

无痛分娩为何仅三成产妇接受?

今日女报 / 凤网记者 罗雅洁 通讯员 韩旭

生孩子究竟有多疼?在医学疼痛指数中,分娩疼痛排在第二位,仅次于烧灼伤痛。而在今年10月17日第19个“世界镇痛日”来临之际,一组关于无痛分娩的数据登上热搜:全国无痛分娩的整体普及率只有30%,仍有近七成女性承受着分娩疼痛。

“忍一忍就过去了”“谁生孩子不疼的”“打无痛对孩子的智力发育不好”……时至今日,关于分娩疼痛的传统观念在不少人心中依旧根深蒂固。其实,母爱无需用疼痛来证明,而且减轻分娩疼痛,对产妇、孩子都有好处……

产房“静悄悄”的秘密

作为一名从业将近20年的麻醉医生,湖南省妇幼保健院麻醉手术科主任陈亮见过无数产妇的分娩痛楚。

“我2003年参加工作,当时的产房氛围可以说是‘人间炼狱’,产妇喊,助产士也喊。很多产妇常常疼得受不了,哭着说再也不生了。”10月18日,陈亮告诉今日女报/凤网记者,如今的产房与之前相比,变得“静悄悄”了,其中最大的“功臣”就是无痛分娩技术。

无痛分娩,也称硬膜外分娩镇痛,通过一根细管持续注入小剂量的镇痛药物,能够减轻分娩疼痛,又不影响产程。据介绍,湖南省妇幼保健院自2011年起规模化开展无痛分娩技术。“当时,湖南省内的无痛分娩率还不到10%,大概只有2%到3%的样子。”陈亮表示,无痛分娩在国外普及率很高,是辅助生产的常用技术。但“生孩子哪有不疼的”等传统观念在我国依旧存在,“而且很多人还不了解无痛分娩技术,怕对产妇、对孩子产生不良影响”。

“现在,我们医院的无痛分娩率和无痛分娩满意率都稳定在90%左右。”陈亮自豪地说,如今走在医院产房内,早已听不到产妇痛苦的哀号声,只有迎接新生命的喜悦。

产妇的要求才是最大的指征

虽然湖南省妇幼保健院的无痛分娩率稳定在90%左右,但全国无痛分娩的整体普及率只有30%。这是怎么一回事呢?

在陈亮看来,这是因为很多人对分娩疼痛存在误解。

分娩疼痛,只要忍一忍就可以了吗?其实,分娩产生的剧痛不仅会给产妇带来极大的痛苦,也可能对产妇和胎儿的生命安全造成威胁。

陈亮就遇到过很多这样的产妇。“有一次,一个产妇在生产过程中,血压一直上不来,通过超声检查我们发现,产妇患上了应激性心肌病,已经出现了心衰症状,为了防止胎儿缺氧,我们为她进行了紧急剖宫产。”他分析,产妇应该是因为分娩过程中产生的剧烈疼痛,导致交感神经强烈兴奋,加之产妇自身体质较弱,多重因素诱发了应激性心肌病,“也可以说,她这个病是‘疼’出来的”。

生孩子不疼,对产妇和孩子都好。“特别是有妊娠期高血压的产妇,疼痛可能会加剧血压升高,越疼产妇越危险,选择无痛分娩可以极大地提高生产的安全性。”陈亮表示。

关于无痛分娩还有另外一个误区,就是宫口开三指以上才能上无痛。

“产妇的要求才是最大的指征。”陈亮介绍,实际上,在2018年,国家卫健委印发《分娩镇痛试点工作实施方案(2018-2020年)》

和《分娩镇痛技术操作规范》,明确了产程开始后,产妇有要求,在产程的任何阶段都可以打上无

痛。“只要确定进入产程了,产妇要求打无痛,我们就可以打。”

针对无痛分娩全国平均普及率仅30%这一问题,陈亮也分析了原因:“一是无痛分娩要额外收费,对于很多条件不好的家庭来说,确实会犹豫。二是麻醉医生人力不足,专科医院情况还好,比如我们医院的麻醉医生是24小时待命的。综合医院,特别是县级的综合医院,有各种各样的急诊手术,没有办法留出一个麻醉医生专门做无痛分娩。”

同时,对无痛分娩的认知不够依然是原因之一。“在城市里,大家获得的科学信息多,但在一些县城和农村,有些人的老观念改不过来,认为生孩子疼是正常的,无痛分娩会对产妇和孩子产生不良影响。”

因此,陈亮和麻醉手术科的同事们仍在科普无痛分娩。“我们专门做了一个视频号,为产妇答疑解惑,希望更多的产妇能对无痛分娩有正确认知,能有更安全舒适的生产过程。”



TIPS

关于无痛分娩的问与答

问:任何人都能打无痛分娩吗?

答:首先要对产妇进行评估,无椎管内麻醉禁忌、脊柱无异常或畸形、穿刺部位无感染、凝血功能无异常,方可实施分娩镇痛。产妇正式临产,出现疼痛且规律有效的宫缩,且宫口开始扩张,就是进行分娩镇痛的最好时机。

问:打了无痛分娩后产妇还有力气生孩子吗?

答:无痛分娩的用药只是阻断感觉神经向大脑传递疼痛信号,对运动没有明显影响,99%的产妇都可以下床活动。另外,生孩子的主要动力是子宫收缩产生的推力,憋气用力只是辅助。而且,无痛分娩可以让产妇在第一产程中得到充分休息,为第二产程积攒体力,更有利于完成分娩。

问:打了无痛分娩后会腰痛吗?

答:产后腰痛与无痛分娩无关。调查表明,超过50%的怀孕女性都有过腰背痛,存在多种原因:1.妊娠期子宫增大,腹围增加,为维持身体平衡,重心前移,脊柱腰段过于前凸,胸椎后凸,腰椎前后纵韧带关节松弛,使腰椎更不稳定,易于发生肌肉损伤。2.妊娠期缺钙。3.产后激素水平的变化,使妈妈的脊柱韧带和关节变得非常松弛。4.产后过度休息,喂奶及抱新生儿的姿势不当,也会导致腰背痛。

问:打了无痛分娩还可以喂奶吗?

答:可以。无痛分娩的麻药是直接注入产妇的椎管内,其药物发挥作用也只会是在腰椎部分,而且,这个药物在产妇体内代谢的过程会很快,进入产妇血液并随乳汁分泌的剂量更是微乎其微。

科普 >>

什么是早产儿追赶性生长

文/胡娜(湖南省儿童医院儿童保健所)

早产宝宝出生后早期,与足月宝宝一样会出现生理性体重下降,而且下降的幅度更大。此外,有相当一部分早产宝宝在一段时间内还会有一个生长缓慢的过程,从而偏离正常的生长曲线。一旦宝宝的并发症得到控制,营养摄入充足,他就会加速生长,恢复到原来的生长轨迹上来。此时,他的生长速度要高于同性别、同月龄的正常足月宝宝。这种加速生长的趋势就叫追赶性生长。但追赶性生长并不是长得越快越好。目前很多研究发现,低出生体重儿出生后追赶生长的速度过快,长大以后更容易发生成年慢性疾病,比如肥胖、糖尿病、高血压、冠心病等。因此,对早产宝宝既要保证追赶性生长,尤其是线性生长,又要注意体重不要增加过快,以免影响宝宝远期健康。

孩子爱上网可致视力下降

文/欧阳静(湖南省儿童医院眼科)

一个视力健康的孩子,其视力一般在1.5左右。随着信息技术的发展,电子产品的普及,使用电脑、手机的孩子越来越多。孩子的视网膜还没有发育成型,长时间对着电脑和手机屏幕就会造成视力急剧下降。现在,不少孩子在上幼儿园时就出现近视,而此前,在家用电子产品比较少的时候,孩子的视力问题并没有现在这么严重,可见这类产品对孩子的视力伤害有多大。如果家长对于孩子上网不加以控制,孩子不但会出现视力问题,而且会因为不常运动而体质差。因此,建议家长要监管好自己家的孩子,可以适当让孩子上网看看新闻和综艺节目,却不宜长时间对着电脑,不利于孩子的健康。同时,家长应经常带孩子到户外走走,参加一些有意义的活动,帮助孩子健康成长。

给宝宝选择纸尿裤有方法

文/谢晶晶(湖南省儿童医院新生儿科)

一般来说,刚出生的婴儿较安静,选纸尿裤只在大小和质量上选择。大宝宝会因为爬上爬下,容易产生纸尿裤松动现象,加上不同的大宝宝体型不一,如果纸尿裤的腰部设计不适合宝宝的体型,纸尿裤就会包不住宝宝的屁股,而造成纸尿裤松脱。因此,家长需留意纸尿裤是否有伸缩弹性的剪裁或设计,特别是腰围部分。同时,好的纸尿裤,不论宝宝如何活动,都不容易产生外翻,而造成松脱掉落或漏尿的情况。建议父母先至卖场索取纸尿裤体验包试用,或是做一些简单的测试,如用脸触碰纸尿裤,检查它的材质;对着纸尿裤吹气,感受透气度,通常越薄的纸尿裤透气性越好,有助于减少宝宝细嫩肌肤的负担。

怎么看宝宝身上出现这三种斑

文/姚璐璐(湖南省儿童医院新生儿科)

一、咖啡斑。如果宝宝身上出现6个或6个以上的直径为1.5cm的咖啡斑,应及时就医,谨防神经纤维瘤的可能性。二、红色斑。这是新生儿时期的一种良性皮疹,主要表现为全身皮肤遍布红色皮疹,有的是不规则的大小红色斑片,有的则是高出皮面的红色斑丘疹,多发生在出生后的1-2天内,有的会在一周内消失,只要做好新生儿的护理,不要捂到、热到就会慢慢消失。三、黑色斑。本来,皮肤黑色素细胞是正常分布的,如果在皮肤的真皮层出现了黑色素细胞,而且聚集到了一块儿,就会形成先天性色素痣。对于新生儿来说,如果头部的痣大于9cm或身上的痣最长部分超过了6cm,那就要警惕病变,应咨询医生采取治疗。

家长这样护理患急性肠梗阻幼儿

文/张宇婷(湖南省儿童医院急诊综合病房)

对于肠梗阻,成人小孩都有可能发病,尤其是两岁以下孩子发病的情况并不少见。患儿常有腹痛腹泻腹胀等症,不及时处理危害很大。应该如何应对呢?对于幼儿肠梗阻,不管是什么原因引起的,家长发现相关症状后不可给患儿喂任何食物,包括水,并注意观察腹痛、呕吐及排便排气情况。如有疼痛明显或腹胀明显加重等现象时,说明病情加重,应及时送医院治疗。幼儿肠梗阻可根据情况来选择合适的疗法,而对于治疗后的患儿,家长平时要注意孩子饮食调理,少吃或不吃生冷食物,如生白薯、花生、豆类等,防止胃肠受刺激后梗阻复发。另外还要注意保暖,勿着凉感冒。