

“无痛分娩”真的完全不痛吗

□ 贺全燕

在迎接新生命到来的过程中,分娩无疑是每位女性生命中最为重要也最具挑战性的时刻之一。传统观念中,分娩总是伴随着剧烈的疼痛,让许多准妈妈心生畏惧。然而,随着医学技术的不断进步,“无痛分娩”这一概念的普及,为无数家庭带来了福音。那么,究竟什么是“无痛分娩”?它真的能让分娩过程完全无痛吗?接下来,让我们一起揭开这个温柔守护者的神秘面纱。

一、无痛分娩的定义与原理

(一)无痛分娩的定义:无痛分娩,在医学上更准确地称为“分娩镇痛”,是指通过各种医学手段,在保障母婴安全的前提下,最大限度地减轻甚至消除分娩过程中的疼痛感,使产妇能够在相对舒适的状态下完成分娩。

(二)无痛分娩的原理:无痛分娩的原理主要包括药物作用、神经阻滞、心理安抚等多个方面。具体来说,医生会通过椎管内麻醉(如硬膜外麻醉)等方式,将麻醉药物注入产妇体内,以阻断疼痛信号的传递或降低疼痛感知。同时,麻醉药物的选择和使用会严格控制安全范围内,确保不影响产妇产的运动神经和分娩过程。此外,心理安抚也是无痛分娩不可或缺的一部分,通过给予产妇心理支持,减轻其紧张和恐惧情

绪,从而间接减轻疼痛感。

二、无痛分娩的操作流程

无痛分娩的操作流程是一个细致而严谨的过程,旨在确保母婴安全的同时,最大限度地减轻产妇的疼痛感。首先,产科医生会对胎儿的监护情况进行全面评估,通过胎心监护等手段,确保胎儿在分娩过程中的安全无虞。紧接着,医护人员会对产妇的生命体征进行持续监测,包括血压、心率、呼吸等关键指标,以保障产妇的身体状况稳定。在准备工作阶段,护士会在产妇的手上安置一个留置针,以便于在分娩过程中随时进行补液或静脉用药。同时,产妇会被引导至床上,采取特定的体位——侧卧并弓背屈曲,这样的体位有助于麻醉医生准确地进行穿刺操作。麻醉穿刺是无痛分娩的核心步骤,麻醉医生会在产妇腰部精准定位穿刺点,先进行局部麻醉以减轻不适感,随后使用细针穿刺进入腰椎间隙,直至达到硬膜外腔。完成这一关键步骤后,医生会将一根细长的软管轻轻送入腔内,作为后续给药的通道。最后,麻醉医生会为产妇连接镇痛泵,这是一种能够持续间断性地给予麻醉药物的设备,旨在整个分娩过程中维持镇痛效果,直至分娩顺利结束。在整个无痛分娩过程中,产妇需要保持稳定

的体位,避免不必要的身体扭动,尤其是腰部区域。

三、无痛分娩的误区与真相

(一)无痛分娩就是完全不痛:实际上,无痛分娩并不能实现产妇在分娩过程中的完全无痛状态。尽管先进的麻醉技术能够大幅度减轻分娩时的疼痛感,使产妇在相对舒适的环境中迎接新生命,但产妇仍可能感受到轻微的疼痛或坠胀感。这是因为分娩是一个自然的生理过程,需要产妇运用腹压和肛提肌的力量来协助胎儿娩出,这些生理活动本身就会带来一定的不适感。此外,每位产妇对疼痛的敏感度不同,分娩过程中的具体情况也可能因个体差异而有所不同,因此疼痛感也会有所差异。

(二)无痛分娩会影响产程和胎儿健康:关于无痛分娩会影响产程和胎儿健康的说法,其实是一个误解。无痛分娩所使用的麻醉药物剂量是经过严格计算和控制的,远低于剖宫产手术中的麻醉剂量,因此对产妇和胎儿的不良影响微乎其微。相反,无痛分娩通过减轻产妇的疼痛感,有助于缓解其紧张和恐惧情绪,使产妇能够更加放松地参与分娩过程,这反而有助于促进宫口的开大,从而可能缩短产程。当然,无痛分娩并非适用于所有产

妇,其适用性需要根据产妇的具体身体状况和医生的综合评估来决定。

四、无痛分娩的优势与意义

无痛分娩以其独特优势,深刻改变了分娩体验。它显著减轻了分娩过程中的疼痛感,让产妇能够在较为舒适的状态下迎接新生命,轻松应对分娩挑战。同时,无痛分娩结合了心理安抚与药物作用,有效缓解了产妇的紧张与恐惧情绪,增强了她们的分娩信心。此外,它还能促进产妇身心的放松,有助于宫口的自然开大,从而加快产程进展。最重要的是,无痛分娩在严格医学指导下进行,药物剂量和使用方法均经过精确控制,确保了母婴双方的安全,为无数家庭带来了更加安心、温馨的分娩体验。

无痛分娩作为现代医学的一项重要成果,为无数家庭带来了更加舒适和安全的分娩体验。虽然它并不能做到让产妇完全无痛,但已经能够在很大程度上减轻分娩过程中的疼痛感,让产妇能够更加从容地迎接新生命的到来。在未来的日子里,随着医学技术的不断进步和完善,相信无痛分娩将会为更多家庭带来福音。

(作者单位:广州市妇女儿童医疗中心柳州医院)

危重病人的护理问题及护理措施

□ 路春燕

在我们生活中,难免会遇到亲人或朋友因严重疾病而处于危重状态的情况。面对这样的情景,除了医疗救治外,科学、细致的护理同样至关重要。今天,我们就来聊聊危重病病人的护理问题及相应的护理措施,希望通过这篇科普文章,让更多人了解并掌握这些知识,为身边的人提供更好的照护。

一、危重病病人的主要护理问题

危重病病人的护理面临诸多挑战,其中首要关注的是肺部感染。由于病情危重、免疫力低下,加之气管插管、呼吸机辅助等侵入性治疗,病人极易发生肺部感染,进而加重病情,甚至威胁生命。其次,压疮问题不容忽视,长时间卧床导致局部皮肤受压,血液循环受阻,形成压疮,不仅带来剧烈疼痛,还易引发感染,延缓康复进程。再者,深静脉血栓的风险亦高,活动减少、血液循环减慢及可能的脱水、凝血异常等因素,共同作用下易导致血栓形成,一旦脱落,可能引发肺栓塞等致命并发症。此外,营养不良是另一大难题,食欲下降、消化吸收能力减弱,导致营养摄入不足,影响恢复并降低抵抗力,增加感染风险。最后,心理压力对危重病人而言同样巨大,面对生命的脆弱与身体的痛苦,焦

虑、恐惧等负面情绪滋生,不仅影响治疗效果,还可能加剧病情恶化。

二、护理措施

(一)肺部感染的预防与护理:确保呼吸道畅通,定期清理口咽分泌物,避免误吸窒息。呼吸机使用者需保持管道清洁通畅。重视口腔护理,每日清洁减少细菌。对无法自理者,使用漱口水或棉签辅助。同时,维护病房环境,保持空气清新、温湿度适中,限制人员流动,有效降低交叉感染风险,全方位守护病人肺部健康。

(二)压疮的预防与护理:定时为病人翻身,每两小时一次,避免局部长时间受压。一旦发现压疮,立即清理创面以防感染。在身体易受压部位使用减压垫,如气垫床、软枕,有效分散压力。同时,保持皮肤清洁干燥,定期擦洗身体,减少摩擦与刺激,全面预防并护理压疮,提升病人舒适度与康复质量。

(三)深静脉血栓的预防与护理:注重病人肢体活动,定时进行如被动屈伸下肢、抬高下肢等体操,促进血液流动。对高危病人,采用弹力袜等辅助工具,提升下肢静脉压力,避免血液淤积。同时,在医生专业指导下,合理使用抗凝药物,有效预防血栓形成,

全方位守护病人血管健康。

(四)营养不良的改善与护理:针对危重病病人的营养状况,我们采取科学饮食策略,依据其营养需求和消化能力,量身定制个性化饮食计划,鼓励多摄入高蛋白、高热量且易消化的食物。对于无法经口进食的病人,我们借助鼻饲管或静脉途径,确保营养物质的持续供给。同时,密切关注病人的体重变化及白蛋白等营养指标,定期监测,以便及时调整饮食结构和营养支持方案,助力病人早日康复。

(五)心理护理:在病人康复过程中,心理护理同样重要。我们致力于与病人建立信任的沟通桥梁,倾听其内心感受与需求,提供温暖的关怀与坚定的支持。面对焦虑与恐惧,我们积极实施情绪安抚与心理疏导,帮助病人重拾信心。同时,我们坚持信息透明原则,及时向病人及家属通报病情及治疗进展,减少误解与担忧。此外,我们鼓励家属积极参与护理过程,携手为病人构建全方位的心理支持体系,促进其身心全面康复。

三、其他护理措施

在病人的全面护理中,生命体征监测是基石,需对心跳、呼吸、血压、体温等关键指

标进行24小时不间断监控,确保任何异常都能被迅速察觉并报告医生处理。同时,引流管护理至关重要,需保持各类引流管道畅通无阻,细致记录每日引流量及其颜色变化,任何异常均需立即应对。对于留置胃管、腹腔引流管等特殊管路的病人,还需特别注意管路的妥善固定与密切观察。此外,环境准备亦不容忽视,为危重病人营造一个宁静、整洁、温馨的治疗氛围,调控适宜的温湿度与光线,减少外界噪音与干扰。在病情稳定的前提下,鼓励病人参与康复锻炼,如床上运动、站立训练等,以促进身体机能的逐步恢复。

危重病病人的护理是一项复杂而艰巨的任务,需要护理人员具备扎实的专业知识和丰富的实践经验。通过科学、细致的护理措施,我们可以有效预防和控制危重病病人的各种并发症,提高其生活质量,促进其早日康复。同时,我们也要关注病人的心理需求,给予他们足够的关爱和支持,让他们在面对疾病的挑战时更加坚强和勇敢。希望这篇科普文章能为大家带来一些帮助和启示,让我们共同为危重病病人的康复贡献一份力量。

(作者单位:广西河池市宜州区人民医院)

乳腺检查中超声和钼靶的选择方法

□ 梁冬玲

在女性健康中,乳腺健康是不可忽视的一环。随着生活节奏的加快和压力的增大,乳腺疾病的发病率逐年上升,且越来越年轻化。因此,定期进行乳腺检查显得尤为重要。在众多检查方法中,超声和钼靶是两种常见且重要的手段。那么,面对这两种检查方式,我们该如何选择呢?接下来,我将从多个方面为大家详细解析。

一、超声检查的奥秘

1、原理与优势:乳腺超声检查,顾名思义,是利用超声波来探测乳腺内部的结构和病变情况。这种检查方式无放射性,对身体无害,可以反复进行。超声检查能清晰地分辨出乳腺组织的层次,特别是对于囊性肿块(即肿块内部为液体的结节)与实性肿块的鉴别,准确率高达100%。超声还能大致判断肿瘤的良好恶性,并在必要时引导穿刺活检,明确诊断。

2、实际应用:超声检查在乳腺健康普查中占据着举足轻重的地位,特别是对于年轻女性和那些拥有致密型乳腺组织的女性来说,其优势尤为显著。由于年轻女性的乳腺腺体相对更为丰富,超声检查凭借其卓越的穿透力和高分辨率,能够清晰地显示乳腺内部结构的细微变化。因此,我们强烈建议35岁及以上的女性每年至少安排一次乳腺超声检

查,以便及早发现并监测任何潜在健康问题。

3、局限性:尽管超声检查有着诸多优势,但它对微小钙化灶的分辨能力相对较弱。钙化,尤其是恶性钙化,是乳腺癌的一个重要标志。因此,在某些情况下,仅依靠超声检查可能无法全面评估乳腺的健康状况。

二、钼靶检查的魅力

1、原理与优势:乳腺钼靶检查,全称为乳腺钼靶X线摄影检查,是利用X线穿透乳腺组织,通过不同的组织对X线的吸收率差异来形成图像,从而检测乳腺病变。钼靶检查在发现微小钙化灶方面极具优势,能够发现那些触诊无法触及、超声也难以分辨的微小病灶,特别是于以微小钙化为唯一表现的T0期乳腺癌更是显示其重要性。此外,钼靶检查还具有较高的分辨率和重复性,留取的图像可供前后对比,是乳腺癌早期发现和诊断的重要手段。

2、实际应用:对于60岁以上的女性,由于乳腺腺体已经开始萎缩,此时进行钼靶检查可以更准确地反映乳腺组织的真实情况。同时,对于超声发现可疑病灶需要进一步确诊的患者,以及40岁以上且从未做过钼靶检查的女性,也建议进行钼靶筛查。但需要注意的是,钼靶检查有一定的放射性,不宜频繁进

行,一般一年内不超过两次。

3、注意事项:钼靶检查需要将乳房压扁进行透视,这可能会带来一定的不适感,尤其是对于乳腺腺体丰富或乳房体积偏小的患者。此外,月经来潮前5-7天由于乳房可能出现胀满疼痛感,此时进行钼靶检查可能会加重不适。因此,建议在月经干净后10天左右进行检查。

三、如何选择

在选择乳腺检查时,超声与钼靶各有千秋。青年人及致密型乳腺者,首推超声检查,因其无辐射、可重复且擅长鉴别囊性肿块。而40岁以上或超声发现异常者,则建议结合钼靶检查,利用其精准捕捉微小钙化的优势,全面评估乳腺健康。最终决策应依据个人体质、医生的专业评估及患者具体病情,综合考虑年龄、乳腺类型、病史等因素。医生的专业建议是关键,他们会根据患者的全面情况,量身定制最合适的检查方案,确保乳腺健康的精准守护。

四、其他检查方法简介

1、磁共振检查:尽管磁共振检查的费用相对较高,但因其卓越的空间分辨率和无辐射特性,在乳腺疾病的诊断中展现出高度的准确性。特别是在评估乳腺癌患者是否存

在腋窝淋巴结转移方面,磁共振检查能够提供详尽且精确的信息,对于制定治疗方案和判断预后具有至关重要的意义。

2、PET-CT检查:PET-CT检查结合了正电子发射断层扫描(PET)与计算机断层扫描(CT)的优势,通过捕捉正常组织与肿瘤组织在代谢层面的微妙差异来进行诊断。这一技术不仅具备高度的敏感度和特异度,能够早期发现微小的肿瘤病灶,但由于其高昂的价格和复杂的操作流程,目前在临床上的开展仍然较为有限。

3、自我检查:自我检查是乳腺健康管理中不可或缺的一环。女性应学会通过视诊和触诊来检查乳房的形态、皮肤情况、乳头溢液以及肿块等异常情况。一旦发现异常应及时就医。

乳腺健康是女性不可忽视的重要问题。在选择乳腺检查时,我们应根据个人情况和医生建议综合考虑超声和钼靶检查的优势与局限性。同时结合其他检查方法和自我检查手段,共同守护我们的乳腺健康。记住定期检查、早发现、早诊断、早治疗是预防和诊疗乳腺疾病的关键所在。希望每一位女性都能拥有健康美丽的乳房!

(作者单位:广西百色市人民医院)