

GLAÐLOFT

UPPLÝSINGAR FYRIR VERÐANDI FORELDRA





GLAÐLOFT

Glaðloft er notað með góðum árangri sem verkjastilling í fæðingu en hefur því miður neikvæð áhrif á umhverfið.

Glaðloft hefur verið notað við fæðingar yfir 100 ár og er mjög vinsæl verkjameðferð því hún dregur verulega úr verkjum og hefur góð slakandi áhrif. Glaðloft hverfur auk þess fljótt úr líkamanum eftir notkun. Rannsóknir sýna að notkunin hefur hvorki neikvæðar aukaverkanir á móður né barn.

Verkjastillandi og róandi áhrif glaðlofts hefjast u.þ.b. 20 sekúndum eftir að byrjað er að anda því að sér og virkni nær hámarki eftir 2-3 mínútur. Til að ná fram sem mestum áhrifum er mikilvægt að anda að sér glaðlofti milli hríða og jafnvel inn í hríðina.

Mikilvægt er að halda grímunni þétt að vitum, fyrir munn og nef, og anda frá sér í hana. Mælt er með því að hafa grímuna hangandi um hálsinn því það eykur frásog glaðlofts og hefur þannig jákvæð áhrif á loftgæði á fæðingarstofunni. Þegar hríðin er að líða úr er gott að færa grímuna frá andlitinu og anda að sér andrúmslofti. Mikilvægt er að halda áfram að anda út í grímuna 4-5 sinnum því enn er glaðloft í lungunum. Með þessu er stuðlað að því að nýta glaðloftið sem best og minnka umhverfisáhrifin.

“
Hér er hægt að kynna sér hvernig
glaðloft nýtist best sem verkjastilling
en með lágmarks umhverfisáhrifum.”

NOTAÐU GLAÐLOFT AÐ VILD

- » Hafðu í huga að það tekur 2-3 mínútur að ná hámarksvirkni.
- » Færðu grímuna frá andlitinu við innöndun þegar fæðingarhríðin er að líða úr og andaðu að þér andrúmslofti en andaðu áfram frá þér í grímuna 4-5 sinnum.
- » Með því að anda frá sér í grímuna en ekki út í fæðingarstofuna er séð til þess að glaðloftið fari í eyðingarbúnað og breytist þar í meinlausar lofttegundir sem ekki skaða andrúmsloftið.

Glaðloft er mjög kröftug gróðurhúsalofttegund sem stuðlar að loftslagsbreytingum. Það er um 300 sinnum öflugri gróðurhúsalofttegund en koltvísýringur. Glaðloftsnotkun við eina dæmigerða fæðingu hefur jafnmikil loftslagsáhrif og 1.500 km akstur bensínbíls. Losun glaðlofts stuðlar líka að eyðingu ósonlagsins.

Kona í fæðingu ætti þó ekki að neita sér um glaðloft vegna skaðlegra umhverfisáhrifa þess. Aðrar verkjastillandi aðferðir eru heldur ekki endilega betri fyrir umhverfið svo sem notkun lyfja. Til að sem allra minnst fari út í andrúmsloftið hefur verið komið upp eyðingarbúnaði fyrir glaðloft á Landspítala sem allar fæðingarstofur eru tengdar við. Í honum er glaðloftið hitað í 450°C og þannig brotið niður í lofttegundirnar súrefni og köfnunarefni, aðalinnihaldsefni andrúmsloftsins. Glaðloftið sem notað er við fæðingu er sogað út í gegnum grímuna og flutt í eyðingarbúnaðinn.

FREKARI UPPLÝSINGAR:

- » Fæðingavakt Landspítala
- » Um umhverfisstarf Landspítala á www.landspitali.is

Vinsamlegast athugið að sjúkrahúsið getur ekki borið ábyrgð á peningum eða öðrum verðmætum svo sem sínum, tölvum o.fl. sem sjúklingar eða aðstandendur hafa meðferðis.

Athygli er vakin á því að starfsfólk og nemendur sjúkrahússins eru bundin þagnarskyldu og mega því ekki ræða um málefni sjúklinga á deildinni. Við viljum vinsamlegast biðja þig og aðstandendur þína að ræða ekki það sem þið kunið að verða vitni að eða heyra um aðra sjúklinga.

Landspítali er kennsluspítali og nemendur í heilbrigðisfræðum og tengdum greinum stunda hluta af námi sínu á spítalanum. Nemendur fylgjast með og taka þátt í daglegri meðferð sjúklinga og eru alltaf á ábyrgð og undir handleiðslu leiðbeinenda sinna.