

市妇幼保健院水中分娩推行8周年

# 8年,3000名产妇水中轻松生娃

生孩子在人们的印象中是疼痛难忍,产妇生一次孩子的疼痛感将达到10级。如果不想忍受剧烈疼痛,那势必需要忍受剖腹产手术的后遗症。对于尝试过水中分娩的产妇来说,整个生产过程都在水中,不仅不会感到强烈的疼痛,甚至可以用一个“爽”字形容。

2011年6月15日,十堰市妇幼保健院迎来新型分娩方式——水中分娩。据了解,市妇幼保健院是我市首家,也是继省妇幼保健院后我省第二家拥有水中分娩技术的医院。今年正值市妇幼保健院水中分娩推行8周年,据该院产房助产士介绍,目前我市已有3000名产妇在水中轻松生娃。

■文、图/记者 杨天娇



一名孕妇水中待产。

## 推行8周年 3000名产妇水中轻松生娃

2011年6月15日,市妇幼保健院首次推行水中分娩。当天,该院共为3名产妇进行了水中分娩,成功生下两名男婴和一名女婴。自然本真的分娩方式,一直是市妇幼保健院推崇的。“能够顺产的母亲,我们都会建议其顺产。”在接受记者采访时,市妇幼保健院经验丰富的助产士张昌清和张桂云异口同声地说道。

24岁的张女士是首位尝试水中分娩的妈妈,也是张桂云助产生涯中第一次在水中助产。在张女士宫口开四指后,她被医护人员推到水中分娩中心,在张桂云和另两名助产士的搀扶下坐进分娩池,在助产士的指导下合理换气、放松,整个过程有七八名专家、助产士、导乐师陪伴。一小时后,一名6.5斤重的健康男婴降临人世。两个小时,张女士和宝宝顺利出产房。

张女士此前在产床上疼得大声叫喊,坐进水中立马安静下来。“比起进水前的疼痛,在水里的感觉好多了。”回忆生产时的情形,张女士对疼痛没有过多的描述,只感受到顺利生下宝宝的幸福。

“医院在引进水中分娩技术时,为了能够保障产妇和新生儿的安全,起初只要有水中分娩的产妇,都会有一名产科主任、两名具有丰富接生经验的助产士、一名麻醉师、一名儿科医生在场,保证发生意外能给予及时的抢救。”张桂云告诉记者,首次水中助产令她印象深刻,在得到产妇的好评后,所有医护人员都松了一口气。

几年前,家住郧西县的赵女士也体验了水中分娩。赵女士说,她至今无法忘记头胎顺产时的痛苦,在得知自己怀上二胎后,整个孕期她最关心

的就是找到一种适合自己的无痛分娩方式。

在市妇幼保健院的孕妇课堂上,赵女士了解到水中分娩项目。“水中分娩最吸引我的是不用麻醉就能缓解疼痛,不仅能减少对身体的创伤,会阴侧切率低,产后恢复也快。”在生产前,赵女士毫不犹豫地选择了水中分娩。经过各项检查,赵女士的条件符合水中分娩的要求,在水中分娩产房内不到一小时,顺利诞下二胎,赵女士坦言:“在水中生孩子真的是太爽了!”

8年来,在市妇幼保健院选择水中分娩的产妇有3000名。从最初的难以接受到亲身体验,从恐惧应对到轻松生娃,3000名产妇对水中分娩项目一致好评。在市妇幼保健院8年推广中,不仅让我市产妇受益,更吸引不少外地产妇慕名而来。

## 专业团队 贴心陪伴每一位妈妈 迎接新生命

产房的工作不是凭借一人之力就能完成的,面对每一位临产的产妇,助产士严谨的工作态度和精湛的助产技术都至关重要。在市妇幼保健院产房,张昌清和张桂云都是经验丰富的首席助产士,她们陪伴无数产妇迎接新生命的到来。

张昌清说,产房就像是战场,产妇的情绪、胎心的变化、产程的进展都要关注。更可怕的是胎盘早剥、产后出血、羊水栓塞、子宫破裂、脐带脱垂、前置血管破裂、肩难产、新生儿窒息等,随时都有夺去孕产妇以及胎儿生命的可能。面对巨大的压力,张昌清一心扑在工作上,强化业务是她的首要职责。张昌清常说的一句话是:“踏踏实实干好自己的本职工作,把对产妇的服务做到最好。”所以,在临床工作中她用心服务,接触她的人都被她的细心和耐心深深感染。

与张昌清一样认真负责的助产士张桂云也获得产妇的一致好评。从业30年,面对每天的工作,她始终保持着严谨专业的工作态度。“看到每位产妇生下宝宝后露出幸福的笑脸,我也从心底为她们高兴。”张桂云说。

在接受记者采访时,张桂云始终保持着微笑,话语温柔。她说,产妇在生产时非常紧张和害怕,而助产士一定要给产妇信心,只有自己做到从容淡定才能更好地服务产妇。

她们是市妇幼保健院产房14名助产士的代表,她们致力于打造有温度的产房。“我们骄傲,我们是一名助产士,我们用心陪伴每一位产妇迎接新生命。”张昌清和张桂云坚定地說道。

## 恒温舒适 水中分娩减轻产妇痛苦

2013年,热播电影《北京遇上西雅图》中有一个片段,女主人公文佳佳的好友周逸在水池中诞下一个孩子,电影真实地记录了在美国已经非常普遍的一种“新奇”的自然分娩方式水中分娩。作为一种辅助自然分娩方式,水中分娩早就被大多数欧美女性所接受。直到2003年,水中分娩这种方式才被正式引入中国。

近年来,随着二孩政策的放开和思想的开化,水中分娩成为一种时尚的分娩方式。水中分娩是指产妇可以在充满温水的分娩池中完成自然分娩,通过水温和变换自由体位,达到缓解疼痛,顺利生产的目的。

起初在推行时,不少人会质疑,

这样的分娩方式对产妇和新生儿有什么样的好处?胎儿从母体中出来时,不会因为在水中被呛导致窒息吗?

张昌清告诉记者,水中分娩的优势在于分娩池中的水温始终保持在37℃-38℃,与人的体温相当,在流动的水的作用下,肌肉能充分放松,帮助产妇减轻分娩时的痛苦。同时,专业的水中分娩设备使进入分娩缸的温水达到完全无菌的程度,由此避免感染的发生。

此外,产妇可以借助水的浮力轻松转换各种舒适的体位和姿势进行生产,消除对分娩的恐惧和焦虑心理,子宫颈口快速扩张,缩短生产时间,减少会阴侧切率。“水中分娩生产

时间短,分娩时出血量少,会阴很少有破损,产后产妇恢复快,3天左右即可出院。”张昌清介绍。

对于婴儿而言,在宫内羊水中虽然有胎动,但是没有呼吸,婴儿的肺没有张开,在水中分娩后,新生儿还是在水中,他的肺仍然还是没有张开,所以并不会呛到水。

而且,婴儿天生对温暖的水环境有种自然而亲切的接受能力。在适合的水环境里,产妇会感受到一种自然的放松,使分娩时用力更自然,胎儿更容易通过产道,胎心也不会出现异常变化。宝宝离开母体后,能继续接受与羊水性质的水质抚慰,也有利于宝宝尽快适应陌生的新环境。

### 【提醒】

#### 这几类产妇不能水中分娩

水中分娩理念已被越来越多的人接受,受到广大产妇欢迎。但是,水中分娩无论是对母亲还是对宝宝都有要求,选择水中分娩的产妇必

须要经过周密的身体检查才行。张昌清表示,不适合水中分娩的产妇有:年龄较大或较小者;孕期小于37周;患疾病者;产前不知情者;怀有双胞胎或多胞胎、早产及患有传染病等。

### 【专家介绍】

**张昌清:**市妇幼保健院产房护士长,副主任护师。从事产房助产工作20余年,推崇自然分娩,带领产房助产士竭力为产妇创造温馨舒适的分娩环境。采用药物镇痛分娩、水中分娩、导乐仪镇痛分娩等多种方法减轻产妇分娩时的疼痛。开展自由体位待产分娩,无保护接生等促进自然分

娩,使该院自然分娩率位居全省乃至全国前列。

**张桂云:**资深助产士,主管护师。从事助产工作30年,助产经验丰富,产科助产工作成绩突出,在水中分娩、难产接生、异常产程处理、产心理疏导方面有独到见解。