



A.S.Z.
ZIEKENHUIS



Informatiebrochure

Hoofdpijn na een bevalling met een epidurale

I Hoofdpijn na een bevalling?

Komt mijn hoofdpijn door de epidurale verdoving?

Een bevalling is steeds een emotioneel en fysiek ingrijpende gebeurtenis (pijn, slapeloosheid, stress, emoties, medicatie, ...). Ook zonder epidurale verdoving zien we vaak hoofdpijn na een bevalling. Vaak is dit dan migraine, spanningshoofdpijn, clusterheadache, cervicogene hoofdpijn, ... Deze hoofdpijn kan zelfs behoorlijke last geven en een echte stoorzender zijn in de zorg voor uw baby na een bevalling. Toch kan er altijd (bijkomende) hoofdpijn zijn door de epidurale prik. Deze "postpunctiehoofdpijn" is een typische hoofdpijn, die op zichzelf voorspelbaar en onschuldig is, niet blijvend, maar wel heel vervelend kan zijn.

Wat is dan het verschil met andere hoofdpijn?

Heel kenmerkend voor de "postpunctiehoofdpijn" is dat deze houdingsgebonden is. Dit betekent dat de pijn toeneemt bij rechtop staan (onmiddellijk of met 15 minuten vertraging), maar ook afneemt of verdwijnt bij neerliggen (eveneens met tot 15 minuten vertraging). De hoofdpijn gaat heel vaak gepaard met oorsuizen en pijnlijke stijfheid in de hals. Ze treedt meestal op in de eerste vijf dagen na uw bevalling en verdwijnt zonder behandeling na een tweetal weken.

Wat kan er aan mijn hoofdpijn gedaan worden?

Eerst en vooral is het belangrijk dat u weet dat, hoewel de hoofdpijn zelf zeer ernstig kan aanvoelen, ze relatief onschuldig is van aard. Klassieke pijnstillers zoals paracetamol en ontstekingsremmers (NSAID's) geven vaak al een behoorlijke verlichting van de pijn. Ook voldoende drinken (in dit geval wordt voor dergelijke hoofdpijn vooral koffie, cola of andere cafeïnehoudende drank aangeraden) geeft mogelijk een verbetering van uw pijn. Bij borstvoeding beperkt u wel best uw koffiegebruik onder de 4 à 5 tassen koffie per dag. Platte bedrust kan in het geval van postpunctiepijn zeker helpen om de hoofdpijn te verzachten. Sowieso wordt er de eerste 24 uur vooral ingezet op klassieke pijnstilling, waarbij de hoofdpijn meestal ook dragelijker wordt.

In een minderheid van de gevallen hebben deze maatregelen onvoldoende effect. Bij zeer ernstige pijn, die langer aanhoudt en storend wordt, kunnen we zo nodig ambulantly in het ziekenhuis een "bloedpatch" prikken. Dit gebeurt door een inspuiting via een tweede infiltratie van enkele milliliters bloed op de plaats waar de eerdere epidurale werd geprikt. Dit is een zeer effectieve behandeling, waarbij de pijn tijdens of kort na de behandeling al kan verdwijnen. Ook spontaan gaat deze hoofdpijn na een aantal dagen tot weken over, de patch versnelt dit proces vooral.

Heeft u vragen over uw hoofdpijn tijdens uw verblijf in het A.S.Z., dan kan u steeds terecht bij uw gynaecoloog of vroedvrouw voor verdere toelichting.

Indien nodig vragen zij een consultatie bij de artsen op de pijnkliniek. Bent u reeds thuis en komt de hoofdpijn dan pas op (typisch: bij rechtop staan erger en bij platliggen beter), dan kan u terecht op het secretariaat van de pijnkliniek op 053/76.41.17. Indien nodig kan u dan met een pijnarts in contact komen om een verdere evaluatie op onze consultatie af te spreken. Zo nodig kan er een bloedpatch afgesproken worden.

Meer info over de pijnkliniek van het A.S.Z. vindt u terug op onze website <https://www.asz.be/nl/zorgaanbod/pijnkliniek> of scan onderstaande QR-code:



MEER INFO