

市妇幼保健院：

技术关爱让高龄产妇顺利自然分娩

“第一胎是剖宫产，二胎还有机会顺生吗？”和不少二胎孕妇一样，怀孕39周的谷女士也有此疑问。

谷女士是一名36岁的二胎准妈妈，由于在生产第一胎时饱受剖宫产的痛楚，她有着强烈的自然分娩意愿，但咨询多家医院都建议她行剖宫产，这让她十分焦心，直到4月13日她在市妇幼保健院开办的免费孕妇学校遇到了讲课的助产师张红英。

提前做好预案确保万无一失

张红英是该院中心产房一名有着33年助产经验的助产师，她热情地向谷女士介绍说：“二胎仍获得自然分娩机会的孕妇在我院不在少数，只要身体符合自然分娩标准，都可以尝试自然分娩。而且我院还是平顶山市危重孕产妇救治中心，具备5分钟内急诊

剖宫产的设施条件和技术精湛的专业医护团队，一旦自然分娩过程中出现不适，可以很快转为剖宫产。”听了张红英的介绍，谷女士心里的一块石头落了地。

市危重孕产妇救治中心主任、产科三病区主任孙菊英和副主任陶丽平一起，对谷女士进行了专业细致的评估，认为符合自然分娩条件。两人和护士长李慧英组织科室人员，为谷女士进行了周密的准备，为她尽可能地创造自然分娩的条件，并对生产时的各种可能提前做了预案，确保万无一失。

产前宣讲为孕妇驱走心理压力

为促进自然分娩，张红英还专门带谷女士来到孕妇学校，跳起生育舞蹈。“生育舞蹈有缓解孕期压力、树立自然分娩信心的作用；能锻炼盆底肌

肉，增加会阴弹性，减少分娩时的会阴切开率，双倍打开骨盆，使宝宝找到最好的胎方位，利于自然分娩；还有利于锻炼胸肌，促进产后泌乳反射，实施早接触、早吮吸、早开奶，帮助母乳喂养等作用。”在张红英的宣讲下，谷女士兴趣满满。

产妇的心情完全放松了，但是整个产科三病区的医生和护士没有丝毫放松警惕，她们按照既定方案和流程，时刻监测着孕产妇和胎儿的实时情况。毕竟谷女士经历过一次剖宫产，剖宫产后形成的带疤痕的子宫进行自然分娩，仍是一个危机四伏的过程，因为生产过程中子宫骤然承受的压力加大后，存在子宫破裂、产后大出血、中转手术等风险。

多手准备产妇诞下健康女婴

4月16日，夜幕降临，谷女

士有了生产预兆，产科三病区的管床大夫胡延峰和杨春寸步不离地守在谷女士身旁，时刻做好自然分娩和剖宫产两手准备，孙菊英、陶丽平也时刻关注，李慧英更是整夜未眠随时待命……次日清晨，谷女士被送进产房，到产房后，张红英亲任助产士，引导谷女士采用“自由体位”方式生产，并不停地给她擦汗，用温暖的话语缓解她的紧张，降低她的疼痛，激发她母爱的力量，最终在上午11点05分时，她成功诞下一名重3100克的健康女婴，母子平安。

医护人员的关爱，谷女士不仅感受到了，而且充满感激。4月18日临出院前，她亲手在大红纸上写下了一封真情流露的感谢信：是市妇幼保健院医生的专业评估让我吃了定心丸，医护人员鼓励的话语和亲切陪伴像一盏明灯鼓励着我前行，让我得以无忧分

娩。

据介绍，第一胎剖宫产的产妇二胎转为自然分娩，在国内各地都是一个难题。这位疤痕子宫产妇再次成功自然分娩，好比一场精彩的接力赛跑，从孕妇学校到产科病区再到产房，医生、护士、助产士都在自己的“赛道上”漂亮地完成了自己的使命。环环相扣的链式服务，为孕产妇顺利生产筑起了坚实的桥梁。

据不完全统计，该院自2010年开展瘢痕子宫自然分娩项目后，已让300多名类似的产妇顺利生产，减少了剖宫产率，降低了产妇的痛苦。陶丽平提醒孕妈妈们，如果之前有过剖宫产史，再次怀孕时想要自然分娩，需要到正规医院，遵循医嘱进行正规的孕检，做好孕期保健，把高危因素降到最低，这样能够大幅度提高自然分娩的成功率。

(牛瑛瑛)

结核病防治专栏

肺结核患者可以恋爱、结婚和怀孕吗？

由于结核病病程长、易复发、部分患者有传染性，因此，社会上人们对结核病存在一种恐怖心理。患了结核病的人，在婚恋和家庭问题上常常感到苦恼，带来波折。

其实，结核病并没那么可怕，随着有效抗结核药物的发现和应用，只要坚持规律治疗，结核病是完全可以治愈的。因此，患者完全可以恋爱、结婚，建立美满的家庭。当然，如果患者还没有开始恋爱，最好在病愈以后再考虑。如果在得病以前已经开始恋爱了，双方可以保持恋爱关系，为了使患者保持良好的心理状态，对方应该给予精神上的安慰、鼓励，并督促其坚持治疗。

至于结核病患者什么时候结婚为好，这要根据病情而定，一般来说，结核病活动期最好暂不结婚，重症和排菌患者更是这样，最好等病愈之后再考虑。一般女性患者要在疾病康复后两年以上结婚为好，或者婚后暂不怀孕。因为怀孕时身

体各系统都有很大的变化，如新陈代谢加快、内分泌发生变化、心肺负担加重；而妊娠早期的恶心、呕吐等反应也会影响身体营养的吸收利用；另外，生产过程和产后哺乳对患者更是一种巨大的消耗和负担；再者，从优生优育的角度考虑，暂不怀孕也是必要的，因为有些抗结核药物对胎儿有影响，也会造成用药困难，影响治疗效果。

如果患者在怀孕后才发现结核病，要及时和医生商量解决办法。只有当病情比较轻，或病情虽重，但治疗效果好，身体一般状况也好，没有心肺功能不全和其他严重合并症，以及能保证规律用药时才可以继续保持孕期。假如患者不具备这些条件，应该在两个月内中止妊娠。

产后是结核病容易反复的时期，有条件的患者要尽量避免哺乳，且要坚持服药和定期复查。

(市第三人民医院 韦旭)



网约护士 护理上门

5月8日，在长沙市某小区一位患者的家中，湖南省人民医院呼吸治疗专科的护士文辉(左)在为患者做简易肺功能检测。

自2017年以来，湖南省人民医院推

出“互联网+护理服务”网约护士项目，市民可通过网络预约专业的医护人员上门，为有需要的老人、孕妇以及出院患者等提供线上线下的专业照护和健康指导。

新华社记者 陈思汗 摄

5月11日是世界防治肥胖日：长得胖也是一种病

(上接B1版)

术后健康的生活习惯助力科学减重

“形象地说，术后的患者是‘成人的身体、婴儿的胃’，需要重新形成新的健康饮食习惯。”吕玉福说，术后早期需要个案管理师针对不同的患者制订不同的饮食指导方案，从而确保蛋白质、维生素和微量元素等营养物质的补充，也会根据每位患者的体重及基础疾病情况，制订不同的运动锻炼方案。

术后3个月是减重的黄金期，需要严格按照个案管理师的饮食、运动指导，养成合理健康的生活习惯，同时要及时复查相关营养指标，避免减重术后并发症的发生。在减重黄金期之后，绝大多数患者体重能减掉多余体重的70%至80%，并能感到精神、体力、睡眠等代谢情况较术前有明显好转。

吕玉福表示，对于超重或轻度肥胖症人群来说，节食、运动等是首选减重方案。研究表明，人们体内存

在精细的监测及调控系统以维持体重稳定，称之为“调定点”，持续维持高体重(中重度肥胖)可引起机体的适应，体重调定点不可逆升高，常规的节食运动等减重方法短期内有效，一旦恢复正常饮食，在升高的体重“调定点”的作用下，机体将很快复胖。因此，中重度肥胖症进行积极的减重代谢手术可能是最佳减重方案。而能否进行减重代谢手术，必须由专业的医生进行严格科学的评估以后来决定。

2021年全市艾滋病医疗救治质控工作会议召开

本报讯为总结2020年全市艾滋病医疗救治工作及2021年督导情况，提高我市艾滋病医疗救治水平及规范抗病毒治疗，近日，由市卫健委主办，市艾滋病诊疗质量控制中心(平煤神马医疗集团总医院感染性疾病科)承办的市艾滋病医疗救治质控工作会议在示范区召开。

平顶山市艾滋病诊疗质量控制中心主任、平煤神马医疗集团总医院感染性疾病科主任

张国栋对2020年平顶山市艾滋病诊疗质控指标进行了通报，并做出2021年的工作安排。

会上，平煤神马医疗集团总医院感染性疾病科第四病区主任宋巍详细介绍了HIV抗病毒方案的制订及常见副作用处理；副主任医师艾莉莎就HIV职业暴露的相关知识进行了培训。

会后，大家就目前存在的问题进行了讨论。(牛瑛瑛)