

登封金版 | 城事

■ 专家论医

无痛分娩: 献给准妈妈最好礼物



王艳霞在查房

产妇经常由于怕痛而选择剖宫产,她们认为剖宫产可免受痛苦,又不改变体形,也保证婴儿的安全,剖宫产产生的孩子很聪明等,因此盲目地追求剖宫产。这主要是对正常分娩缺乏正确的认识。

其实阴道分娩对母子更有好处,具体表现在:

1.对于胎儿,分娩过程中子宫有规律的收缩,能使胎儿的肺得到锻炼,出生后有利于新生儿呼吸的建立,促进肺成熟,出生后很少发生肺透明膜病;分娩时宫缩和产道的挤压作用,可将胎儿呼吸道内的羊水和黏液排挤出来,使新生儿湿肺和吸入性肺炎的发生率大大减少;免疫球蛋白在自然分娩过程中,可由母体传给胎儿,剖宫产儿缺乏这一获得抗体的过程,因而自然分娩的新生儿具有更强的抵抗力。

2.对产妇来说,分娩阵痛时子宫下段变薄,上段变厚,宫口扩张。这种变

化使产妇产后子宫收缩力增强,有利于产后恶露排出,子宫复原,减少产后出血。且免受麻醉和手术的影响,产后恢复快。

3.剖宫产是解决母婴并发症和难产的一种手段。随着医疗技术水平提高,尽管手术的安全性提高了,但手术的危险如麻醉意外、羊水栓塞等依然存在,新生儿吸入性肺炎的发生率较高,还可能发生产后出血、盆腔粘连等。分娩后,产妇身体恢复得也较慢。由此可见,阴道分娩才是正常的分娩途径。孕妇在妊娠后应有充分的思想及心理准备。如果没有异常情况,为了母亲和婴儿的健康,应尽量争取阴道分娩。

产痛是女性一生中经历的最剧烈疼痛,对产妇身心造成巨大痛苦。登封市妇幼保健院从2009年率先开展“无痛分娩”,填补了登封医学领域空白。

“无痛分娩”,在医学上其实叫做

“分娩镇痛”,可以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,让她们积攒了体力而有足够力量完成分娩。

无痛分娩是医生和产妇一起参与并共同制定计划的,有利于医生和产妇的沟通。还能够使医生及护理人员更多关注产妇的变化,如果母体或胎儿一旦发生异常,就可以及早被发现而得到及时治疗。熟练的麻醉科医生只要5~10分钟即可完成麻醉操作过程。整个过程产妇一直处于清醒的状态,有条件的甚至能够下床走动,产妇可以比较舒适。无痛分娩的推广是保护产妇和胎儿安全的重要措施。

无痛分娩的好处有:

1.安全:无痛分娩常用硬膜外麻醉,医生在分娩妈妈的腰部硬膜外腔放置药管,药管中麻醉药的浓度大约相当于剖宫产的十分之一或更少,即淡淡的麻醉药,是很安全的。

2.方便:当宫口开到2~3厘米时通过已经放置的药管给药,分娩妈妈可以带着药管活动。

3.药效持久:大约在给药10分钟后,分娩的妈妈就感觉不到子宫收缩的剧烈疼痛了,有的能感觉到的疼痛就好像来月经时轻微的腰痛,直至分娩结束。

4.适合人群广:大多数分娩妈妈都适合无痛分娩,但是有妊娠合并心脏病,药物过敏,腰部有外伤史的孕妇应向医生咨询,由医生来决定是否可以进行无痛分娩。

5.不用进手术室:无痛分娩的全过程是由妇产科和麻醉科医生共同合作完成的,正常的无痛分娩在产房中即可进行,无需进入手术室操作。

登封金版 孙淑霞 苏爱云

■ 万花筒

你现在用什么传递情感

路过邮政局,一个饱受风雨袭击,显得沧桑的信箱竖立门口,25岁的李莉(化名)和朋友聊天讲道:“现在通讯技术这么发达,都不用写信来交流感情了,记得应该是高一时还用写信给外地的朋友联系,那时候学生基本上都没有电话,当时每周一都会有很多同学收到外地朋友,或者其他学校的朋友的来信,收到信都是件很值得炫耀的事,现在都有手机还有QQ,都不再写信了,不仅浪费时间,还不方便。”说到这里,看看被冷落的邮箱,真为它觉得可怜,科技的发展,让人们忘记了最传统的传递感情的方式。登封金版 王蓓

“七夕”将到,如何度过

8月13日是我们中国传统的情人节了,也称为“七夕”,传说中牛郎织女鹊桥相会的日子,七夕节是我国传统节日中最具浪漫色彩的节日。每年2月14日的国外情人节深受市民的热捧,今年的“七夕”会被冷落吗?一位登封市“顶好坊”礼品店的张老板告诉记者:“这两年好点,七夕也慢慢被年轻人重视起来了,不过还是比不上国外的情人节,情人节前一天和情人节当天,店里面的生意很火,销售额是平时的7倍,还会出现缺货现象,有的人会提前一星期预定。”

在中国古代七夕人们就有“穿针乞巧、拜织女、吃巧果”等习俗。直至今日,七夕仍是一个富有浪漫色彩的传统节日。但不少习俗活动已弱化或消失,唯有象征忠贞爱情的牛郎织女的传说,一直流传民间。你对七夕有准备吗?打算怎么过?

登封金版 王蓓 刘弋楚

■ 日常提醒

孩子若喜洋快餐,家长切记把好关

记者近日连续采访了登封市的几家快餐店,看到就餐的客人,两大一小或一大一小(家长带着孩子)者居多。快餐店工作人员告诉记者:“吃汉堡的小孩比较多,到星期天更多。”一位6岁小孩正津津有味地吃着快餐,一对老年人(爷奶)在一旁坐看,老人的目光透着疼爱。老人说:“知道这些东西是垃圾食品,电视上也报道过,但是孙子

闹着非要吃,给他做的饭都不吃,专门带到这里,这些东西我都不知道叫啥名字,都是他自己点的。”还有一桌都是小学生,桌子上还放着作业本:“我们过来就是点杯可乐,在这里写作业,饿了再买点汉堡,我们每个星期都会来这里,特别喜欢吃汉堡。”另一小孩抢过话题:“我只要分数考的好了,我妈妈就同意我吃一次汉堡。”

娇娇今年3岁,她的妈妈因为溺爱孩子,就让娇娇吃汉堡、薯条。因为孩子年龄小,吃完汉堡后,不消化,几天不上厕所,也吃不下东西,吓坏了娇娇妈妈,以后再也不要让孩子吃这种食品了。

“洋快餐”属于高脂肪食品,会损害儿童正在发育的神经系统,并对其大脑和思维素质造成永久性的伤害。很多汉堡和洋

快餐都含有激素,吃多了会导致肥胖和性早熟。洋快餐中的反式脂肪酸会导致某些疾病的发生。致癌物质含量还很高,洋快餐具有“三高”、“三低”的特点,即“高热量、高脂肪、高蛋白”和“低矿物质、低维生素、低膳食纤维”。明确指出:长期食用美式快餐等“垃圾食品”,可能会对健康造成永久性的伤害!登封金版 王蓓 刘弋楚

绿色出行
——低碳,我的生活



登封市委宣传部 登封市环保局 宣