

导乐分娩、水中分娩、家属陪产、无痛分娩、产房开放日、医生进驻产房……

# 市妇幼保健院助产妇轻松生娃

□记者 魏应钦 通讯员 王春英

本报讯“我院产房的装修温馨、典雅,设有多个待产单间、导乐分娩间、水中分娩间,今天带大家熟悉一下产房环境,到时可放心生娃。”5月21日,星期二,是市妇幼保健院每周一次的产房开放日,记者看到几名孕妇按照要求换好衣装后,在助产士的引导下参观产房。这是该院产房推出诸多服务项目中的一项——产房开放日。

据了解,为了让准妈妈们舒适、安全分娩,该院作为三级妇幼保健院吹响了“服务集结号”,率先在我市开展服务项目:导乐分娩、水中分娩、家属陪伴待产、无痛分娩、为产妇送上一碗鸡蛋茶以及产科医生进驻产房、24小时值守等,备受孕产妇好评。

## 导乐分娩,让产妇轻松生娃

“导乐分娩简单来说就是采取一些非药物镇痛措施,帮助产妇减轻分娩痛苦,轻松生娃。”产房护士长陈利娜说,导乐分娩包含的项目有很多,比如分娩球、分娩凳、分娩镇痛仪的使用以及拉玛兹呼吸、按摩、自由体位分娩、助产士一对一指导等,大大提升了产妇分娩时的舒适感、满意度。

今年,鲁山县的冯女士在该院产房待产时,随着宫缩的加强,分娩阵痛令她难以忍受,遂要求剖宫产。医生和助产士综合评估后,认为她顺产条件良好,建议实施导乐分娩。导乐过程中,伴随着柔和的音乐,助产士与冯女士跳起生育舞蹈,并贴心指导冯女

士如何科学使用分娩球、分娩凳等,还帮她按摩腰背部。不一会儿,冯女士感觉分娩阵痛减轻了,腰背部的不适感也得到缓解。很快,她在助产士的帮助下,通过自由体位分娩一名健康男婴,母子平安。产后,冯女士正感疲惫、饥饿之时,助产士将一碗热腾腾的红糖鸡蛋茶端到了她面前,冯女士激动得热泪盈眶。

另外,和导乐分娩有异曲同工之效的无痛分娩也能有效减轻分娩阵痛,二者的区别在于:导乐分娩属于非药物镇痛,而无痛分娩是药物镇痛,孕妇可根据自身情况和需求自由选择。

## 水中分娩,缩短产程降低分娩痛苦

2018年,该院在我市率先开展了水中分娩项目。水中分娩是国内多家大型医院都在使用的非药物镇痛技术之一,产妇在经过严格消毒处理的分娩池中生产,可以有效缩短产程,降低分娩痛苦。

“水中分娩有诸多优势:水的浮力和包容性可以减轻产妇产后疲劳感,适宜的水温在提高产妇产后延展性的同时,可以使产妇感到镇静、肌肉放松、宫颈扩张加速,从而达到加速产程,减轻会阴裂伤的目的。在水中有利于产妇休息、放松精神,减少会阴侧切率和剖宫产率等,因此水中分娩深受产妇青睐。”陈利娜说。

今年,市区的周女士在该院住院待产生三胎时,直接要求水中分娩。医生一问才知,她前两个孩子都是在该院水中分娩的,感觉很舒适,产程很快,分娩

阵痛也不明显。应产妇要求,经医生综合评估,认为周女士符合水中分娩指征。于是,助产士严密监测胎心,观察产程,待周女士宫口开至3厘米时,进入水中分娩池。仅半个小时,周女士就顺利分娩出一名重3300克的健康男婴,且会阴部没有任何裂伤。

目前,已有数千名产妇通过水中分娩平安生产,其中不乏众多“回头客”,慕名而来的孕产妇也越来越多。

## 家属陪产,让产妇不再孤单

“由家人陪伴待产就是好,至少感觉自己不是在孤军奋战。”采访当日,刚生产完的产妇刘女士开心地告诉记者。

刘女士家住市区,一胎,产程可能相对较长,在产房待产过程中,情绪有些焦躁不安,加上分娩阵痛带来的不适感,让她几经痛哭流涕,不停地给丈夫打电话,想要剖宫产。见状,陈利娜建议其丈夫陪伴待产。刘女士的丈夫进来后,贴心地给了她一个爱的拥抱,帮她按摩,为她加油鼓劲,刘女士的心情顿时好了很多,分娩阵痛也明显减轻。最终,在助产士的指导帮助下,她顺利自然分娩一名健康女婴,一家三口幸福地拍下第一张合影照。

“大多数孕妇进入产房后,面对陌生的环境和医护人员容易感到紧张,加上对分娩知识缺乏了解,难免产生焦虑、恐惧等,这对分娩十分不利。”陈利娜说,为让产妇在一个温馨、轻松、愉快的环境下顺利完成分娩,产房推出了家属陪伴待产服务,可以让丈夫或亲友陪

伴待产,以减少产妇不良情绪发生,给其带来安全感和自然分娩的信心。丈夫陪伴待产还可增强他的责任感和夫妻感情。

## 医生进驻产房,24小时护航母婴安全

“产房不仅有助产士,还有医生守在身边,感觉很安心。”自去年9月该院产科医生开始进驻产房后,不少产妇这样反映道。

三胎政策全面实施后,针对高龄、高危孕产妇增多的情况,为保障母婴安全,该院积极从各产科病区抽调优秀业务骨干入驻产房,24小时值守,不仅加强了产房的技术力量,而且通过产科医生与助产士的团结协作,能更细致贴心地进行孕产妇的产程管理、及早识别和预防难产的发生。同时,一旦孕产妇或胎儿出现危险,需要紧急娩出胎儿终止妊娠,可及时实现分娩室与手术室、顺产与剖宫产的转换,为抢救孕产妇和新生儿争取时间,护航母婴健康。

今年,市区的张女士在该院产房待产时,医生和助产士对她严密监护,产妇自然破膜后,发现她羊水污染,胎儿胎心慢,经宫内复苏措施胎心未改善。经会诊评估后,为确保胎儿安全,医生在产房手术室为她实施了紧急剖宫产手术,顺利娩出一名健康女婴,母女平安。

该院诸多服务项目的开展使产妇受益良多。“以后,我们会继续努力,开展更多优质服务项目,提升孕产妇的分娩体验。”陈利娜说。

## 重视脊柱弯曲异常 请及时带孩子复查

□记者 杨岸萌 文/图

本报讯目前,我市儿童青少年脊柱弯曲异常筛查正在如火如荼进行中,然而只有个别家长带孩子到医院做进一步检查。5月27日,平煤神马医疗集团总医院(以下简称“总医院”)儿童青少年脊柱弯曲异常筛查组医生向家长呼吁,要重视筛查结果,有异常要及时带孩子做进一步检查。

### 脊柱弯曲异常危害身心健康

为护佑百姓健康,今年,市政府印发了“四个专项行动”方案,儿童青少年脊柱弯曲异常筛查干预行动是其中一项。

据总医院儿童青少年脊柱弯曲异常筛查组相关负责人介绍,筛查组从4月19日开始对16所学校的学生进行脊柱弯曲异常筛查,截至目前共筛查16482人,其中异常人数近一成。

“我们已经筛查15所学校,异常的约占筛查人数的一成,都已让他们转告家长,但来医院进一步检查和治疗的很少。”上述负责人说,从这种情况来看,很多家长对脊柱弯曲异常的认识不足。

据了解,我国脊柱弯曲异常患者超过300万人,并以每年30万人的速度递增,其中超过半数儿童青少年。

“脊柱弯曲异常分为先天性、神经肌肉性、退变性、病理性和特发性等,其中以特发性较多,一般来说找不到明确的原因。”总医院儿童青少年脊柱弯曲异常筛查组医生、康复一区治疗师闫俊棚说,脊柱弯曲异常在初期并无明显的病症,等发现驼背、高低肩、长短腿、扁平足等体态问题时,病



医生为学生进行脊柱侧弯筛查

情一般已经有了较大发展。

闫俊棚说,脊柱弯曲异常除了会造成体态畸形,影响心理造成社交障碍外,还会出现身体疼痛、肢体协调差、脊柱僵硬、影响心肺功能等。

另外,不少家长对脊柱弯曲异常筛查存在误解,以为要抽取体液进行检查,其实筛查时的主要工具是脊柱侧弯测量尺,在医生指导动作下进行物理测量。如果脊柱弯曲异常严重,到医院一般是进行站立位脊柱全长正侧位X线检查,根据检查结果,必要时才需要进行CT或者MRI检查。

### 早发现早矫正恢复

儿童青少年脊柱弯曲异常大多是由不良姿势引起的,如背单肩包、写字坐姿不正确、运动偏好使用一侧肢体等,女孩在月经初潮后一两年发育较快的时期(男孩比女孩晚个一两年)比较容易出现脊柱弯曲异常。腹部不对称、双髋不同高、平卧时双腿不等长、一侧

肩膀明显增大、后背左右不在同一水平、女生胸部发育不对称等都是脊柱弯曲异常的信号,家长要多加注意。

脊柱弯曲异常如果发现得早,可以通过改变不良姿势、营养均衡、增加运动来纠正,康复门诊也有相应的体操训练、理疗设备帮助矫正。总医院康复科2020年在我市率先开始做脊柱弯曲异常筛查,多年来,为不少儿童青少年进行脊柱弯曲异常干预矫正。

“一年多前,14岁的莉莉(化名)因肩背不太正常来就医,检查发现她骨盆左高右低,肩膀右高左低,确诊为脊柱S形弯曲异常。”闫俊棚说,莉莉确诊后在他的指导下改变姿势、练习体操、规律理疗、穿戴定制的支具,经过一年矫正,COBB角(脊柱侧弯严重程度的参考标准之一)从25度恢复至18度,情况大大改善。

医生提醒,脊柱弯曲异常可预防,可矫正,可手术,一旦发现孩子脊柱弯曲异常要尽快干预,矫正恢复。

## 关注精障患者健康 科教片在市六院开拍

□记者 王春霞

本报讯5月27日上午,一部真实反映我国精神障碍疾病预防和治疗的科教片——《农村精神障碍患者的防治与关爱》在我市第六人民医院(市精神病医院)开拍。

当天上午,来自平顶山市新农村数字电影院线有限公司与北京旭日平安文化传媒有限公司的编导、摄像人员进驻市六院,在医院门诊大厅、诊断室、治疗室、病房等地点展开拍摄。

据了解,为真实准确地反映我国在预防和治疗精神障碍患者方面的先进医学防治技术、医疗设备和规范化的治疗手段,为全社会特别是精神障碍患者传递权威、真实的科普信息,经国家电影局批准,上述两家公司决定联合摄制科教片《农村精神障碍患者的防治与关爱》,希望唤起更多的社会关注与支持帮助,让精神障碍患者能像正常人一样幸福快乐地生活。

据悉,此次拍摄为期3天。预计今年10月份,这部科教片将通过国家电影公益放映渠道在全国基层农村、社区放映。