

# 无痛分娩知识小科普

王 沁

郫都区人民医院 635200

【中图分类号】R714

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 ( 2023 ) 02-079-02

怀孕、分娩是大多数女性都要经历的事，但分娩时的痛苦导致很多女性产生了恐惧心理。而无痛分娩可以在一定程度上减轻女性分娩时的痛苦，因此需要深入了解无痛分娩。

## 一、无痛分娩的作用机制与优势

### （一）作用机制

无痛分娩即分娩镇痛，指的是通过有效手段减轻产妇产时的疼痛。从实际情况来看，分娩是一个持续时间长、疼痛级别高的过程，对产妇的身心素质有较高的要求。例如，在第一产程时产妇的子宫会出现规律性地收缩，子宫体、子宫颈以及阴道等组织都会出现较大的变化，会导致产妇的下腹部、腰部以及骶部出现较为剧烈的疼痛感与酸胀感。在第二产程时胎儿会对产妇的盆腔组织造成压迫，便会导致产妇的阴道、直肠等部位出现剧烈的疼痛。而无痛分娩可以通过转移产妇的注意力或注射麻药等方式减轻产妇的疼痛感，使产妇能够利用更多的力气进行分娩。

### （二）优势

无痛分娩具有诸多优势，例如安全性高、便捷等。首先，无论是通过药物进行无痛分娩还是通过其他手段进行无痛分娩都不会对产妇以及胎儿造成不良影响。例如，椎管内麻醉只是在产妇的腰部注射少量的麻醉药，且这些麻醉药基本不会进入到产妇的血液当中，所以不会对产妇以及胎儿产生影响。同时，产妇在剧烈疼痛的情况下会产生儿茶酚胺，可能会威胁到产妇以及胎儿的安全，而应用无痛分娩可以减少这种物质的产生，继而保障产妇与胎儿的安全。其次，多种无痛分娩的方式都较为简单，降低了应用难度。同时，无痛分娩适用人群相对较广。此外，相比于剖宫产，无痛分娩的优势更加突出。例如，剖宫产可能会导致产妇出现伤口感染、发炎等问题，也可能导致新生儿出现呼吸功能减弱等问题，而应用无痛分娩可以让产妇自然生产，从而保障产妇以及新生儿的安全。因此，无痛分娩具有重要意义，需客观认识无痛分娩。

## 二、无痛分娩的应用方法

### （一）呼吸镇痛法

呼吸镇痛法是较为常用的无痛分娩方法，指的是产妇在医务人员的指导下调节自己的呼吸节奏，从而减轻分娩时的疼痛。一般情况下，产妇需要在宫缩间隙进行浅呼吸、在宫缩疼痛时进行深呼吸，从而转移自己的注意力。但这种方法只能在短时间内达到镇痛的效果，无法长时间减轻产妇的疼痛。

### （二）精神镇痛法

从实际情况来看，分娩时的一些疼痛也来自于紧张、恐惧以及焦虑的情绪，所以可以利用精神镇痛法调节情绪、减轻疼痛。例如，可以通过产前宣教、精神鼓励等方式缓解产妇的恐惧情绪。这种方法具有无不良影响等优势，但是镇痛效果较为有限。

### （三）导乐分娩镇痛法

导乐分娩镇痛法指的是在产妇的腰骶部以及合谷穴等位置放置电极片，利用电极片刺激产妇的皮肤感受器，从而达到镇痛的效果。这应用这种方法时可以根据产妇的个人感受调整刺激强度，缩短产程时间、减少产妇的体力消耗。

### （四）针刺镇痛法

针刺镇痛法即利用不同型号的钢针通过穴位刺入产妇的皮肤以及皮下组织当中，使皮下组织产生相应的反应，继而减轻痛苦。一般情况下可以在产妇进入临产活跃期时利用钢针刺入产妇的内关穴、合谷穴、三阴交穴以及足三里穴等穴位，并根据产妇的个人感受调整针刺深度。同时，也可以将针刺镇痛法与电针镇痛结合起来，达到更好的镇痛效果。

### （五）水中分娩法

水中分娩法又被称之为自由体位分娩法，指的是让产妇在水温适宜的分娩池中进行分娩。这种方法的优势相对较多，例如适宜的温度可以使产妇放松身心，水的灵活性也可以降低产妇身体活动的难度。同时，水中分娩法可以降低产妇出现会阴撕裂、产后尿潴留等问题的概率并保障新生儿的安全。

### （六）吸入麻醉分娩法

吸入麻醉分娩法指的是让产妇吸入氧化亚氮这种无刺激性的麻药，在减轻产妇产时疼痛的同时缩短产程、提高顺产率。

### （七）静脉麻醉分娩法

静脉麻药是通过静脉注入的方式将芬太尼、瑞芬太尼、纳布啡等麻药注入到产妇的体内，通过麻醉降低疼痛感。这种方法起效相对较快，但是可能会导致产妇出现血压下降等问题，所以需要谨慎选择这种无痛分娩方法。

### （八）局部麻醉分娩法

如果产妇无法进行全身麻醉就需要通过局部麻醉减轻疼痛。常用的局部麻醉方法有阴部神经阻滞、宫旁阻滞以及外阴与会阴局部浸润麻醉。相比于其他麻醉方法，局部麻醉的镇痛效果缺乏稳定性，且可能会引发不良反应，所以当前很少应用这种方法。

### （九）椎管内麻醉分娩法

椎管内麻醉是当前最为有效的无痛分娩方法，具有安全性高、可控性强等优势。椎管内麻醉指的是在产妇腰椎间隙进行穿刺，之后在产妇的蛛网膜下腔注入少量的局麻药并在硬膜外设置一根导管，通过连接导管的电子镇痛泵控制给药量。在分娩过程中，医务人员会为产妇注入少量的麻醉药，使产妇一直处于意识清醒的状态中，从而使产妇积极配合分娩。除了这种方式，椎管内麻醉也有骶管阻滞与腰麻、硬膜外联合镇痛。

## 三、无痛分娩对各个方面的影响

### （一）无痛分娩对产程的影响

无痛分娩对产程有一定的影响，但不同方法的影响不同。例如，呼吸镇痛法、精神镇痛法等方法不会延长产程，单纯的硬膜外麻醉可能会延长第二产程，但如果将硬膜外麻醉与体位管理结合起来就可以缩短产程。

### （二）无痛分娩对剖宫产率的影响

进行无痛分娩的主要目的是减轻产妇在分娩时的疼痛，促进产妇自然分娩，从而降低剖宫产率。从实际情况来看，在疼痛感减轻的情况下产妇会主动配合并参与到整个分娩过程当中，可以提高顺产率。因此，无痛分娩可以在一定程度上降低剖宫产率。

### （三）无痛分娩对产妇的影响

(下转第 80 页)

# 放射科，那些事儿

张勇恒

江安县人民医院放射科 644200

【中图分类号】R44

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 ( 2023 ) 02-080-01

放射科检查的项目是不尽相同的。对于普通的健康体检，一般情况下只进行胸部 X 光检查。如果体检者要进行高粉尘工作，需要进行胸部 X 光检查或者是 CT 检查。根据体检的需要，有些患者还要进行颈椎和腰椎的 X 光检查或者 CT 检查，有些人需要进行头颅 CT 检查或者是核磁共振检查。

## 1 放射科检查的危害性

CT 检查是否有放射性的，如果患者做 CT 检查的次数较多，对身体也是有损害的，可以在检查的时候要求用防护服遮挡不需要检查的部位，从而检查对身体的损害。辐射影响主要是体现在对人体细胞的生物效应，可使白细胞减少，容易造成身体抵抗力降低，在饮食方面防辐射，适当地补充营养，保持健康的生活规律，目的是增强身体的免疫力。

## 2 放射科预防辐射的具体措施

所谓的屏蔽防护，说白了就是使用各种防护材料进行的防护，比如放射科的机房墙壁都是用钡胶浆涂布的，机房的门窗也都作用铅板或是专用的防护门、铅玻璃等进行防护，使得机房以外的环境没有辐射存在，而放射科的曝光时则大多采用隔室工作，所以放射科以外不会接触到射线。除了上述防护外，机房内还配备为患者或是其陪人防护用的铅衣、铅眼镜、铅围裙等等，主要是为了使受检者尽可能地减少辐射影响。而时间防护是指在照射率不变的情况下，尽量缩短照射时间，这样对于放射科的医护人员或是患者均可以减少辐射，这是因为受照射的累积剂量与时间是成正比关系的。最后是距离防护，就是说照射量、吸收剂量均与辐射源距离的平方成反比关系，距离辐射源越远，所接收到得辐射剂量就越低。所以放射科主张应尽可能地原理辐射源，以便于起到一定的防护。放射科主要是在平时的工作中按照规程操作，尽可能地避免意外照射（比如放线时患者陪人将门打开，这样医护人员和患者就会接触到辐射），国家规定放射科每年的辐射剂量阈值不能高出群众辐射剂量阈值的 50 倍。

## 3 放射科医护人员是如何进行预防辐射

放射科医生首先他的工作室就是用特殊材料屏蔽，不会有射线进入室内。其次在扫描期间不会进入扫描区。如果工作需要医生进入辐射区域，一定要与患者一起接受扫描的辐射，他们有自己的隔离衣防护。另外，辐射的防护对于接触射线的工作人员来说是必须要掌握的知识，必须仔细学习，设备及房间要检测合格后才可以使

用，按照操作常规操作，佩戴

## 4 放射科检查注意事项

去放射科做检查，需要特别注意，没有什么特殊情况，一般不要做。一般情况下，放射科检查的辐射不大，毕竟辐射在人类生活和生存环境中无处不在，比如：安检处、地铁过道口、太阳紫外线、土地、水、手机、电脑等都存在一定的辐射。这些辐射都对人体的影响不大，放射科的检查也是一样的。一般只有拍摄的瞬间才会产生辐射，只有拍摄的时候才有 X 光，这样才有辐射，而且辐射不大，不用太过担心。

例如：患者去放射科拍片子，医生让出去等待的时候，外面有两个大铁门上面写的当心电离辐射和放射防护门，门口画了一个红色的好像是警告线，患者站在警告线里面，担心的睡不着。其实患者的症状应该是因为压力导致的抑郁症以及焦虑症。抑郁症通常表现为精神涣散，注意力不集中，做事效率低，对什么都提不起兴趣，悲观厌世，失眠等症状。而不是辐射的问题，其实警告线意思就是让患者在门外面，里面是有辐射的，但一般也没有事，要不被拍片的人岂不是都有问题，不要太在乎这个，建议适当放松自己，多给自己减减压，保证足够的营养和休息。

## 5 孕妇检查注意事项

胸片是射线对胎儿不好你可以做好产检以后最好远离辐射和药物还要补充叶酸前三个月中期补钙后期补铁，保持心情好才行，以后少吃药，主要是胸片对胎儿可能不好，不过也不是绝对的。做完放射科体检后，建议 3 到 6 个月开始备孕，放射科检查属于 X 射线类检查，有电离辐射检查后，身体内的辐射需要一定时间代谢，具体时间也因人而异，一般，该项检查后剩余的辐射可以在短时间内代谢，可以帮助人体完成代谢，如果不是短时间内频繁地做此类检查，人体自身也可以完成代谢。胎儿在三个月是最容易导致畸形的，而且，做 X 线相对来说放射量更大，从优生的角度来说，应该慎重抉择。如果孕妇在放射科做过检查，定期进行孕期检查，超声检查为好的，观察胎儿的发育情况的，一旦发现胎儿发育有问题，需要及时终止。最后，患者在做完 ct 之后洗个澡。平时多吃一些苹果。平时的日常饮食中可以多吃海带，紫菜，动物血、木耳等食物，同时多喝绿茶也是可以帮助体内射线的排除。希望对你有帮助。最好饮食尽可能广泛多样化。多吃高蛋白优质蛋白食物多吃蔬菜水果，不要喝酒咖啡、戒烟。

（上接第 79 页）

无痛分娩对产妇有较大的积极影响，且有利于增强女性的生育意愿。首先，分娩时的疼痛会对产妇的身心健康产生不良影响，而应用无痛分娩技术可以减轻产妇的疼痛感并减少对产妇身体的影响。其次，应用无痛分娩技术可以降低产妇出现焦虑、抑郁等情况的概率，增强产妇的再生育意愿。

## （四）无痛分娩对新生儿的影响

从临床实践情况来看，进行无痛分娩可以降低新生儿的窒

息率。首先，应用无痛分娩可以缓解产妇的不良情绪，增加胎盘血流灌注并减少耗氧量，使胎儿获取更多的氧气。其次，应用无痛分娩可以让产妇进行充分的休息，有利于降低新生儿出现缺氧等问题的概率。

总之，无痛分娩技术越来越成熟，可以减轻产妇的痛苦，因此需要提高对无痛分娩的重视程度并在条件允许的情况下选择无痛分娩。且需要根据实际情况选择合适的无痛分娩方法，在减轻产妇痛苦的同时保障产妇与胎儿的安全。