

将孕妇的疼痛降到最低

齐鲁医院日照分院导乐师被称为孕妇身边的天使

文/片 本报记者 彭彦伟



俗话说孩子的生日就是母亲的苦难日,很多妈妈一辈子都忘不了分娩时那撕心裂肺的痛。

齐鲁医院日照分院开展“导乐”服务,以帮助孕妇在自然分娩过程中减轻痛苦。

“我们会教孕妇如何有效呼吸,并帮她按摩等进行一对一服务。”齐鲁医院日照分院主管护师董艳说,“导乐师”也被人亲切地称为孕妇身边的小天使。



孩子健康康生出来是每个导乐师的最大快乐。

妇会显得有些不知所措,导乐师会根据孕妇的身体条件教导孕妇在什么时间该干什么。

“有的孕妇一进待产室就不敢下床,我们会根据孕妇情况教她保持一种最合适的姿势,鼓励她们饮食等。”董艳说。

有些疼痛非常厉害的孕妇往往会出现身体扭曲变形等,这时导乐师就会根据孕妇的情况帮助孕妇进行背部、肢体等身体按摩。不仅在孕前,在孩子生下来俩小时后导乐师会帮着照看孩子,直到孩子与母亲没有问题的时候导乐师才离开。

专业医疗水平

过硬心理素质不能少

做一名合格的导乐师不仅要有专门的医疗水平,还要具有过硬的心理素质。

“孕妇疼痛到厉害的时候可能会使劲抓你,挠你,导乐师被抓破皮太正常了。”董艳说。

导乐师还要24小时保持开机,保证孕妇什么时候需要什么时候出现。

“很多时候都是半夜接电话,我们都习惯了。”董艳笑着说。

齐鲁医院日照分院妇产科主任腾怀兰介绍,现在剖腹产比例越来越高,很多孕妇就是害怕生孩子的时候忍受不了疼痛。

腾怀兰介绍,顺产对于孩子来说要比剖腹产好一些,“导乐服务就是最大程度帮助孕妇减轻疼痛,帮助其顺利自然分娩。”腾怀兰说。

生过孩子或护理专业才能做导乐师

19日上午10点,记者在齐鲁医院日照分院妇产科见到了市民王先生,王先生的妹妹刚生完孩子不长时间。

相比自己对象生孩子,王先生感觉自己的妹妹要轻松了许多,“我妹妹这次选择了导乐,之前听外地的一些朋友说导乐挺好。”王先生说。

王先生所说的导乐是从2006年,齐鲁医院日照分院妇产科推开的一种辅助分娩技术。导乐

师,是为产妇提供专业化、人性化、个性化的导乐陪伴分娩服务的一类职业。导乐师要能在孕妇产前、产后和临产时给予持续的行动上、感情上和信息上的支持,或者在产后提供感情上以及实际操作方面的经验及服务。

记者见到董艳时,她刚从病房里走出来,董艳从2008年开始从事导乐服务,现在已经有四年的时间,给她手里“抱”出的孩子已经达到百余个。

“抱着孩子感觉特别开心,有种特别的成就感。”董艳介绍,从事导乐要进行包括心理、护理等专门的技术培训,导乐师要求必须生过孩子的或者之前就是

护理专业的。只有经历过、了解这些事的人才能体会到孕妇生孩子的痛苦,也才能更好地为孕妇服务。

一对一孕妇服务 减轻生孩子疼痛

“有人形容生孩子就像是人生中‘死’了一回,很多妈妈一辈子都忘不了分娩时那撕心裂肺的疼,有些妈妈每当想起此事时还心有余悸。因此,当很多女性得知自己怀孕后,在喜悦之后也不免担心和害怕。”董艳说,“我们就是指导孕妇如何采取正确

的措施将痛苦减轻到最低。”

在孕妇待产期内医生不可能每时每刻陪伴在孕妇身边,而导乐是专门的一对一服务。

“当孕妇宫口打开三个,达到进入待产室条件时可以自愿选择导乐服务。”董艳说。

从孕妇进入待产室到最后生出小宝宝大约平均需要6个小时左右的时间。

“刚开始孕妇可能隔十分钟左右疼一次,但离产孩子越近可能疼痛间隔时间越短。”董艳说。导乐师就是在孕妇疼痛的时候教导孕妇如何有效呼吸,俗称为呼吸减痛法。

董艳介绍,往往这个时候孕

华润置地第二届全民晨跑圆满落幕 引爆全城

4月20日,由世界500强央企旗舰华润置地承办的“全城热身 活力日照”日照市第二届全民晨跑圆满落幕,几千名热情洋溢的晨跑爱好者身着华润专属橙色文化衫,在3.2公里的路程中,再次创造了日照健康运动的奇迹,将绿色健康文化洒向了全城。此次晨跑活动可谓是日照史上规模最大的全民公益活动之一,更是华润置地助推日照城市发展的又一里程碑。

逾两千人晨跑场面震撼 领跑宜居日照

低碳已然成为一个世界课题,日照作为世界上拥有优质空气质量的少数城市之一,是中国的骄傲,也是日照人自己的骄傲。华润置地承办的晨跑活动旨在引领健康生活模式,为建造低碳城市树立方向标。

第二届晨跑活动再次受到日照市民热捧,早上6点30分,晨跑爱好者们就陆续来到了集合地点市政府广场,并吸引现场200多名市民踊跃报名参加晨跑。他们中有五六岁的小朋友,也有将近七十岁的老人,还有许多家庭老少三辈一起动身前来晨跑。整个队伍像一支训练有素的橙色军团,以高涨的情绪和爱城市的热忱一路奔跑到底。在终点,华润中心精心安排的抽奖环节将活动再次推向高潮。

第二届全民健身晨跑活动已圆满落幕,但华润置地承办的此次活动所展现的日照“低碳城市”的城市形象进一步深入人心,这是世界500强央企旗舰华润置地公益使命的传承,更是华润中心在日照树立全新宜居生活典范的所在。



凯旋门二期【世家】户型图释放 全城热捧

2013年,华润凯旋门二期鼎献【世家】90-210m²精研户型,采用全明采光设计,并引进独立入户玄关设计,布局科学合理,方正通透,功能齐全,可满足不同的家族需求。住宅配备5.5米超高挑空入户大堂,大气恢弘,加之堂厅的奢华软装装饰,处处彰显主人的高贵品味。同时,华润带来的20余年无边界港式星级物业,使您充分享受高端社区的品质生活。华润中心·凯

旋门二期升级力作【世家】将秉承“品质给城市更多改变”的品牌理念,以基业大宅之名义,重新定义日照品质生活,敬献一城家族多年的等待!

华润中心将成为“生态宜居家园”之后日照的另一张城市闪亮名片,以一站式综合体资源在城市中心改写城市格局,刷新日照品质人居高度,全新开启国际滨海都市综合体时代。

