

28岁孕妇突然羊水破了，用手还能摸到脐带搏动

# “宅产妈妈”历险记：护士跪地10分钟，救下两条命

今日女报/凤网记者 李诗韵 通讯员 王建平

3月22日，进入分娩倒计时。常德石门县待产孕妇叶婷（化名）遵医嘱来到石门县人民医院听胎心。这时，她突然感觉裤裆湿湿的——羊水突然破了，用手还能摸到脐带搏动！

紧接着，产科上演了惊心一幕：护士长双腿跪地，用手托起叶婷的脐带，一路狂奔……而叶婷也经历了一场危重孕产妇的生死救援。

今日女报/凤网记者从湖南省各大医院妇产科了解到，今年开春，受新冠肺炎疫情影响，不少孕产妇都开启“宅产妈妈”的生活——运动量减少、食量大增，长时间躺卧待产的妈妈们在安稳养胎的同时，却忽视了重要的妊娠期健康问题，让“安全待产”险成“危重分娩”。

那么，疫情期间宅家待产究竟要注意哪些问题呢？遇上紧急分娩时，我们又该如何科学处理？



叶婷脐带脱垂，护士长用手托着送入产房。

## 孕妈做好自我监测

那么，在疫情期间，孕妈妈们该如何做好自我监测，及时了解胎儿的情况呢？游一平给出了4个小建议：

**1 定期产检。**脐带真结在产前难以发现，多数在分娩后确诊，四维彩色超声有一定准确的诊断率。胎心监护可以提示宝宝是否存在宫内缺氧，正常孕妇36周后，每周1次胎心监护，高危孕妇34周开始。有脐带异常的孕妇，每周最好进行1至2次胎心监护，有条件的孕产妇可行远程监护。

**2 自数胎动。**数胎动是孕产妇自我评价胎儿宫内状况的有效方法。妊娠28周以后，胎动计数小于10次/2小时或减少50%者提示有胎儿缺氧可能。

如果脐带绕颈已造成胎儿宫内窘迫时，胎动会发生极为显著的变化。在胎儿缺氧早期，表现为胎动过多或胎动频繁，在晚期则表现为胎动减少。有脐带异常的孕妇应高度重视自己的胎动规律和变化，一旦发现异常要及时就诊。

**3 避免剧烈运动。**有脐带绕颈或异常的孕妇尽量不要剧烈运动，或者猛然间变换体位，以免造成胎动过于频繁，加剧脐带打结、缠绕的程度。

**4 做好防护。**因每位孕产妇情况不一，疫情严重时期，如到了产检日期，建议提前与产检机构联系或网络问诊，听从医生的安排。如必须去医院就诊，应做好就诊途中和在医院期间的防护。

## 现场 急产孕妇的10分钟生死救援

3月22日，石门县人民医院产科发出紧急求助——28岁待产妈妈叶婷在听胎心的时候，突然羊水破了，用手还能摸到胎儿脐带正在搏动。

护士长刘翠莲赶紧呼叫值班医生：“不好了！又发生急产了！”为了防止意外情况发生，她双膝跪地，托举着叶婷的臀部。

“脐带脱垂对产科来说是急诊中的急诊。”3月22日，值班的副主任医师刘洁介绍，脐带是连接胎儿与胎盘的纽带，母体主要是通过脐带将氧分及营养物质传输给胎儿，供其生长发育。一旦发生脐带脱垂，产妇在宫缩时，处在最先进入骨盆入口的胎儿部分与盆壁之间的脐带就会受到挤压，导致脐带的血液循环受阻、胎儿缺氧，造成严重的宫内窘迫。脐带血液循环完全或者部分阻断8分钟左右，胎儿可迅速窒息死亡。

于是，刘洁迅速启动紧急预案——告知家属、签署手术同意书、开通绿色通道、做好术前准备。而此时，刘翠莲长托举的右手感应到胎儿脐带脱垂开始，她坚持用手托举着胎头，防止脐带受压，给脐带提供一个支撑的空间。

医务人员飞快地推着平车，出待产室、进电梯、进手术室、麻醉、洗手、消毒、上台……历经10分钟抢救，随着新生儿“哇”的一声啼哭，母子平安。

“疫情期间，一些孕妇在家太久闲不住去干体力活，很可能导致意外情况发生。”刘翠莲说，妊娠晚期要避免性生活和重体力劳动，若患有阴道炎者要及时治疗，防止胎膜早破，若胎膜已破，出现胎心率异常，应立即行阴道检查，了解有无脐带脱垂和有无脐带血管搏动。疫情期间，若产妇在家发生胎膜破裂，不要过多活动，可侧卧位或抬高臀部，避免发生脐带脱垂。同时戴好口罩，保持外阴清洁，立即拨打产科急救中心电话，由医院派救护车接入院，避免不必要的人群接触。

## “宅产妈妈”的“特殊胎动”

疫情期间发生的急产，不止出现在石门县人民医院。记者从湖南省妇幼保健院了解到，3月1日，该院产二科也发生了紧急分娩的状况。一名因足月妊娠、脐带绕颈两周的孕妇入住产二科。这是她第二次做试管怀上的孩子，好不容易熬到足月，却险些因为宅家太久，忽视“特殊胎动”而引发急性胎儿窘迫。

“宝宝夜晚的胎动特别频繁，但是孕妇在家躺卧太久，没有太关注这一细节。”产二科的责护组长严玲回忆，当她给孕妇测胎心时，发现胎心波动在50-125次/分之间。凭着多年的护理经验，她意识到，很可能已发生急性胎儿窘迫。

紧急之下，医生决定马上行紧急剖宫产手术，最终救下体重为3650g的婴儿。

“宅产妈妈容易出现的另一个危险情况：脐带打结。”湖南省妇幼保健院大产科主任游一平表示，产妇出现脐带真结，脐带打结有脐带假结和脐带真结两种——脐带假结是指因脐血管较脐带长，血管卷曲似结，或因脐静脉较脐动脉长形成迂曲似结，临床上一般无大危害，很少因血管破裂而出血；而脐带真结在产前难以发现，多数在分娩后确诊，是脐带在宫腔内形成环套，胎儿活动穿越环套所致，可能影响胎儿血液循环而致胎儿胎死宫内。



手术室内，护士长一直用手托着宝宝脐带。

## ■小科普

### 六种情况下 婴儿千万别洗澡

文/何涛（湖南省儿童医院心血管内科）

1. 打预防针后暂时不要洗澡。婴儿打过预防针后，皮肤上会暂时留有肉眼难见的针孔，这时洗澡容易使针孔受到污染。2. 遇有频繁呕吐、腹泻时暂不要洗澡。3. 发热或热退48小时内不要洗澡。4. 当婴儿发生皮肤损害时不宜洗澡。婴儿有皮肤损害，诸如脓疱疮、疖肿、烫伤、外伤等。5. 喂奶后不应马上洗澡。喂奶后婴儿的胃呈扩张状态，马上洗澡易引起呕吐。6. 低体重儿要慎重洗澡。出生体重小于2500克的婴儿由于发育不成熟，皮下脂肪薄，体温调节功能差，易受环境温度的变化出现体温波动。

### 儿童服用美林 是否会损害肾脏

文/吴翠（湖南省儿童医院肾脏风湿科）

美林属于常用的非甾体类消炎镇痛药物，一般常用于发热、疼痛等治疗，这种药物属儿童、婴幼儿时期比较安全的药物，在出现婴幼儿、儿童的发热时，首选的药物就是美林，只要不是出现超剂量、长期使用的话，一般不会对身体造成大的影响，也不会损害肾脏。美林的使用剂量控制在一定的量内，对孩子的退烧非常有作用，但儿童在使用此类药物时，一定要严格控制药量，因为每一种药物不经控制便给人体使用，会产生一定的副作用；美林通常可放在家中，以备人们不时之需，运动性、消化性溃疡病患者和肾功能不全的人谨慎使用。

### 让宝宝眼睛明亮的 四种营养素

文/肖慧（湖南省儿童医院眼科）

1. 蛋白质是细胞的重要组成部分，能够对宝宝的身体组织进行较好的修补。因此可以为宝宝提供鱼虾、动物内脏、蛋类食物以及豆类食物等。2. 维生素A是宝宝眼睛需要的重要营养素，韭菜、菠菜、胡萝卜、青椒以及杏子和橘子等富含维生素A。3. 维生素C是眼球水晶体的重要组成部分，因此在宝宝的三餐中可以对其提供新鲜蔬果，例如黄瓜、冬枣、白菜、梨以及菜花等。4. 钙质有消除眼睛紧张的作用，多种食物中均含有丰富的钙质，例如蔬菜、虾皮、豆类等，通过烧鱼汤、排骨汤等手段能够增加钙质含量。