

# 孕产妇需要生理和精神全面支持

## 济南市妇幼保健院专家:药物镇痛、亲情陪伴可缓解分娩疼痛和焦虑

本报记者 陈晓丽  
通讯员 董自青

### 已完成五千多例无痛分娩,不影响宫缩

“分娩疼痛轻者感觉刀割一样,重者像是身体被撕裂、骨头折断,最严重者则会超过大脑承受极限,直接晕厥。”这是很多人对生孩子时疼痛程度的描述。7日上午,在济南市妇幼保健院麻醉门诊,不少孕妇正在家属的陪伴下咨询分娩镇痛。

“不同体质的人对疼痛的耐受力不同,耐受力低的真会疼得没有力气分娩,并且产痛对心理也会产生严重影响,甚至直接导致产妇情绪崩溃。”济南市妇幼保健院麻醉科主任刘伟说道,虽然现在大家已经普遍认可自然分娩对产妇和新生儿都更加有利,但是分娩时的疼痛还是吓退了不少人。

据刘伟介绍,目前产程中的镇痛方法也有很多,如呼吸法、水中分娩、穴位刺激、椎管内分娩镇痛法等药物性镇痛,最后一种就是我们通常所说的“无痛分娩”,在医学上又被称“分娩镇痛”。有研究表明,这种镇痛效果最理想有效。

随着社会观念的进步,越来越多孕妇选择无痛分娩以助顺产。刘伟告诉记者,截至目前,济南市妇幼保健院已成功实施了15147例无痛分娩术,占全部产妇数量的43%左右,最近两天前来

全面二孩时代,首选顺产的家庭越来越多。然而分娩过程中的剧痛却让不少孕妇产生恐惧心理。很多人将“忍受疼痛”看作是女性升级妈妈的必经过程,而疼痛的严重程度没有亲身经历过的人却无法想象。专家表示,无痛分娩和分娩过程中的亲情陪伴都可以有效降低生育时产妇的焦虑不安。



咨询的孕妇明显增加。

记者走访省城多家医院发现,目前开展无痛分娩的公立医院数量非常有限。而在不少西方国家,无痛分娩早已是主流生育方式,美国和英国无痛分娩率已经超过90%。如今无痛分娩进入我国已有十年时间,但是受制于麻醉医生数量等多重因素,尚未在公立医院普及。

### 麻醉用药和剖宫产相同,剂量只有其十分之一

“无痛分娩并不是整个产程的完全无痛”,刘伟解释道,通常来说分娩镇痛是在宫口开到2-3cm时再使用麻药,只是阻滞了疼痛感,不会影响孕妇产下地走路、宫缩、屏气用力等活动。

统计数据显示,无痛分娩作为一种成熟的技术手段,可使剖宫产率降低20%左右,还可降低侧切率。“无痛分娩不仅能够很大程度上减少分娩的疼痛感和产后疲倦,还能使产妇在时间最长的第一产程得到充分休息,降低产程中的体能消耗,当宫口全开时,有足够的

力气完成分娩。”刘伟表示。

同时,无痛分娩对胎儿也有一定好处,“能使子宫胎盘血流减少,改善宝宝的氧合状态。因为无痛分娩减少了母体不必要的耗氧量,从而防止母婴代谢性酸中毒的发生。”刘伟说道。

对于有些人担心的无痛分娩使用的麻醉药物会对产妇和孩子有影响,刘伟解释道,无痛分娩其实与剖宫产使用的麻醉药物相同,但剂量和浓度只有剖宫产的十分之一左右,进入母体血液、通过胎盘的几率微乎其微,对胎儿几乎也不会造成什么影响。此外,如果分娩过程中出现意外,需要剖宫产,还可缩短麻醉时间。

虽然无痛分娩有种种好处,并不是人人都适合无痛分娩。刘伟表示,有自然分娩禁忌症的孕妇不能使用无痛分娩,例如骨盆异常、头盆不称、严重胎位异常、胎儿宫内窘迫等。此外,有严重凝血异常、严重脊柱畸形等的孕妇也不可无痛分娩。“这些产科和麻醉科医生会为孕妇共同检查后确定。”刘伟说道。

### 可在门诊和助产士提前交流,分娩时一对一陪伴

除了药物镇痛,助产士更是安全妊娠及自然分娩的关键。一般产妇进入产程后,会被推进产房内待产,这个阶段要

保持无菌的环境,所以产妇身边没有家人陪同,最为亲近的伙伴就是助产士,但是第一次见到助产士,产妇难免产生陌生感和紧张感。

为了缓解产妇的焦虑和恐惧,早在2015年4月底,山东省首家助产士门诊已经在济南市妇幼保健院开设,助产士走出产房来到产妇身边,用专业知识来观察孕妇的身体和心理在围产期的变化过程,对产妇做出及时有效的健康指导。同时还可以利用VCR或动态影像资料给产妇解释整个分娩过程,介绍产房环境、医疗设备等具体情况,从而消除产妇紧张情绪。

与此同时,济南市妇幼保健院还专程推出了一对一陪伴分娩服务。据济南市妇幼保健院产房副主任高凤春介绍,陪伴分娩是一种以产妇为中心的服务模式,责任制助产士及家属全程陪伴,可以帮助产妇建立自然分娩的信心,为其提供心理、生理、精神、情感全方位的支持,不仅有利于减轻产妇焦虑情绪,还可使产后出血量、母婴并发症明显减少。

“‘产科医生/助产士—孕产妇—孕产妇家人’共同构成了分娩支持系统,三方通过良性互动,共同促进自然分娩。”高凤春告诉记者,为了减轻产妇分娩痛苦,未来该院产房将尝试采取更人性化的分娩方式,例如自由体位分娩、导乐分娩,并进一步提升分娩环境等。

## “共同抗癌,有爱不孤”公益讲座暨抗癌明星分享会16日、17日举行 顶尖肿瘤专家现场交流指导

本报9月7日讯(记者孔雨童)9月是齐鲁晚报联合山东省抗癌协会启动“抗癌明星分享会”活动一周年。一周年之际,本月16日、17日,本报将在济南举办“共同抗癌,有爱不孤”为主题的大型抗癌公益讲座暨抗癌明星分享会活动,集合省内肿瘤化疗,靶向,中医,护理,心理,营养等方面的最权威专家,为广大癌友提供面对面的服务。即日起省内癌友都可以报名参与。

省内影像诊断知名专家周存昇教授将带来《肿瘤患者出院后如何复查和预防》,并给予咨询指导。周存昇,山东省立医院医学影像学主任医师,山东大学教授,博士生导师,山东省专业技术拔尖人才,国务院特殊津贴专家。

想了解肺癌治疗及近年来大热的靶向治疗,宋恕平主任将讲解《靶向治疗的最新应用和肺部肿瘤的诊治》。宋恕平,男,主任医师,硕士生导师,中国抗癌协会肿瘤临床协作中心副主任委员,山东抗癌协会化疗专业委员会



每场抗癌分享会都会引来众多听众。(资料片)

主任委员。山东大学齐鲁医院乳腺外科主任医师杨其峰还将带来《乳腺癌的治疗与康复》讲座。杨其峰,乳腺疾病专家,留日获乳腺外科学博士,留美博士后,国家级“万人计划”专家。山东省肿瘤医院的内八区护士长李慧芹将教大家《肿瘤患者的护理与体疗康复》。李慧芹,山东省肿瘤医院副主任护师,山东省针灸学会副主委,山东省护理学会会员,山东省最美护士。

此外,更多参与本次活动的消化道肿瘤、中医,肿瘤心理治疗领域知名专家,本报会在下周陆续公布,欢迎大家关注。

时间:9月16日、17日  
地点:山东省中医院 东区二楼礼堂(经十路和山师东路交汇东北角,从西门进入)  
报名咨询电话:0531-85196052 85196381(早9:00-晚6:00)

建议:患者和家属可携带影像病历等资料到场方便咨询

枣庄癌友要坐早班高铁赶来

### “抗癌营养沙龙”本周日等您来



抗癌食堂  
主办单位:齐鲁晚报  
山东省抗癌协会

本报9月7日讯(记者孔雨童)本报抗癌公众号“癌Ai不孤单”视频栏目《抗癌食堂》首场线下活动“抗癌营养沙龙”将在本周日上午举行。连日来,我们接到了省内各地癌友的报名电话,其中枣庄癌友杨先生计划和妻子乘坐高铁来参加此次聚会。本周日,我们和抗癌明星、肿瘤专家一起在大众传媒大厦等您。

《抗癌食堂》是国内首档指导肿瘤患者康复期饮食和抗癌经验的视频栏目。自节目上线以来,我们邀请了身患淋巴瘤、乳腺癌康复15年的抗癌明星傅二宁,卵巢癌康复7年的知名抗癌作家王萍,山东省肿瘤医院肿瘤心理及营养专家赵凤岭等嘉宾来到“抗癌食堂”,讲述抗癌故事,传授自己亲身经验总结的抗癌饮食秘方。

首场“抗癌营养沙龙”即将举办的消息发布以来,我们陆续接到省内众多癌友的报名电话。枣庄癌友杨先生来电说,自己是一名乳腺癌患者,出院后康复期间一直对如何饮食和调理比较迷

茫,因此决定和妻子坐最早一班高铁来济南参与此次活动。

此次沙龙活动,大家可以坐下来交流治疗经验、抗癌饮食秘方,也可以喝喝茶倾诉一下抗癌或者陪伴家属抗癌路上的艰辛,互相鼓励,结交成为朋友,共同走向康复。

时间:2017年9月10日(本周日)上午9点30分

地点:大众传媒大厦29楼

公交:市民可乘坐102、151、165、BRT-2、BRT-3、31、39、49、70、80、K-52、K-96路公交车到山东新闻大厦站下车即可

报名方式:拨打电话0531-85196052报名或关注本报“癌Ai不孤单”公众号(微信添加qkafxh)并发送姓名+身份(患者/家属)+所患癌症种类来报名。



“癌Ai不孤单”公众号

## 济南市医院品质管理联盟成立

本报9月7日讯(记者陈晓丽 通讯员马庆琳)近日,济南市医院品质管理联盟宣告成立。济南市50余家医院的代表共300余人参加活动并

接受医院品质管理培训。山东大学附属济南市中心医院副院长肖凌凤当选联盟主席。

据介绍,联盟将在山东省医院品质管理联盟的带领下,

在济南市卫计委的支持下,搭建好医院品质管理平台,运用科学的医院品质管理工具,加强医院品质管理工作的交流和沟通。