



# Epidural veya spinal anestezi sonrası baş ağrısı

Bu bilgi notu, epidural veya spinal anestezi aldıktan sonra ortaya çıkabilecek baş ağrılarını açıklamaktadır.

Ameliyat veya doğumdan sonra baş ağrısı olması yaygındır.

Ancak, bazı insanlar epidural veya spinal anestezi sonrası 'dural delme sonrası' baş ağrısı adı verilen özel bir baş ağrısı türü geliştirir. Bu baş ağrısına yakalanma ihtimaliniz yaşınıza, geçirdiğiniz işleme ve diğer faktörlere bağlıdır.

Bu baş ağrısı genellikle epidural veya spinal anestezi sonrası 1 ila 7 gün sonra başlar.

Bu baş ağrısı genellikle çok ağrı yapar ve başınızın önünde veya arkasında hissedilir. Bu baş ağrısı yatınca hafifler, ancak oturduğunuzda veya ayakta durduğunuzda kötüleşir.

Ayrıca boyun ağrısı, mide bulantısı ve parlak ışıklara karşı hassasiyetiniz olabilir.

Daha genç hastalar ve doğum yapanlarda dural delme sonrası baş ağrısı olasılığı daha yüksektir.

## Bu baş ağrısının sebebi nedir?

Beyniniz ve omuriliğiniz, dura adı verilen koruyucu bir tabakanın içinde beyin omurilik sıvısı (BOS) adı verilen bir sıvı ile çevrilidir.

**Epidural sırasında, duranın hemen dışına** lokal anestezi enjekte etmek için bir iğne kullanılır. **Bazen, iğne yanlışlıkla durayı deler ve küçük bir BOS sızıntısına neden olur.**

Bu, işlemin zorluğundan veya anestezistin deneyiminden dolayı olabilir.

Obezseniz, skolyoz veya artrit gibi omurga sorunlarınız varsa veya epidural işlemi aktif doğum sırasında yapıldıysa (özellikle işlem sırasında yanlışlıkla hareket ederseniz) risk daha yüksektir.

**Spinal anestezi** ile, BOS'a lokal anestezi enjekte etmek için **duraya** ince bir iğne yerleştirilir. Delik çok küçüktür, ancak bazen bir miktar sıvı sızar.

Her iki durumda da, çok fazla sıvı sızarsa, beyninizin ve omuriliğinizin etrafındaki sıvının geri kalanındaki basınç düşer.

Oturduğunuzda, basınç daha da düşer ve bu da dural delme sonrası baş ağrısına neden olabilir.

Bazı insanlar bu baş ağrısını, oturduklarında veya ayakta durduklarında daha da kötüleşen çok kötü bir migren hissi gibi tanımlar.

## Bu baş ağrısı için ne yapabilirsiniz?

Düz yatmak ve parasetamol veya ibuprofen gibi basit ağrı giderici ilaçlar almak yardımcı olabilir. Ağrınız çoksa, birkaç gün boyunca daha güçlü bir ağrı kesiciye ihtiyacınız olabilir.

Yapabileceğiniz diğer şeyler:

- Bol sıvı tüketin - bazı insanlar özellikle çay veya kahveyi yararlı buluyor
- Ağır şeyler kaldırmaktan veya vücudunuzu zorlamaktan kaçının.

Duradaki delik genellikle birkaç hafta içinde kendi kendine kapanır. Ancak baş ağrınız çok kötüyse, doktorunuzu veya anestezi uzmanınızı görmelisiniz.

Basit ağrı kesici, dinlenme, sıvılar ve kafein baş ağrınıza yardımcı olmazsa, bir anestezi uzmanı epidural kan yaması ile tedaviyi görüşebilir

Nadir durumlarda, sızan sıvı daha fazla komplikasyona neden olabilir. Anestezi uzmanınız bunları size daha ayrıntılı olarak açıklayabilir.

### Kan yaması nedir?

Kan yaması, dural delme sonrası oluşan baş ağrılarını tedavi etmek için yapılan bir işlemdir. Steril bir ameliyathanede yapılır.

Anestezi uzmanı kolunuzdan kan alır ve sırtınızda duradaki deliğin yakınına enjekte eder. Kan, deliği kapatmaya yardımcı olan bir pıhtı oluşturur.

İşlem ilk yapılan epidural veya spinal enjeksiyona benzer ve yaklaşık 30 dakika sürer.

Çoğu insanda (yaklaşık 10 kişiden 7'si) baş ağrısı kan yamasından sonraki 24 saat içinde geçer.

Baş ağrısı geçmezse, başka bir kan yamasına ihtiyacınız olabilir. Çoğu insanın 2'den fazlasına ihtiyacı yoktur.

Bazen baş ağrısı kaybolabilir, ancak daha sonra geri dönebilir. İkinci bir kan yaması yardımcı olabilir. Anestezi uzmanınız bu konuyu sizinle görüşecektir.

**Kan yamasından sonra, 2 ila 4 saat boyunca yatakta düz bir şekilde yatın. Sonraki 2 hafta boyunca, vücudunuzu bükme, eğme veya zorlayan faaliyetlerden veya bebeğinizden daha ağır bir şey taşımaktan kaçının. Bu, kan yamasının yerinde kalmasına yardımcı olur.**

Bu süre zarfında günlük faaliyetlerinizde size yardımcı olacak birine ihtiyacınız olabilir.

### Kan yamasının riskleri nelerdir?

- Kan yaması birkaç gün boyunca morarma ve sırt ağrısına neden olabilir. Bununla birlikte, epiduraller ve kan yamaları uzun süreli sırt ağrısına neden olmaz.
- Başka bir dural delme kazasının meydana gelmesi için küçük bir ihtimal vardır.
- Sırtınızda enfeksiyon veya kanama gibi ciddi problemler oluşması çok nadirdir.

### Herhangi bir değişiklik fark ederseniz ne yapmalısınız?

Komplikasyonlar nadirdir, ancak tekrar şiddetli bir baş ağrınız varsa, Akut Ağrı Servisi hemşiresini arayın ve Kraliyet Kadın Hastanesi'nin Acil Bakımına gidin.

**Epidural kan yaması bölgesinde yeni veya daha kötü sırt ağrısı hissederseniz, bacaklarınızda uyuşma veya güçsüzlük hissederseniz veya mesanenizin veya bağırsaklarınızın kontrolünü kaybederseniz, en yakın acil servise gidin.**

Baş ağrınız veya tedaviniz hakkında herhangi bir sorunuz varsa, istediğiniz zaman Akut Ağrı Servisi'nin bir personeli ile iletişime geçebilirsiniz.

### Telefonda kontrol incelemeleri

Hastaneden ayrıldıktan sonra, devam eden baş ağrılarınız veya başka sorunlarınız olup olmadığını kontrol etmek için arayabiliriz

## Daha fazla bilgi ve tavsiye için

- Sorularınız veya daha fazla bilgiye ihtiyacınız varsa anestezi uzmanınızla konuşun.
- Akut Ağrı Servisi,  
Kraliyet Kadın Hastanesi
  - Pazartesi'den cumaya, saat 8.00–16.00 arası (03) 8345 2389 numaralı telefonu arayın
  - Mesai saatleri dışında: (03) 8345 2000 numaralı telefonu arayın ve nöbetçi anestezi uzmanı ile konuşmak istediğinizi söyleyin.

## Kaynaklar

- Avustralya ve Yeni Zelanda Anestezi Uzmanları Topluluğu (ANZCA)
- Büyük Britanya ve İrlanda Anestezi Uzmanları Derneği. (2010). *Management of severe local anaesthetic toxicity*. Londra. Bu başvurunun yerini şu ifadeler almıştır:
  - Anestezi Uzmanları Derneği. (2023). *Quick reference handbook: Guidelines for crises in anaesthesia*. Anestezi Uzmanları Derneği. 11 Aralık 2024'te [anaesthetists.org/Home/Resources-publications/Safety-alerts/Anaesthesia-emergencies/Quick-Reference-Handbook](https://anaesthetists.org/Home/Resources-publications/Safety-alerts/Anaesthesia-emergencies/Quick-Reference-Handbook) adresinden erişildiNot: Bu güncellenmiş referans henüz ANZCA tarafından gözden geçirilmemiştir.

## Sözlü tercümana mı ihtiyacınız var?



İhtiyacınız olursa bir sözlü tercüman isteyebilirsiniz.

## Aile İçi Şiddet Desteği

### 1800 Respect Ulusal Yardım Hattı

Cinsel saldırı, ev içi veya aile içi şiddet ve istismara maruz kaldıysanız yardım alabilirsiniz.

Günün veya gecenin herhangi bir saatinde arayabilirsiniz.

1800 737 732

[1800respect.org.au](https://1800respect.org.au)