



## 直击浙大妇院产科的幸福分娩

# 痛不欲生? NO! 无痛, 愉生



本报记者 杨茜  
通讯员 孙美燕

怀胎十月,对每个母亲来说,都是漫长又艰辛的经历。

随着孕肚越来越大,对婴儿的期待越来越强,内心的焦虑、惶恐有增无减。

怀孕好比一个长期的准备过程,那么分娩就是最后的临门一脚。

自古以来,人类繁衍生息、社会发展繁荣……就是一部女性痛苦的分娩生产史,始终逃不开“生育之痛、分娩之苦”。

据调查显示,超过一半的产妇在数小时待产过程中会感到“痛不欲生”“撕心裂肺”,甚至丧失理智。

疼痛,也成了当代年轻人生育意愿降低的重要因素之一。

《“健康中国2030”规划纲要》中提到:2020年全国孕产妇死亡率降至18/10万,2030年降至12/10万。浙江省“十四五”规划对母婴安全设立了更高目标:2025年孕产妇死亡率控制在7/10万以下,达到发达国家水平。

实际上,2022年浙江省全人群孕产妇死亡率已经降至2.02/10万,户籍孕产妇死亡率更低,1.99/10万,均远远低于欧洲、北美、澳大利亚、新西兰等发达国家平均水平。

数据背后,是浙江在推动人口高质量发展中的先试先行。

浙江不仅仅在鼓励生育政策方面打出组合拳,先行一步,在生产全周期过程中也在不断优化提高,走在全国前列。

浙江大学医学院附属妇产科医院肩负着华东地区乃至全国的生产使命,在70余年的岁月磨砺中,始终以“提高助产质量、提振女性生育意愿、促进人口发展”为己任,减轻女性生产痛苦,提高产程服务质量。

随着钱江院区的正式启用,这座托起无数生命的“摇篮”正在不断壮大,为打造“浙有善育”金名片注入一股澎湃动力。

“幸福分娩”,让爱回归自然。

### 幸福感一:硬件提升,住院如住宾馆

一个舒适的生产环境,会提高产妇的身心愉悦度。全新启用的浙大妇院钱江院区产科中心大楼,设有4个病区(1个一体化病区、3个普通病区)。产科病区病人区域和医生的办公区域完全分开,朝南的产科病房沐浴着阳光。分娩室与产科手术室、NICU(新生儿重症监护病房)、MICU(内科重症监护室)毗邻,为高危母婴的院内救治、转诊、高级生命支持等提供可靠保障。

为了提高孕产妇的就医舒适度,医院在细节设置上花了不少心思——采血等候区设置了二次等候区,孕产妇采血后可在专用空间休息;检验区设置了糖耐量实验的单独队列,方便孕产妇和辅助生育患者及时进行测试,减少空腹等待时间。

产科手术室更有一个巧妙的设计,两个空间“背靠背”,仅一门之隔,“顺转剖”急诊手术可以实现以“秒”为单位的转运,便利产妇的救治和管理。而且,医院特别推出了SDR温馨产房,可以根据产妇的喜好选择氛围灯的颜色和背景音乐,从视觉和听觉上给产妇轻松感。

美美是个二胎妈妈,第二次生产住进了钱江院区的一体化病区。“环境真当好,宽敞舒适。护士也都特别贴心,遇到问题都会主动帮忙。没有第一胎生产时的手忙脚乱。产妇一日三餐加一顿夜宵,都是固定配餐,口味正对我这个萧山胃。”在她看来,虽然自身分娩过程有点“曲折”,但是从住院到出院,“拎包入住,开心退房,整个体验感很好。”

### 幸福感二:自由体位,多种分娩镇痛

分娩是一种生理本能,以自然的方式迎接宝宝是最好的方式。

“一般我们的产妇都是仰躺在病床上,以固定的方式完成分娩。事实上,根据产妇的身体状况,我们可以选择自由体位去分娩,反而能改善她们的心理状态,增加舒适度。”产科兼分娩室护士长王虹从业27年,帮助很多产妇圆了妈妈梦,也深刻感受到了妇产科的“与时俱进”。

产妇可以采取立、卧、蹲、跪、走、坐、趴等自感舒适的体位,能有效帮助胎儿完成旋转,加速宫口扩张、缩短产程,促进自然分娩、降低剖宫产率,从而让分娩更家庭化、自然化、人性化。

还有分娩镇痛的推广。在欧美发达国家,分娩镇痛率达到85%以上。然而,我国分娩镇痛的普及率只有30%。“它不仅能提高分娩期母婴的安全,还能让分娩过程更舒适,同时也是现代产科、麻醉科与现代医学发展进步的产物,更是每一位产妇的权利。”王虹说。

浙大妇院分娩镇痛率已经达到70%以上,除了使用药物的神经阻断镇痛,更多的是非药物镇痛,包括水疗、冷热敷、触摸与按摩、针灸、催眠、呼吸、音乐与冥想、芳香疗法等。有宝妈这样分享分娩镇痛:“宫缩一直在持续,然而一点都感受不到,从疼痛中一秒进入天堂!不得不说,无痛真是人类之光,女性的福音!千万不要听信‘无痛影响胎儿和产妇’!疼痛才会影响你的身体让你没有力气生产!”

### 幸福感三:全程陪伴,不是一个人在战斗

从宫口开2厘米后,小杜就开始忍受着疼痛。宝宝的胎位不是很正,骨盆条件相对来说也不是特别理想。

心疼她的老公叫了导乐服务。一名助产士始终陪伴在小杜身边。

“呼、吸、放松,对,你做得很棒!”

“不要怕,我会一直陪着你,宝宝也会和你一起加油的!”

……

小杜的耳边,一直能听到助产士这样的柔声细语。这让“孤零零”的小杜有了一种“被陪伴”的体验。经过两小时的用力后,小杜顺利分娩了宝宝。宝宝啼哭的那一刻,初为人父的老公握着助产士的手激动地红了眼。

王虹说:“导乐陪伴分娩最重要的一个作用就是让产妇和家属共同去面对分娩过程,而不是产妇一人独自面对,助产士只是起到引领和指导的作用,主体是产妇和她的先生。所以,在产房里很多事情都是产妇、家属和助产士一起完成。”



导乐陪伴不仅仅是产时的陪伴,还有产后的专业指导。宝宝出生后,助产士会让宝宝趴在妈妈胸口,听见熟悉的心跳声,有利于缓解宝宝离开子宫后的不安全感,有利于刚刚从产道奋力爬出、已经非常疲惫的宝宝血糖快速回升,也会让宝宝有更加稳定的心率和血压。

“我们会建议产妇早开奶,让宝宝吸吮,促进妈妈身体尽快分泌催产素,帮助子宫收缩、排出恶露,减少产后出血。”王虹说,很多新手妈妈在喂养方面“笨手笨脚”,助产士会有专业指导,增加新妈妈的信心,减少产后抑郁的出现。

### 产房也有“男团”,还蛮受欢迎

浙大妇院有一支80人的助产士团队,其中11名是男助产士。

“王牌”助产士李自豪,是第一批进入产房的男助产士,转眼都11个年头了。“一开始我也会别扭,碰到一些隐私的操作,我还会脸红。当得到产妇的认可和信任时,觉得这个工作还蛮有价值的。”他面对产妇时总是乐呵呵的,但是在专业上又特别认真严谨,总是想着如何为产妇带去更好的服务跟感受。

因为职业的特殊,当初他还考虑过接生自己的宝宝,因为宝宝脐带绕颈,条件不允许,夫妻俩没有冒险,选择了剖腹产。“我帮那么多产妇接生了宝宝,没有帮自家媳妇接生,有一点点小遗憾呐。”

26岁的舟山小伙姿聪裕,是一名工作了4年的助产士,今年考上了浙江大学护理专业的研究生。

嘴角弯弯、柔声细语,这样的助产士却偶尔也有被“退货”的遭遇。的确,对于男生来说,有些操作就免不了有点尴尬了,例如阴道擦洗、灌洗等。大部分时候,他很受产妇的欢迎。“有时候产妇的家人不在身边,我就暂时充当了一部分‘老公’的角色。”

除了护理专业的一些基本操作,助产方向的护士还需要学习接产、难产处理、新生儿复苏等专业性的操作。男助产士因体力好,遇到紧急情况更冷静果断,所以能较快做出反应,使产妇在生产时更有温暖感和安全感等优势,更为各大医院所需要。

“我觉得我确实选对了专业,家人也很支持我。”姿聪裕说,“自然分娩过程以后,往往妈妈连喝水的力气都没有了。我确实感到女人很不容易。男人要对老婆好一点!”