

导乐陪伴 静待花开

许昌市妇幼保健院让自然分娩成为幸福体验

记者 高峡

随着科技的不断进步,分娩技术取得了突破性进展。许昌市妇幼保健院采用的科学自然分娩技术,为产妇减轻了痛苦。特别是导乐陪伴分娩,获得了产妇的一致好评。

许昌市妇幼保健院产房主任孙真说,导乐陪伴分娩是一名助产士陪伴一个产妇产的全过程。助产士为产妇提供专业化、人性化服务,给予产妇心理上的支持和身体上的护理,可减少分娩时的不适、疼痛和焦虑。导乐陪伴分娩中使助产士融入产妇整个分娩过程,给产妇信心和安全感,减少并发症的发生。导乐陪伴分娩给予的支持是产妇身边关

系亲密的人无法给予的。

早在2004年,许昌市妇幼保健院就推出导乐分娩。2014年,该院赴上海、北京等地进修的医护人员回来后,开始推出新的导乐分娩。为避免产妇生产时会阴撕裂,该院还采用“无创接生”新技术,改变了传统助产术“一刀切”的状况,提高了自然分娩的成功率。自该院开展导乐陪伴分娩以来,越来越多的家庭享受到了这项服务带来的好处。如今,导乐陪伴分娩就像一股暖流流进产妇的心田,受到产妇和其家属欢迎,获得好评。

孙真说,长期以来,该院倡导自然分娩,利用自由体位、拉玛泽呼吸法、按摩、音乐等非药物镇痛方法提高自然分娩的成功率。这需要更多的助产士和乐师付

出耐心和爱心,也需要专业的技术。

该院温馨、现代化的产房里,除了先进的自由体位分娩器械外,还有导乐球、香熏灯等温馨有趣的东西,目的是让产妇放松。导乐师在分娩过程中通过各种非药物的方法,如热敷、香熏、按摩、音乐、孕律操、水疗等,达到缓解疼痛的目的,帮助产妇顺利分娩。在此基础上,该院推出了音乐镇痛催眠分娩,有助于产妇保持体力,顺利分娩。

在该院体验过自然分娩的妈妈们都很高兴。孙真说,该院提倡在保证母婴安全的前提下尽量经阴道分娩。但是,这并不意味着一味地拒绝剖宫产。在一些紧急情况下,剖宫产有着不可替代的

优势。该院的产房与手术室、新生儿科之间设有专用直升电梯,麻醉医生与新生儿医生均可在最短时间内直接抵达产房,急诊手术能在5分钟内施行,为产妇和新生儿提供了安全保障。

自然分娩是人类繁衍的正常生理过程,对于身体健康的育龄女性来说,是瓜熟蒂落、水到渠成、最自然不过的事。自然分娩对母婴健康均十分有益。世界卫生组织(WHO)在20世纪80年代提出了把剖宫产率降到15%以下的目标。为了让更多产妇享受人性化分娩服务,该院不断引进新技术,推出新服务,切实为产妇减轻痛苦,体现对生命的尊重。

注意,肝病偏爱这些人

专家提醒,早发现、规范治疗,才能赢得先机

本报讯(记者 高峡)肝脏是人体重要的排毒和代谢器官,对人体的健康非常重要。肝脏对疼痛不敏感,所以有时候它出现了问题,人很难察觉。如何预防肝病?8月2日,许昌市立医院感染科主任、知名肝病专家娄海山接受记者采访时给出了答案。

娄海山说,肝病的发生,都是从肝细胞膜受损开始的。肝细胞膜受损后如果没有及时发现并有效治疗,就有可能变成脂肪肝、酒精肝、药物肝损伤、慢性肝炎等疾病。脂肪肝、酒精肝等肝脏疾病对于人体的危害很大,如果处理不当很容易危及患者的生命。在日常生活中做好预防工作,才能远离肝脏疾病。哪些人更易得肝病?

肝病青睐的人主要有以下几种:

加班熬夜、久坐不动的人。人的肝脏在晚上11时至凌晨3时活动能力最强,这也是肝脏的最佳排毒期。如果此时熬夜,肝脏得不到休息,肝脏的血流量相对不足,势必加重肝脏的负担。同时,熬夜的人多半晚餐进食较多,并且晚餐后没有运动,多余的热量就会转化为脂肪贮存于肝脏中。久而久之,肝脏的脂肪含量就会超标,导致脂肪肝。

长期喝酒的人。酒精里的乙醇对肝脏有害,经常饮酒会使肝脏的代谢能力减弱,导致肝细胞内脂肪过度堆积,引起肝细胞膜破损。酒精性脂肪肝更易诱发脂肪性肝炎、肝纤维化和肝硬化,约四成肝硬化的元凶是酗酒。

老年人。老年人大多患有高血压、高血糖等慢性病。这些慢性病合并脂肪

肝的比例较大。脂肪肝可能伴随肝细胞膜损伤,使脂肪的代谢能力减弱,进而影响肝脏的功能。因此,需要重视保肝、护肝,尤其是加速再生肝细胞膜。

长期服药的人。药物或化合物可能引起肝脏的脂肪变性,干扰正常的脂肪代谢,使脂肪堆积在肝细胞中,导致肝细胞膜破损。这也是一种药物性肝损伤。

娄海山说,肝病虽然危害大,但并不可怕。肝病及早发现,坚持规范化、系统化治疗,就能赢得先机。许昌市立医院感染科坚持肝病规范化治疗,进行有效的健康管理,帮助许多肝病患者摆脱了病魔的困扰。该科采用先进的射频消融术为肝病及肿瘤患者带来了延续生命的希望。

夏日感冒 要及时就医

记者 高峡

俗话说,“热在中伏”。目前正处在三伏天的“中伏”阶段,是最热的阶段。在高湿度的助推下,“桑拿天”模式正式开启。高温加湿热的天气让感冒患者骤然增多。就如何防治夏日感冒等问题,记者采访了有关专家。

许昌市中医院养生堂专家徐征华说,我们平常所说的感冒都是上呼吸道感染,多由病毒感染引起,一年四季均可发病,具有传染性。发病率的高低与季节有关,夏季是感冒的多发季节。虽然感冒大多由病毒感染所致,但因发病季节和致病诱因不同,临床表现各异。

夏日,忽冷忽热、纳凉过度、贪凉露宿、过食冷饮或淋雨等导致抵抗力下降,病毒乘虚而入,发生上呼吸道感染。长时间在低温环境中,或在酷热大汗状态下马上强制降温,人体不能适应急剧的环境变化,极易致病。

感冒不是大病,而且是自限性疾病,一般可在一周内自愈。服药只是帮助改善症状。患者应多喝水,适当休息,并开窗通风,保持室内空气清新。长期在密闭的空调房间中容易受凉,空气中的致病微生物极易使人患上其他病。

近段时间感冒患者较多,但就诊的病人以小孩儿为主,大人通常想忍过去或自行买药吃。专家提醒,感冒虽然是小病,且一周内可自愈,但是要认真对待,以防合并其他感染,导致肺炎、心肌炎等。特别是有慢性病的感冒患者,如不及时就医还会出现严重的临床症状,使慢性病加重。另外,发热不一定是感冒。所以,不能完全相信自我诊断,随便买药吃。

喜欢在家中备药的市民可以备一些中成药,像人丹、藿香正气水、风油精、清凉油等。

人丹具有消暑开窍的作用,可用于缓解暑热引起的恶心、呕吐、胸闷、头昏目眩、晕车、晕船等症状。

藿香正气水具有芳香化湿、解表祛暑的作用。

风油精具有解暑避邪的作用。滴数滴风油精于手帕中掩鼻吸入可以提神醒脑,外搽可防治感冒,缓解头痛、牙痛、风湿骨痛、小儿腹痛、晕车、晕船及蚊虫叮咬等,减轻疲劳。

清凉油可以治疗暑热引起的头晕和头痛、蚊虫叮咬、皮肤痒痛、闷热不适、中暑、受凉等。



8月2日上午,许昌市妇幼保健院孕妇学校举办了“巧手孕妈宝爸喜爱的哺乳枕手工胎教DIY”沙龙活动。当日,40余位孕妈、宝爸激情满满,参加了这场趣味十足的活动。

记者 高峡 摄

颈椎病不仅是脖子疼这么简单

许昌市立医院特色疗法惠及颈椎病患者

本报讯(记者 高峡)头晕、耳鸣、辗转反侧无法入眠……有过这些经历的人很少想到去骨科治疗。其实,这些症状有可能是颈椎病惹的祸。近日,饱受颈椎病折磨的陈女士在许昌市立医院找到了病因,并得到了有效治疗。

许昌市立医院脊柱外科主任乔志刚介绍,陈女士多年头晕、颈部僵硬、耳鸣、视物模糊、睡眠质量差,并伴有恶心、呕吐等症状,近半年来病情加重。陈女士经多家医院治疗,病情均无改善。

7月20日,陈女士到许昌市立医院中医特色诊疗区检查后,乔志刚诊断其患了颈椎病、颈源性眩晕、生理曲度反弓等。乔志刚用神经阻滞法、穴位注射法、理筋手法治疗三次后,陈女士的症状基本消失。陈女士送上一面锦旗,表示感谢。

乔志刚说,神经阻滞法是在神经干、丛、节的周围注射局麻药,阻滞其冲动传导,在其支配的区域产生麻醉作用。神经阻滞法只需注射一处,即可获得较大的麻醉区域。神经阻滞法如果操作不当,有引起严重并发症的可能性,操作时必须熟悉局部解剖,了解穿刺针经过的组织,以及附近的血管、脏器和体腔等。医术精湛的医生才能完美操作。

穴位注射法是将药液注入穴位防治疾病的一种治疗方法。它将针刺刺激、药物的性能及对穴位的渗透作用结合,发挥其综合效应,故对某些疾病有特殊疗效。穴位注射法的适用范围很广,针灸治疗的适应证大部分可采用本法,如麻痺症、腰腿痛等。

理筋手法是理顺经络的一种手法。操作时一般先用按、推、摩、揉、擦等手法

镇痛解痉、散瘀活血、放松肌肉,然后用屈伸、旋转、牵抖、摇晃等手法理顺经络、分离粘连,最后运用叩击、揉搓、运展等手法调和气血。该疗法可用于各类经络伤痛的治疗。

乔志刚说,中西医结合疗法适用于颈椎病。他为陈女士制定了中西医结合治疗方案,将西医的穴位注射法和中药结合,有独特的疗效。

颈椎病会导致患者肌肉僵硬、酸痛、失眠。一些患有颈椎病的老人认为年龄大了,睡眠少是正常现象,往往没有重视。殊不知,这可能是颈椎病在“捣鬼”。专家提醒,睡眠作为生命必需的过程,是机体复原、整合和巩固记忆的重要环节,是健康不可缺少的组成部分。持续失眠的颈椎病患者应及早就医,消除病痛。