

大家健康·好孕好育

自然分娩就得忍受剧痛吗？ 2016“无痛分娩中国行”艾玛站近日启动 美国专家告诉你真实的“无痛分娩”

记者 章贝佳

“全面二孩”政策放开后，越来越多的准妈妈在生第一胎时选择了顺产。

日前，由美国西北大学芬堡医学院发起的国际医疗公益活动“无痛分娩中国行——杭州站”在杭州艾玛妇产医院启动，该公益活动旨在推行安全有效的椎管内分娩镇痛，改变高剖宫产率的现状，提高产妇、胎儿及新生儿的安全性。

据悉，“无痛分娩中国行”活动计划在10年内，帮助中国建立10个以上的产科麻醉培训基地，将国内的椎管内分娩镇痛率提高10个百分点，每年让150万产妇受益。

美国无痛分娩普及率接近86% 剖宫率大幅下降

在医学疼痛指数中，产痛仅次于烧灼伤痛而位居第二。

现任德克萨斯大学西南医学中心麻醉科副教授的陶为科是“无痛分娩中国行”活动的指导专家之一。前日的研讨会中他介绍说，在美国，接近86%的产妇选择“无痛分娩”作为镇痛方式（无痛分娩让她们在接近无痛的状态下，完成整个分娩过程），在中国，它仅占10%左右。

“美国还未普及无痛分娩时，产房是医院里最吵的地方，来自世界各地不同国家、不同年龄的哭闹声，不同的语言、哭腔、忍痛的方式，那时候觉得产房是最痛苦的地方；而现在的产房很安静，产妇们一边看着电视，一边安逸地生孩子。”研讨会中，美国洛约拉大学医学中心妇产科医生John Shek说。

“无痛分娩”，在医学上其实叫做“分娩镇痛”，是使用适量的麻醉药物使分娩时的疼痛减轻甚至消失，让准妈妈们不再经历疼痛的折磨，减少分娩时的恐惧和产后的疲倦；临床上常用的方法一般是硬膜外阻滞镇痛（麻药注射）等，让产妇在最需要休息、时间最长的第一产程得到“休养生息”，到了最后的分娩关头就更有力量。

艾玛名誉院长朱春芝：临床安全第一 无痛分娩麻药药量仅为剖宫产的1/10

“产妇个体差异大，对疼痛的耐受度不一，但无论哪种分娩方式，哪种产程标准，都应临床安全第一。”在当天的研讨会上，杭州艾玛妇产医院名誉院长朱春芝教授说。

“无痛分娩采用麻药药量相当于剖宫产的1/10，对母体的影响小。”杭州艾玛妇产医院麻醉科张勇军主任介绍，麻药只作用于盆底骨骼肌和痛觉神经，不影响运动神经，也不会影响到产妇控制宫缩的盆底子宫平滑肌。通过合理把握用药浓度，能够在很大

程度上避免对骨骼肌及运动神经的损伤。

艾玛五月起临床建议无痛分娩 目前院内七成多自然分娩产妇选择无痛

近几年来，杭州无痛分娩的发展和运用走得比较快。

张勇军主任介绍，尤其是专科医院，百分比大概在50%左右。

“从今年五月开始，在临床上，我们建议产妇应用无痛分娩来减轻分娩痛苦。近几个月来，院内自然分娩产妇中的73%选择了无痛分娩，很多产妇原来是因为怕痛打算做剖宫产的，现在也转而选择无痛分娩。”

张主任介绍，实际上，杭州目前有无痛分娩需求的产妇比以上数据还要大许多，但由于医院病人多，业务量大，麻醉医生资源比较短缺，因此增长量上仍有局限，难以广泛开展。

陶为科副教授、张勇军主任解答无痛分娩常见问题——

1. 无痛分娩真的完全无痛吗？

答：无痛分娩的无痛是相对的，因为分娩时用的麻醉剂量很小，所以产妇仍然能感觉到宫缩的存在。无痛分娩只是没法让疼痛降低到可以忍受的程度而已，不过，临床上有些耐痛力比较好的妈妈会表示真的不太痛。

2. 无痛分娩对产程时间是延长还是缩短？

答：无痛分娩一般在产妇宫口开至2-3指时开始实施，根据临床观察，进行无痛分娩介入后，产妇的产程极大部分是加快的。

我们认为，这一方面是因为无痛分娩让盆底骨骼肌放松，有利于产道助产，另一方面则是产妇消除了很大程度的临产恐惧和紧张感，放松了精神，在第

一产程储备到充沛的体力，因而在第二产程利于分娩出新生儿。

3. 二胎妈妈可以选择无痛分娩吗？

答：二胎妈妈要选择无痛分娩，首先要了解她是否为高龄产妇？身体是否有其他怀孕以外的综合性疾病？比如：高血压、糖尿病、血液系统疾病等。必须经过产科医生的综合检查及评估。一般来说，经产妇与初产妇没有大的区别。除非第一胎是剖宫产手术的。

2016无痛分娩中国行杭州站—— 杭州艾玛妇产医院

“无痛分娩中国行”是由美国芝加哥西北大学芬堡医学院麻醉科华人医生胡灵群教授发起的一项公益性活动，旨在向国内的医疗机构和群众推广分娩镇痛的新技术和新理念，改变高剖宫产率的现状，提高孕产妇、胎儿及新生儿的安全。

这项公益事业截至目前，已在中国开展了8年。目前，在浙江地区已辐射杭州、宁波、温州、嘉兴、温岭等地省、市多家妇幼保健院。

由美国德克萨斯大学西南医学中心麻醉科陶为科副教授，美国洛约拉大学医学中心John Shek医生、德克萨斯州达拉斯市帕克兰医院新生儿重症监护室资深护士Valerie Simcik及产房资深护士Amanda Lam等组成的医疗团队进驻艾玛，并受聘为该院无痛分娩技术指导专家。

据了解，活动期间，专家组不仅将在杭州艾玛妇产医院做学术交流，并将对该院医护人员进行全方位多学科（麻醉、产科、护理、新生儿、产前教育）临床实践指导，具体到产妇的体位、进食、饮水、静脉通道、不同操作手法、各项操作常规、临床观察记录、急救常规、麻醉车装备、紧急剖宫产演练等。目的是提升艾玛学科理论、技术水平和团队合作能力，有效管理分娩疼痛，帮助孕产妇提升分娩舒适度。

还没来得及进产房 宝宝就出来了 产科医生在胎心监护室搭起临时产房

记者 俞茜茜 通讯员 邹芸 谢晨

“有个孕妇破羊水了，可能马上要生了！”前天上午，树兰（杭州）医院（浙大国际医院）的胎心监护室里，传来护士的呼叫声。正在对面看门诊的产科主任陈叶琴立即赶过来，看到孕妇躺在监护床上，满头大汗。

许女士家住城北，30岁，有个5岁女儿。前天凌晨4点多，她在睡梦中隐约感觉到肚子胀痛。

“当时感觉肚子发胀，持续了一个多小时，后来慢慢恢复正常。和生第一胎的时候比，感觉不像是临产征兆。”她说，由于离预产期还有5天，她觉得自己不会这么早就发动，而且昨天恰巧要产检，正好可以顺便咨询一下医生。

10点40分，丈夫陪着许女士到浙大国际医院做产检。没想到刚下车走到医院门口，肚子就开始痛，走进诊室里没多久，羊水就破了。陈叶琴主任立即为她做宫颈检查，发现她宫口已全部打开，可以看到宝宝黑色的头发，宝宝马上就要生了。

情况紧急，已经来不及将孕妇送到产房，陈叶琴主任启动应急预案。短短五分钟内，诊室旁边的胎心监护室被改造成临时分娩室，所有医护人员均到位。11点05分，胎心监护室里响起响亮的哭声，宝宝平安出生，是个男婴，体重3620克。

“真的是运气好，家住得离医院近，10分钟车程就到了。而且到了医院后，医护人员处理得也非常及时。万一宝宝在家里或路上出生，就麻烦了。”许女士的丈夫说。

许女士说，自己生第一胎时，是过了预产期好几天才发动的。“当时也是晚上突然肚子疼，半夜到医院，过了四五个小时才生，没想到这次会这么快。”

许女士的生产过程非常短，从接到求助到完成接生，前后不超过十分钟。“通常情况下，我们会建议孕妈妈在出现规律宫缩，大约间隔五六分钟一次时，到医院待产。但是这样的经验只适用于初产妇。对于经产妇来说，从出现规律宫缩到宫口全开，时间会缩短很多。”产科护士长徐丽雅说。



产科医护人员在胎心监护室临时为许女士接生。 医院供图

徐丽雅提醒，现在生二胎的妈妈越来越多，她们在备孕时要格外注意自己的身体状况。一般建议足月（37周）以后，一有“风吹草动”就要赶紧上医院。

“对于足月的二胎孕妇来说，像腰酸、腹部有坠胀感都是临产信号。出于对妈妈和宝宝的安全考虑，二胎准妈妈最好提前在家里准备好待产包，以防万一。”



关注“好孕好育”
祝你好运

服务资讯

市计生宣传技术指导站讲座、专家咨询

9月27日，市计生宣传技术指导站有讲座和免费现场咨询活动：13:30-14:30，由妇产科主任医师徐红主讲“避孕那些事儿之科学避孕”；14:30-15:30由指导站专家开展免费现场咨询。

地点在江干区九堡街道格畹社区会议室。

活动现场抽取出的幸运者，有机会获得市计生指导站提供的免费“两癌”筛查服务项目：宫颈癌（HPV人乳头瘤病毒）筛查（价值200元）+乳腺癌筛查（乳房B超）（价值68元），合计268元。（张殊）