

顺产 PK 剖腹产——准妈妈的痛与乐

张 兰

资阳市第一人民医院 641300

【中图分类号】R714

【文献标识码】B

【文章编号】2095-7718 (2021) 05-167-01

传宗接代、生儿育女是女人的天职，生宝宝是一件非常顺其自然的现象，孩子的生日是母亲的受难日，更是母亲值得骄傲的日子，产子的疼痛是无法忍受的，但是随着目前医学的发展，产子的痛感已经有所缓解了，而且也具有很多种方法可以进行产子，减少出现大出血而死亡的现象。

顺产的好处

1. 阴道顺产需要历经十几个小时的产痛，但是在听到孩子那声哭喊的叫声后就会马上感觉特别的轻松，并且很快就可以下地进行行走了，而且大小便自如、饮食以及生活也很快就可以恢复正常了，可以有很多的精力来照顾宝宝，并且顺产的产妇奶水也会下来的很早，可以给孩子很好的营养。

2. 住院的时间较短，在产后的三天就可以和宝宝一起出院了，有利于产妇产后的恢复，并且产后也可以尽早地进行身体的锻炼，尽早地恢复产妇的身形。

3. 并且，阴道分娩的方法是一个比较容易的、方便的产妇避孕的方法，可以很早的就使用避孕环以及其他的避孕措施，而且一旦出现怀孕的现象，需要做人工流产的时候，也不用担心刮子宫壁会引起子宫瘢痕部位出现穿孔的问题，也不会出现腹部手术而引起肠粘连以及腹壁切口出现子宫内膜异位症的问题。

4. 并且顺产出生的宝宝身体会更加的健康。

顺产不好的地方

1. 顺产的死亡率高于剖宫产的死亡率，经过调查发现，选择自然分娩的产妇，死亡率为万分之 0.39，高于剖宫产的产妇万分之 0.08。

2. 有产痛，目前已经有很大一部分人，即使满足顺产的条件却也不想进行顺产，因为顺产的疼痛实在是无法忍受，而剖宫产不会有无法忍受的疼痛，并且还可以使用麻药。（在医学上，顺产的疼痛仅次于烧伤的疼痛，并且是排第二位的，据统计有 44% 的产妇觉得顺产疼痛难忍，甚至是痛不欲生的地步，这主要与产妇的心理有关，有部分的产妇会觉得只受到一阵腹胀和腰骶部的胀痛。）

剖宫产的好处

1. 能够更快的分娩出胎儿，并且安全性较高，容易被大

家所接受。

2. 安全性比较高，如果胎儿的胎心不好，不立刻进行是剖宫产的话，胎儿会出现窒息甚至是死亡，并且几率就会很大，此时立刻进行剖宫产可以有效的降低风险。

剖宫产的不好之处

1. 剖宫产也不是万无一失的，比如在为产妇进行麻醉的时候，如果发生意外会造成胎儿缺氧等。

2. 剖宫产比起顺产容易出现失血、并且手术后容易出现尿储留、发热、伤口感染以及泌尿系统感染的风险。

3. 手术后产妇需要等半年以后才能放避孕环，并且术后短期内做人流，还会造成子宫穿孔的风险，而且以后要二胎的时候还需要进行剖宫产。

4. 并且在进行剖宫产手术后，产妇的腹部会留下一道十分难看的疤痕。

减轻顺产疼痛的小妙招

1. 可以进行分娩模拟，包括临产的预兆、接诊以及模拟分娩等环节，使产妇熟悉临产的流程，以及医院的环境和设施等，消除产妇的恐惧。

2. 产妇可以在临产前进行温水浴，来缓解产妇的分娩痛，在进入产房前，洗个温水浴，可以很好的促使宫颈口的扩张，帮助舒缓产妇的紧张情绪，从而减轻产妇的产痛，缩短生产的过程。

3. 产妇在进行生产的时候，最好有丈夫以及家人的陪伴，可以起到支撑的作用，消除产妇的恐惧、紧张，从而降低产妇的痛觉反射，轻松分娩等。

4. 播放音乐等，通过音乐对大脑的刺激，大脑分泌内啡肽类物质，将听觉中枢调节至兴奋的状态，从而抑制产妇的痛觉中枢，使疼痛感降低，加速分娩的过程。

5. 可以申请一个经验丰富的教练，时刻的陪在产妇的身边，并且教产妇如何进行呼吸，如何用力等，给予产妇精神上的支持以及鼓励，并且提供有用的方法来缓解、减轻产妇的疼痛。

6. 目前也可以进行硬膜麻醉，使产妇在头脑清醒的状态下，骨盆的肌肉放松，从而减少产妇的疼痛。

（上接第 166 页）

结合现阶段学院的情况进行有效的整合，并将学院自身具有的特点展现出来，护理教学地本身所存在的特点展示先出来，从而促进教学具有针对性地提高，并为我国护理事业培养更多的优秀人才。

参考文献：

[1] 魏敏. 慢病护理管理中健康教育方法及策略运用进展[J]. 国际护理学杂志, 2021, 40(02):378-381.

[2] 高擎擎, 林娜佳, 田昕玉, 等. 专业认证驱动下妇产

科护理实训课程的教学改革[J]. 中华护理教育 2020 年 17 卷 12 期, 1093-1096 页, 2021.

[3] 蒋建福, 王青, 廖小玲, 等. 多维度互动式教学模式在 ICU 临床带教中的应用[J]. 中国继续医学教育 2021 年 13 卷 2 期, 32-36 页, 2021.

[4] 李琪, 马俊伟, 赵义妹, 等. 循证护理理念在我国护理学专业教育领域应用现状的可视化分析与展望[J]. 中华医学教育杂志, 2021, 41(02):109-112.