นความปวดชนิดรุนแรง ทำให้ผู้คลอดวิตกกังวลและมีภาวะเครียด จึงเป็นวงจรของอาการกลัว-เครียด-ปวด (Fear-Tension-Pain syndrome)¹

การบรรเทาความปวดเป็นกระบวนการเพื่อลดความกลัว ความเครียดและความปวด องค์ประกอบของการบรรเทาความปวดนั้นประกอบด้วย การประเมินความปวด การบรรเทาความปวดโดยไม่ใช้ยา และการใช้ยา ซึ่งการใช้เทคนิคบรรเทาความปวดโดยไม่ใช้ยาเป็นบทบาทหลักของพยาบาลในห้องคลอด และเป็นบทบาทที่พยาบาลสามารถกระทำได้โดยอิสระในการให้การพยาบาล รวมทั้งสนับสนุนให้ผู้คลอดเลือกวิธีการจัดการความปวดโดยไม่ใช้ยาที่เหมาะสมกับสถานะของตนเอง เช่น การสัมผัสและ