

当妈妈，原本可以不那么痛！

我省妇产科医生呼吁推广无痛分娩

■ 本报记者 侯赛



自然分娩究竟有多痛？有产妇将自然分娩之痛比作“20根骨头同时折断”，有的比作“小腹被大锤连续抡了十几个小时”，还有产妇感叹“当时痛得想死的心都有了”。然而，这样赌气似的话却一语成谶，近日，在陕西榆林市第一医院绥德院区上演了一场人间悲剧：一名26岁产妇因难以忍受剧痛想剖宫产遭拒后跳楼身亡，一尸两命。

一时间，该事件引发众议，为什么产妇不选择无痛分娩？无痛分娩是怎样的体验？是不是所有产妇合适无痛分娩？目前我省各大医疗机构对无痛分娩技术的推广情况如何？对此，本报记者采访了我省多位妇产科医生、麻醉医师和相关业内人士，为临产孕妇和相关家庭提供一些参考。

A 无痛分娩风险小

近些年，我国对剖宫产的限制越来越严格，没有明确的医学指征，很难对产妇进行剖宫产。顺产对产妇和孩子健康的好处，也越来越多的孕妇倾向于顺产。可有没有办法能够缓解生产的痛苦呢？

答案是：有的。三亚市妇幼保健院麻醉科主任陶玉娟介绍，在分娩过程中采用分娩镇痛方法能有效降低孕妇的疼痛度，使自然分娩更加顺利。

据了解，目前的分娩镇痛方法包括非药物性镇痛和药物性镇痛两大类。非药物性镇痛包括精神安慰法、呼吸法、水中分娩等，其优点是对产程和胎儿无影响，但镇痛效果较差；药物性镇痛包括笑气吸入法、肌注镇痛药

物法、椎管内分娩镇痛法等。最常见的药物类无痛分娩，即通过往产妇脊柱内注射麻醉药的方式，麻醉产妇胸部以下传导疼痛的神经，也就是“硬膜外镇痛”（或称椎管内分娩镇痛法，也就是俗称的“无痛分娩”）。

据介绍，硬膜外镇痛是一项临床麻醉技术的应用，临床实践并未发现对胎儿有任何不良影响。分娩镇痛的麻醉药物剂量只有剖宫产麻醉药物剂量的10%或更少，且都由训练有素的麻醉科主治以上医师在严密监测下执行，因此风险极小。

“‘分娩镇痛’的实施，使大多数因害怕分娩疼痛而选择剖宫产的产妇，可以选择自然分娩。”陶玉娟介

绍，事实上，无痛分娩也不是完全无痛，因为剂量和个体差异的原因，产妇们会有各种反应：感到三分痛、感到比以前缓解一些、能行走的分娩镇痛，或是感觉不到任何东西，大约有12%的产妇仍能感到疼痛指数大于3级的痛感。

谈起采取了分娩镇痛后的感觉，曾经选择无痛分娩的产妇张玉影打了一个比方：那就是从“地狱”到“天堂”啊！“前一秒还痛得咬牙切齿想打人，后一秒这痛感就消失得无影无踪，可以谈笑风生刷手机了。”张玉影是宫口开了5指，在忍受不住的情况下，才在医生的建议下采取分娩镇痛，她告诉记者，很后悔当时没有早一点采取分娩镇痛。

B 无痛分娩并非人人适合

说：“一旦发生危急重症等各种意外，可以在导管里换麻药或者加大麻药剂量后马上做剖宫产，不需要另外耽误时间去麻醉了，更避免了有些产妇情况危急来不及打麻药被‘生剖’，从而降低了‘顺转剖’的危险。只要产妇愿意且身体条件允许，无论是开了一指还是五六指，整个产程中都能进行无痛分娩。”

C 无痛分娩虽好却推行难

尽管无痛分娩技术已经成熟，在欧美国家，无痛分娩的比例高达80%以上，但在国内，这个比例却不到10%。

9月11日，记者先后走访我省主要三甲公立综合医院、妇幼保健院机构和民办专科医院了解到，目前分娩镇痛技术在我省各大妇幼保健院机构和民办专科医院中，已经开展得十分成熟，开展比例比较高的医院，比如海南现代妇女儿童医院，顺产的产妇中，无痛分娩的使用率已经高达80%。

我省主要妇幼保健医疗机构，比如海南省妇幼保健院、海口市妇幼保健院和三亚市妇幼保健院都已经开展了无痛分娩技术，有的使用率已经达

到10%以上。相比之下，三甲公立综合医院目前普及率还比较低，由于种种原因，大部分公立综合医院甚至尚未开展该项技术。

海南现代妇女儿童医院妇产科主任杨舒盈说：“分娩镇痛技术并未完全普及，主要是由目前中国经济水平和医疗资源供应状况决定的，未被纳入医保也是无痛分娩技术推行的一大障碍。”

记者了解到，无痛分娩技术的使用，需要1000元-2000元，对于城市条件好的家庭来说，这笔费用可能不值一提，但对于一些农村贫困患者来说，也是考量使用与否的关键因素。

无痛分娩需要大量麻醉师，记者

虽然“无痛分娩”的好处多多，但并非所有产妇都适合，其禁忌包括头盆不称、骨盆异常、胎儿窘迫、胎盘早剥、前置胎盘等。王金鸿介绍，该院孕妇提出无痛分娩要求后，会有医生对其进行评估，符合条件方能进行镇痛。如有一些用药的禁忌症或者对药物过敏的孕妇，这是不可以进行无痛分娩的，一切都要以检查的指征为依据。

走访我省各大医院了解到，目前我省大多数医院都存在麻醉师数量缺口问题，连日常的手术工作都忙得团团转，更无暇分身去做长达十几个小时看护患者的分娩镇痛。

此外，落后的生育观也是无痛分娩技术推行的一个主要阻力。

海南省妇幼保健院妇产科一线医生黄赞怡告诉记者，日常工作中，经常遇到产妇无法忍受产痛，要求使用无痛分娩，最后却被“七大姑八大姨”拦下的情况。“麻醉对孩子不好”“生育的疼痛是每个女人应该承受的”等落后生育观，依然在我省有些地区根深蒂固，成为阻碍推行无痛分娩的一道坎。

准妈妈看过来—— 无痛分娩小问答

在此次采访中，海南日报记者特别梳理了准妈妈们关心的一些问题，请妇产科专家进行解答：

■ 无痛分娩的好处有哪些？

- 1.降低产妇应激反应；
- 2.让准妈妈们不再经历疼痛折磨，减少分娩时的恐惧和产后的疲倦；
- 3.在时间最长的第一产程得到休息，当宫口开全时，因积攒了体力而有足够力气完成分娩；
- 4.减少不必要的耗氧量，防止母婴代谢性酸中毒的发生；
- 5.避免子宫胎盘血流减少，改善胎儿氧合状态。

■ 会导致产后腰痛吗？

产后不同程度腰痛发生率在40%左右，是分娩自身因素引起的，与无痛分娩真的没有关系，对症治疗和休息是可以缓解的。

■ 无痛分娩会不会拉长产程？

不会。相反，用了无痛药物之后，身体放松了，宫口反倒会开得更快。此外，研究发现，使用镇痛后，产钳的使用率没有发生变化，初产妇剖宫产率却是下降的。无痛分娩并没有增加产伤，反而由于母亲侧切率的急剧下降而减少了母亲的产伤。

■ 无痛分娩对宝宝有影响吗？

使用的药物浓度及剂量远远低于剖宫产麻醉，药直接注入椎管内，而不是通过静脉，药量到母亲体内循环以后，通过胎盘的药物微乎其微。

■ 分娩镇痛后可以立即喂奶吗？

可以。椎管内分娩镇痛的药物作用在局部，进入母亲血液并随乳汁分泌的药物剂量微乎其微，对孩子不会有什么影响。

（侯赛）

2017年海南省肿瘤学大会召开 400多名专家 探讨肿瘤诊疗新技术

本报讯（记者符王润）近日，2017年海南省肿瘤学大会在海口召开。国内肿瘤学领域多名专家及海南省从事肿瘤学相关专业医务人员共400余人聚集一堂，共同分享、交流肿瘤学领域最新研究成果和成功经验，探讨肿瘤学领域诊疗新技术。

本届大会主题为“多措并举，开创海南肿瘤诊疗新局面”。会上，肿瘤学多名专家通过学术报告、专题讨论等形式，开展了包括鼻咽癌放射治疗进展、早期肺癌的诊断治疗进展、肠癌肺转移现状与进展、癌症警钟、PET/CT 在肿瘤诊治中的价值、肿瘤的姑息治疗、肿瘤的血管性介入治疗等近20场讲座。讲座内容丰富，精彩纷呈。参会人员展示、交流了各自在肿瘤学各相关领域研究成果和经验，纷纷就专业领域的热点、难点进行深入讨论。

本次大会由海南省肿瘤医院、海南省抗癌协会、海南省肿瘤防治中心、海南省医学会肿瘤学专业委员会、海南医学院肿瘤研究所等联合举办。参会的肿瘤学领域专家分别来自中山大学肿瘤防治中心、解放军总医院海南分院、哈尔滨医科大学附属肿瘤医院、海南省肿瘤医院、海南省人民医院、海南医学院第一附属医院、海南医学院第二附属医院、海口市人民医院、儋州市人民医院等多家省内外知名医学院校和医院。

首届“白求恩式好医生”颁奖活动 在北京举行 海口市人民医院医生 白树堂获表彰

本报讯（记者符王润）近日，首届“白求恩式好医生”颁奖活动在北京举行，全国共50人受到表彰。海口市人民医院心胸外科主任白树堂荣获“白求恩式好医生”荣誉称号，也是海南唯一获此殊荣的医生。

白求恩是医疗卫生工作者学习的榜样，白求恩精神始终是医疗卫生工作的基本遵循。几十年来，白树堂医生在救死扶伤的岗位上无私奉献、精益求精，展现了新时期白求恩式好医生的风采，曾获得“海南省百姓身边的好医生”“海口市十大新闻人物”等荣誉。

“白求恩式好医生”大型公益评选活动由白求恩精神研究会和中国医师协会等共同发起。

学习成绩好不好 健康习惯很重要

美国卫生部门近日发布的一份报告显示，学生的锻炼、生活习惯等健康行为与学习成绩“紧密关联”，学习差的学生更可能吃得不健康、更少锻炼并参与药物滥用、暴力和性行为。

美国疾病控制和预防中心在其最新一期《发病率与死亡率周刊》上报告说，对2015年美国高中生危险行为的调查结果分析显示，与学习成绩多数是A的学生相比，学习成绩多数是D和F的学生报告注射非法药物的可能性高出9倍，报告过去一个月至少有一天没去上学的可能性高出5倍，报告有4名及以上性伙伴的可能性高出4倍。

与此相反，学习成绩多数是A的学生报告过去一周每天吃早饭的可能性，是学习成绩多数是D和F的学生的2倍，而报告过去一周至少5天每天锻炼至少60分钟的可能性则是1.5倍。

美国中学一般用A、B、C、D和F这5个等级衡量学生各科学业成绩的好坏，A是最高级，F是最低级。

美疾控中心主任布伦达·菲茨杰拉德表示，这些发现凸显了学生健康习惯与学习成绩之间的关联。健康与学习成绩之间并不相互排斥。学校、家长和社区应该共同努力，为促进下一代的身心健康营造最佳环境。

（据新华社）



给我关注 还你健康

健康周刊广告联系：18976640822

投稿邮箱：hnrjzkz@qq.com



秋季贪食海鲜当心痛风

秋季，正是海鲜肥美的时节。疾控部门提醒市民注意食用海鲜的方式方法，避免因食用海鲜不当引发腹泻、痛风。

疾控专家介绍，海产品中携带很多细菌，如果加工不彻底，很容易造成细菌感染，引起腹痛、腹泻、恶心、呕吐。鲜活海鲜的蛋白质含量高，但死亡后蛋白质易分解变性，若不能及时冷藏保鲜，细菌大量繁殖，不但营养价值降低，食用后还可导致腹泻。海产鱼类中青皮红肉鱼类（如金枪鱼、竹壳鱼）含有较多的组氨酸，当鱼体不新鲜或腐败时，产生自溶作用，可导致食物中毒。

专家提醒，海鲜中含高蛋白，大

量摄入蛋白质会使人体处于一种微酸的环境，促进尿酸结晶的形成。另海鲜中含有丰富的嘌呤，在人体的新陈代谢过程中，嘌呤分解后又生成尿酸，如果大量食用海鲜，短时间内体内产生大量的嘌呤，会导致尿酸在体内蓄积，蓄积到一定浓度，尿酸会结晶析出，而这些结晶发生在关节处就会导致痛风。对于痛风患者，吃这些食物可能引发病症，不建议食用。健康人群食用海鲜也需节制。

专家提醒，食用海鲜要注意食用方法：一是确保海鲜类食物的新鲜和卫生，忌食已死亡、不新鲜的或烹饪后隔夜的海鲜；二是彻底煮熟后再食用，高温可将水产品当中的细菌及寄生虫杀死。（据新华社）

医护人员精心呵护 爱心人士伸手援助 袖珍儿完成生命闯关康复出院

■ 本报记者 符王润 通讯员 姚强

“真的很感谢你们！是你们的爱心、热心和善心救了这个孩子！”9月6日上午，出生快两个多月的小贝贝（化名）终于要出院了。一大早起到海南现代妇女儿童医院的小贝贝的父母和爷爷奶奶等亲人，双手合十、笑容满面地向医护人员道谢。

今年6月26日，只在妈妈肚子里待了26周的小贝贝提早出生了。刚出生时的他特别“袖珍”，体重仅有900克。在经过医护人员71天的精心治疗与护理后，他的体重增至2640克，最终完成生命“闯关”，于9月6日康复出院。

“一年前，我怀胎5个月的宝宝不幸流产，今年再次怀孕，谁知到6个多月时突然腹痛，家人赶紧把我送到医院。”小贝贝的母亲周女士回忆道，小家伙只有6个多月胎龄，出生时全身青紫，呼吸微弱，必须入院紧急抢救。“这是我怀孕两胎好不容易保住的小生命，就是倾家荡产也要救他！”周女士说。

这个只有900克的超低出生体重早产儿，身体各个系统和器官尚未发育成熟，一出生就罹患新生儿呼吸窘

迫、新生儿肺炎、肺出血、颅内出血等不良症状，在救治过程中只要任何一个环节出现差错，对孩子的影响都是致命的。

“刚入院时孩子已出现病危征兆，家属不愿放弃治疗，我们也想留住这个小生命。经过新生儿科医护团队的奋力抢救，给孩子实施28天有创呼吸机辅助通气，6天无创呼吸机辅助通气，25天鼻导管吸氧等治疗措施，孩子的情况才逐步稳定下来！”海南现代妇女儿童医院新生儿科医师杜积昌说，一般而言，胎龄越小，体重越低，患儿出现的并发症就会越多，死亡率越高。呼吸、感染、喂养，哪一关都需要医护人员精心照料。71天的精心照顾，责任护士一天不落给宝宝拍照记录他的成长，孩子的皮肤一天天红润，体重也从刚出生时的900克增加到2640克，目前各项生命指标恢复正常，后期只要定期体检和随访，基本不会影响正常生活。

周女士夫妇以卖菜营生，每天辛苦劳作才能维持生计。为了保证孩子能够顺利治疗，这个原本不富裕的家庭几乎倾尽所有，不得已借助网络捐助平台向社会各界爱心人士求助。医院在



出生时小贝贝脚丫只有成人拇指大。
海南现代妇女儿童医院供图

得知他们的情况后，也为这位特殊的早产儿开通绿色通道，在治疗和护理上给予特别照顾。经过社会各界爱心人士的帮助，周女士一家的燃眉之急也得到了缓解。