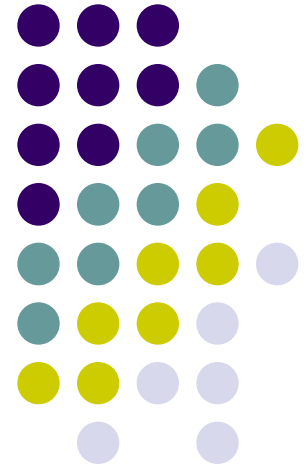


# Brandon RHA

## 公共卫生局服务

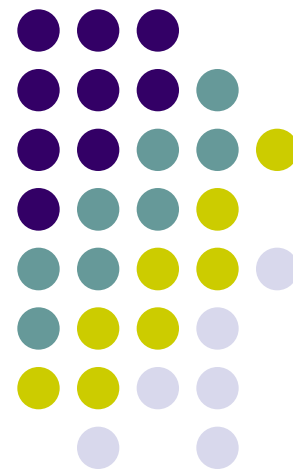
### 产前课程

#### 第二节



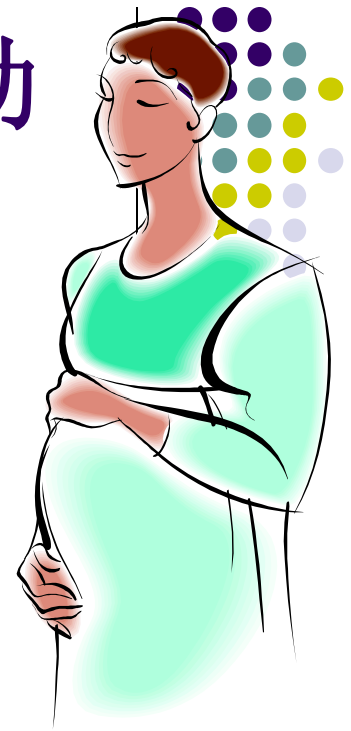
April 2010  
Prenatal Coordinator  
578-2544

# 舒适技巧



# 在分娩活跃期有什么是可以帮助的？

- 洗和温暖的热水澡
- 使用热敷或是冷敷
- 经常的调整姿势
- 有节奏的活动 (摇摆或是跳舞)
- 使用放松技巧(呼吸, 按摩, 音乐, 等.)
- 焦点集中- 聚焦在某物上或某人上, 保持心静



更多内容参照第一节



# 分娩活跃期

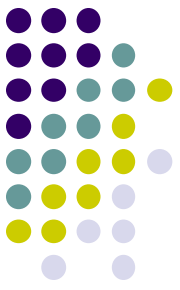
- 经常排空你的膀胱这样可以给你孩子给多的出生空间
- 保持水分通过泔水
- 继续使用放松技巧
- 调整你的呼吸当宫缩变得强烈
- 从你的配偶那边获得语言上或肢体上的安慰
- 使用多种多样的按摩





# 第一次要做父母

- 当孩子出生后, 母亲会给谁第一个打电话?
- 母亲要给孩子唱的第一首歌是什么?
- 在生产中, 你的支持者为你做的最好的一件事是什么?
- 她个人认为整个生产会需要多长时间呢?
- 她是否知道她会有个男孩, 女孩, 还是不确定?
- 她是否想过她也许会早产, 按时生产, 或是晚产?
- 什么时候会是你的支持者第一次为孩子换尿布?



# 止痛 & 药物干预选项

## Nitronox (笑气)

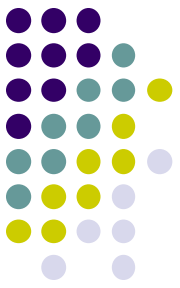
- 帮助放松, 但是不会消痛
- 面具上面的塑料可能会使你感到恶心
- 这个会是自动控制的, 所以你不会用量过度
- 2至8分钟内会起效 (或是大约3到5次的宫缩...所以在确认它是否有效之前应给它一些见效的时间)
- 在生产的最后一个阶段是非常有帮助的

可查阅 第76页在“孩子的最佳机会”的书中

## 吗啡 (麻醉剂)

- 通过IV 输药 (静脉注射)或者是肌肉注射
- 当通过静脉注射会很快的见效
- 在分娩的早期使用
- 可造成母亲感到恶心或是发痒 (但可以给一些应对这些副作用的药)
- 母亲仍然会感到宫缩但会感到有所减弱
- 可能会降低孩子的心率, 而且延误孩子尽早的吃奶由于孩子会感到困乏.

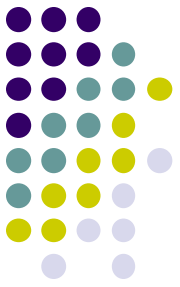




# Fentanyl (芬太尼)

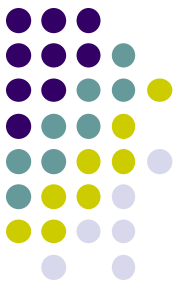
- 是一种麻醉剂而且是通过IV 输药 (静脉注射)
- 用在分娩的晚期阶段 (6-10厘米)
- 会很快的见效(3-5 分钟) 如果是通过IV 输药
- 有很少的代谢作用所以更好的用于母亲和孩子
- 可引起恶心, 发痒 (但可以给一些应对这些副作用的药)

# Fentanyl（芬太尼）



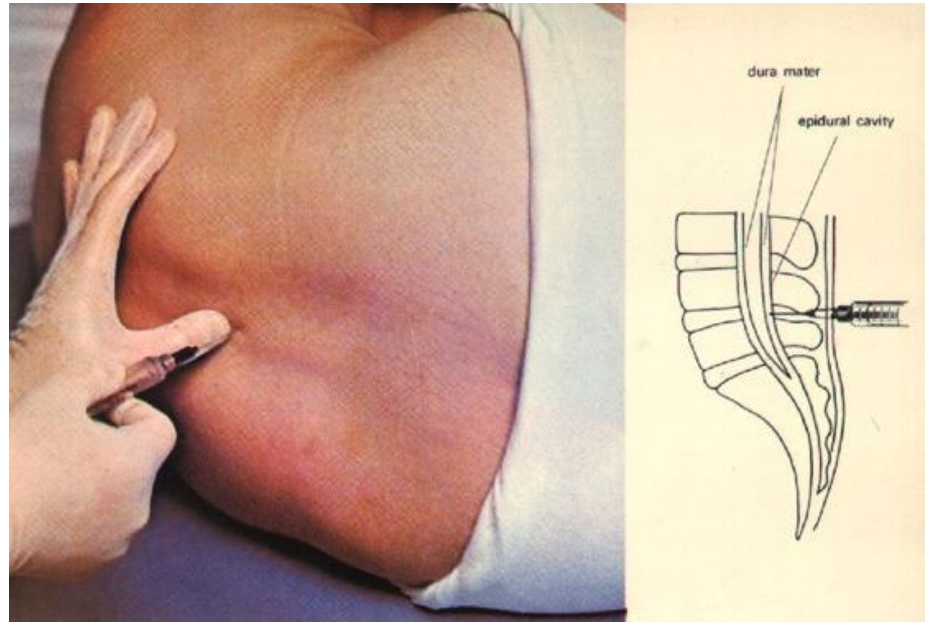
- 有必要的经常检查重要的生命迹象：它们会检查你的血压, 呼吸率, 脉搏, 以及血氧饱和度
- 可能会降低孩子的心率, 而且延误孩子尽早的吃奶由于药物使孩子会感到困乏.

可查阅 第76页在“孩子的最佳机会”的书中



# Epidural (硬脊膜外麻醉)

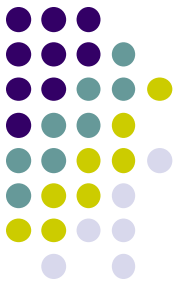
- 一个局部麻醉通过插入一个小的塑料管在脊髓附近的区域内
- 硬脊膜外麻醉可以为腰以下部位止痛
- 麻醉剂的使用是通过麻醉师来实施的





# 硬脊膜外麻醉的优点

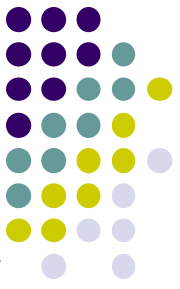
- 可以减缓分娩的疼痛
- 有助孕妇放松
- 在5分钟之内就可以止痛



# 硬脊膜外麻醉的缺点

- 使分娩放缓甚至可停止分娩
- 不是每次都有效,有可能只是“部分有效”  
或是在一边有效
- 无法移动臀部以下的部位- 所以母亲就只能呆在床上
- 副作用可能会有: 降低血压, 神经受到破坏的风险, 背痛, 或是脊椎性头痛

# 硬脊膜外麻醉的缺点



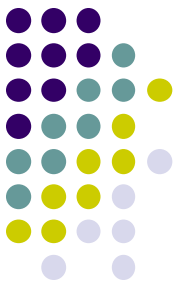
- 增加用手术钳和其它应对措施的几率由于孕妇没有感到催促感或是不能有效的用劲使力推。
- 当使用硬脊膜外麻醉时必须插入静脉输液管和导尿管
- 有必要的经常检查重要的生命迹象: 它们会检查你的血压, 呼吸率, 脉搏, 以及血氧饱和度
- 可能会降低孩子的心率, 而且延误孩子尽早的吃奶由于药物使孩子会感到困乏



# 其它的药物干预

**外部电子监视**– 在你的腹部上有两条绳带  
一条测取孩子的心率, 另一个记录宫缩.

**内部电子监视**– 通过阴道和子宫颈插入并  
放在孩子的头上(此步骤不会引起任何不  
舒适感对于母亲和孩子)



# 药物干预

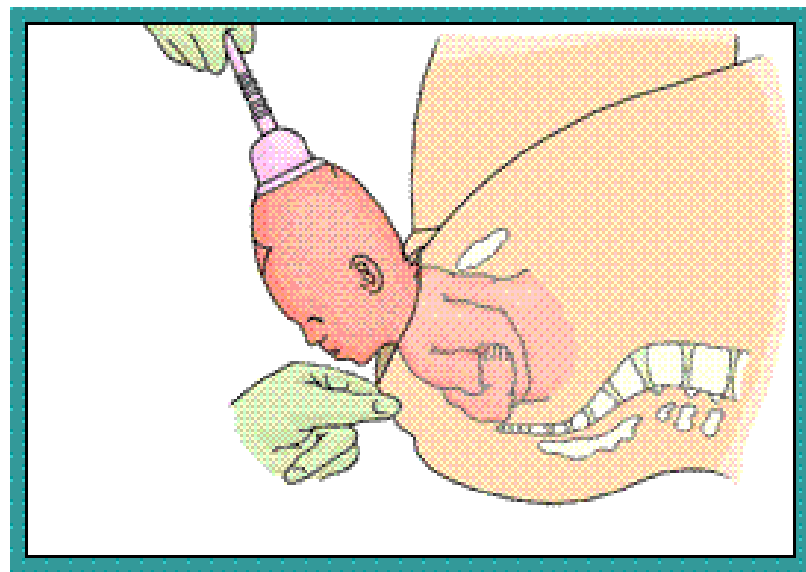
手术钳 – 像勺子一样的工具, 在紧急的情况下, 会轻轻的放在孩子的头上帮助孩子出生. 这时会做会阴侧切并把手术钳插入到阴道内.

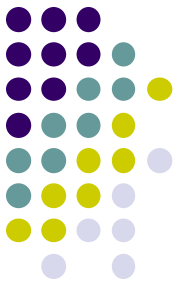
可能会在孩子的头上留下发青或是红的印迹, 但是它们会随着时间而消退



# 真空抽提

- 在紧急的情况下使用为加速分娩
- 当宫缩的时候健康护理人员在孩子的头上放一个柔软的塑料杯, 这个可以帮助把孩子从产道中拉出
- 这时会做会阴侧切并把真空抽提器插入到阴道内.



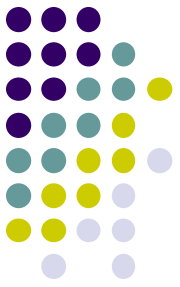


# 药物干预

## 会阴侧切术

- 是一个切口在阴道和直肠之间为孩子的出生获得更多的空间并为了防止可能有严重的皮肤撕裂
- 会实施局部麻醉在需要做侧切的区域
- 切口会用可以自动溶解的线缝合

# 剖腹产 (C-section)



- 孩子的出生时通过剖开腹部和子宫.
- 常使用的麻醉方法是硬脊膜外麻醉. 使用这种方法, 在孩子出生时和做手术时, 你会是清醒的.
- 在紧急情况下, 你也许会被全身麻醉, 在孩子出生时和手术中你会处于睡眠状态.





# 什么时候应该做剖腹产？

- 当子宫颈没法完全打开的时候
- 分娩没有什么进展的时候
- 当孩子太大而无法进入到母亲盆骨里的时候
- 但孩子处于困境中
- 多胞胎 (双胞胎或是三胞胎)

# 要做剖腹产的原因



- 当孩子是臀位 (当孩子的臀部或是脚离子宫颈开口最近的时候)
- 当母亲有严重的健康问题时
  - 前置胎盘 – 胎盘覆盖住子宫颈口
  - 胎盘早剥- 胎盘开始从子宫壁上脱离
- 当母亲有生殖器疱疹或是艾滋病造成顺产对孩子不能确保安全时
- 以前做过剖腹产

# 催产

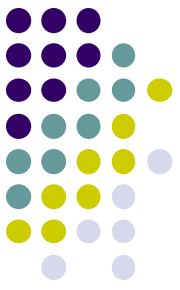
-催进开始分娩在分娩自行开始之前



## *要做催产的原因:*

- 孩子已经过了预产期
- 母亲有健康问题时(高血压或是妊娠时期糖尿病)
- 胎儿的成长不是很好

# 三种不同的催产方法:



1) 把胎儿的羊水袋给弄破

2) 在阴道内放入药物

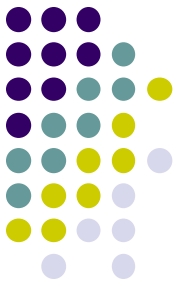
有2种:

**Prostin** – 把一种含药物的胶放到阴道中可以帮助子宫颈变软和展开. 可能会催进生产但主要的目的孩子让你的身体和子宫颈做好分娩的准备. 药效可持续6个小时或是更长.

**Cervidil** – 对子宫颈的作用很像Prostin, 但是这是一个有细线拴着的塑料薄片. 把Cervidil放进如阴道持续12个小时

3) 用静脉注射药物催进宫缩开始

**Oxytocin** 是一种很像你自身分泌的荷尔蒙的药物. Oxytocin可以引起子宫收缩, 引起分娩开始. 这种药物干预是需要在有胎儿检测的前提下进行的.



# B型链锁状球菌

- %15到%20的健康孕妇被发现在阴道和大肠里含有此球菌.
- 不会传染给你的配偶, 但如果不治疗的话会传染给你的孩子
- 在怀孕的后期会在检测(大约在36周)
- 如果你被检测患有B型链锁状球菌, 在你分娩的时候, 会给你通过静脉注射抗生素以预防你的孩子得到感染.

# 怎样才能有一个满足的分娩经历

- 选择一个尊重你的愿望和支持你的生产计划的健康护理人员
- 要认识到每次生产都是不同的而且要乐意倾听你的健康护理人员给你的意见
- 询问药物干预是否是必要的或者还有没有其它的选强
- 休息好, 营养要跟的上, 多放松
- 要有多的支持者, 学习一些应对方法和放松技巧
- 在分娩的早期保持情绪高昂





# 需要询问你健康护理人员的重要问题

- 程序 / 药物是什么?
- 优点和缺点? 会怎样影响到分娩?
- 它会怎样影响到小孩? 我?
- 如果我们晚点在用这个会有什么情况发生?
- 晚点再用的话这个还可以用吗?
- 那些医疗上的原因说是现在必须要用这个的?
- 如果我们不用的话会有什么情况发生?
- 其它的选项是什么?