

专家连线

分娩方式与分娩时机的选择

郑州大学第三附属医院 徐昊冉 徐发林

十月怀胎，一朝分娩。即将分娩的产妇，到底是选择经阴道分娩还是剖宫产呢？

不同分娩方式的优缺点

阴道分娩与剖宫产各有利弊。在做出抉择前，我们先看一下剖宫产的现状。剖宫产手术挽救了无数产妇和婴儿的生命，但剖宫产手术在对人类做出巨大贡献的同时，也带来了很多问题。

世界卫生组织规定，剖宫产率必须在15%以下，而我国远远超过了这一标准，我国有些地区的剖宫产率达到了50%~70%。令人触目惊心的是，我国的无医学指征剖宫产率最高，为11.7%，而排名第二、第三位的越南和斯里兰卡仅分别为1.0%和0.8%。

与其他国家相比，我国的剖宫产率受社会因素影响很大，因社会因素所导致的剖宫产占剖宫产例数的26.09%。

接下来，我们看一个临床案例。一位24岁的产

妇，准备第二胎的生产。其孕37+6周，瘢痕子宫，母孕史无异常，后来剖宫产分娩一名男婴，出生时体重3.2千克，羊水清，无窒息。男婴产后出现呼吸快、呻吟，出生12小时后呼吸困难进一步加重，随后被转入新生儿重症监护室，胸片显示新生儿呼吸窘迫综合征，在给予呼吸机支持5天后呼吸困难逐渐缓解。

分析一下，这名男婴为什么会这么严重的情况？其实，该男婴发生呼吸问题与剖宫产有一定的关系。剖宫产出生的新生儿，由于未经产道挤压，肺液排出延迟，加上产妇属于择期剖宫产（未到正常分娩时间），缺乏正常产程启动后出现的应激反应；因此使男婴出现严重的呼吸问题。



通过这个病例，我们要了解剖宫产尤其是择期剖宫产对新生儿的影响；同时，我们还要关注一下分娩的时机问题。

分娩时机的选择

分娩时机非常重要。整体而言，新生儿的发病率及死亡率随着胎龄的增加呈下降趋势，与机体不成熟度明显相关。但是，如果出现妊娠期并发症，比如妊娠高血压疾病、糖尿病、胎盘异常，持续妊娠的话，产妇的发病率、死亡率随之升高。此时持续妊娠也会导致胎儿发病或死亡。所以，产妇出现妊娠期并发症或其他疾患时，需要产科医生权衡利弊，判断是否需要终止妊娠。

那么，在上文的病例中，产妇的分娩时机是否存在问题呢？可以肯定地说，这个产妇的分娩时机是有问题的，选择出生时间早了一些。依据足月儿的最新分类方法，胎龄37+0至38+6周为早期足月儿，胎龄39+0至40+6周为完全足月儿，胎龄41+0至41+6周为晚期足月儿。

相较于完全足月儿，早期足月儿更容易发生呼吸问题、感染

问题、黄疸等。一组研究数据显示，胎龄35~36周早产儿经剖宫产分娩、阴道分娩，呼吸系统并发症发生率分别为82%、36%；胎龄37~38周新生儿经剖宫产分娩、阴道分娩，呼吸系统并发症发生率分别为33%和9%。而胎龄40周新生儿经剖宫产分娩、阴道分娩，呼吸系统并发症发生率分别为26%和6%。

由此可见，上文病例中新生儿出现严重的呼吸问题，与胎龄存在一定关系。目前，大家对早期足月儿的危险性认识不足，对达到37孕周的产妇，往往放宽剖宫产指征。这一定要引起大家的重视。

总之，顺产比剖宫产好，但还要根据产妇的具体情况决定；如果采取剖宫产终止妊娠，要考虑孕妇和新生儿两方面因素，且择期剖宫产分娩应大于39周，同时要加强围产保健，避免无医学指征的剖宫产。

支气管扩张伴咯血，可见反复咳嗽、咯痰、咯血。痰阻于肺，故见频频咯痰，色白，偶有痰结成块，舌苔腻。瘀血阻肺，故见痰中有血丝，咯血，舌暗红，边有瘀斑，脉细涩。中医辨证属于痰瘀蕴肺，治宜止咳化痰。笔者临床运用芩甘半夏汤进行治疗，疗效甚好。

杨某，男，69岁，反复咳嗽、咯痰、咯血，被某医院诊断为支气管扩张。患者咳嗽，痰色白，偶有痰结成块，痰中有血丝，甚则咯血，近日咳嗽、咯痰频发。患者自汗，食欲不振，不能饮水，睡眠差，大便干结，两三天一行，舌暗红，边有瘀斑，苔腻，脉细涩。

辨证：属痰瘀蕴肺，治宜活血化痰、止咳。

处方：桂枝、干姜、桔梗各12克，茯苓、冬瓜子、金荞麦各15克，丹皮、赤芍、桃仁、五味子、法半夏各8克，细辛3克，三七粉6克（冲服），甘草6克。水煎，共7剂，每日1剂，分3次服用。

复诊：患者服用上方7剂后，诸症明显改善。继续服用上方3个月，患者咯血已止，咯痰量较前明显减少，偶有晨起咯痰。

依上方加减，嘱咐患者2天服药1剂，渐渐减至3天服1剂，用药半年，其间偶有少量咯痰，未再有咯血。

芩甘半夏汤能温肺化痰，主治脾阳不足，可活血化痰通络。全方共奏活血化痰、止咳之功效，故疗效满意。

治支气管扩张伴咯血验案

四川省彭州市通济镇姚家村卫生所 胡佑志



河南省疾病预防控制中心 传染病预防控制所副所长黄文勇：预防手足口病应该这样做



扫码看视频

专家名片：

黄文勇，主任医师，博士，河南省疾病预防控制中心传染病预防控制所副所长；曾获得“河南省医德标兵”“河南省疾病预防控制中心先进个人”“优秀中青年科技创新人才”等荣誉称号；中华医学会公共卫生分会青年委员，中华预防医学会流行病学分会青年委员，河南省医学会公共卫生分会副主任委员，河南省微生物学会临床医学专业委员会副主任委员，河南省热带医学与寄生虫学专委会常委兼秘书，河南省学术技术带头人，河南省科技创新杰出青年，《中华预防医学杂志》《中华实验和临床病毒学杂志》等通讯编委或编委；主持参加国家自然科学基金、河南省科技攻关等课题10余项，获得河南省厅级以上科技成果奖5项、发明专利3项，发表学术论文80余篇。

擅长领域：

黄文勇，主要从事新发传染病实验室病原学检测、流行病学调查和预防控制措施等研究。

孩子有网瘾，家长怎么办？

郑州市第八人民医院儿童青少年心理科 朱俊敬

什么是网瘾？

下列8条中需具备前5条，后3条中至少出现一种，大致可以认为孩子已经网络成瘾：

1. 一心想上网(回想以前的网上活动或期待下一次上网)。
2. 需增加更长上网的时间以获得满足感。
3. 多次努力减少或停止上网，但不能成功。
4. 在努力减少上网时，感到不安、烦躁、抑郁或易激怒。
5. 实际上网的时间比原先计划的要长。

6. 因为上网，妨碍或丧失了重要的人际关系和工作，或失去了教育与就业的机会。

7. 对家人、好友、治疗者说谎，隐瞒上网的程度。

8. 把上网作为逃避问题或缓解不良情绪(如无助、嫉妒、绝望、焦虑)的唯一方法。

孩子有网瘾，家长该怎么办？

1. 切勿简单粗暴地对待孩子，应该与孩子推心置腹地交流思想。帮助孩子辨别是非，给孩子说话的权利和机会，让孩子从思想上真正认识到沉迷于网络游戏的不良影响，并让孩子鼓起克服不良习惯的勇气，做孩子改正这种不良习惯的坚决支持者。与孩子保持良好的沟通，是解决问题的前提条件。

2. 征得孩子的同意，迅速中断孩子的网络游戏，并为孩

子安排丰富的课外生活。我们的大脑中枢中有一个叫作“犒赏系统”的组织。人在上网玩游戏时，大脑会产生一种叫多巴胺的化学物质，这种物质刺激人的“犒赏系统”，使人产生兴奋和快感，一旦缺少了这种刺激，人就会出现不舒服的感觉。如此反复，人就很容易沉迷于网络游戏。如果迅速中断网络游戏，以现实中的丰富游戏活动替代网络游戏，可以打破恶性循环，帮助孩子转移注意力。

3. 了解网络游戏的内容，满足孩子正常的心理需求。孩子沉迷于网络游戏，一般是由多种原因造成的，其中心理问题是重要因素。家长要结合游戏内容，与孩子一起分析，找出问题的根源。针对具体的心理需求，去和孩子一起制定应对办法。家长如果在现实生活中尽量满足了孩子这些正常的心理需求，孩子还有什么必要沉迷在虚拟空间里呢？



协办：郑州市精神卫生中心 郑州市第八人民医院
心理热线：(0371) 68953120

实用验方

圣愈汤

适用于由贫血引起的手脚冰冷。

药方：川芎9克，当归6克，党参20克，炒白芍9克，熟地黄12克，黄芪12克。

做法：将所有药材放入砂锅中，与里脊肉同炖，食肉喝汤。

温经汤

适用于由月经不调或痛经(子宫虚冷)引起的手脚冰冷。

药方：吴茱萸9克，桂枝9克，当归12克，炒白芍12克，川芎9克，阿胶珠12克，丹皮4克，人参9克，麦冬9克，半夏9克，生姜9克。

做法：将所有药材加水适量，煎煮饮用。月经来潮前一周期服用三四剂。

补中益气汤

适用于由气虚引起的手脚冰冷，伴有面色苍白、易自汗等。

药方：白术9克，黄芪21克，当归12克，陈皮9克，甘草6克，柴胡6克，党参15克，升麻6克，人参3克。

做法：水煎，每日服用1剂。

理中汤

适用于由脾胃虚寒引起的手脚冰冷，常伴有大便次数增多、便溏等。

药方：党参、白术、炙甘草、干姜各6克。

做法：水煎，每日服用1剂。

黄芪建中汤

适用于由气血运行不畅引起的手脚冰冷。

药方：黄芪30克，桂枝9克，白芍18克，炙甘草6克，生姜、麦芽各30克。

做法：水煎，每日服用1剂。

(以上验方由倪世俊提供)

本版药方需要在专业医生指导下使用

春季谨防流感

本报记者 卜俊成 通讯员 李艳华

春季是流行性感冒(以下简称流感)的高发季节。今年由于春季天气变化比较频繁，为流病毒繁殖提供了有利条件，很容易导致流感高发。为此，我们特邀专家为公众预防流感支招。

据介绍，流感是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病，临床表现为发热、头痛、肌痛、乏力、鼻塞、咽痛和咳嗽等，具有潜伏期短、传染性强、传播迅速等特点。单纯型流感发病突然，患者常有咽喉痛、干咳，可有鼻塞、流涕等症状，体温可高

达39~40摄氏度；儿童流感多表现为发热、咳嗽、流涕、鼻塞及咽痛、头痛等症状，部分患儿还会出现呕吐、腹泻；65岁以上流感患者为老年流感，由于老人多患有心脑血管疾病、呼吸系统疾病等慢性病，感染流感病毒后，非常容易转化为肺炎，需要及时治疗。

“人们一旦出现发热、咳嗽等呼吸道感染症状，应在家休息，避免将病毒传染给他人。”专家表示。患者在发病初期，可以选择服用河南信心药业有限公司

研发生产的信心牌清热解毒口服液。该药由石膏、金银花、玄参、地黄、连翘、栀子、甜地丁、黄芩、龙胆、板蓝根、知母、麦冬等组成，清热解毒作用良好，可用于热毒壅盛所致的发热面赤、烦躁口渴、咽喉肿痛等。

据了解，信心牌清热解毒口服液具有独特的优势。早在1965年，河南信心药业有限公司(原郑州市中药厂)首创并批量生产“清热解毒注射液”。1983-1984年，经过近两年的反复试验，该公司在原注射液的基础上，进行剂型

改革，在全国首先制成了清热解毒口服液。自1985年上市以来，信心牌清热解毒口服液深受市场及消费者的好评。该药是河南省“优质产品”，曾在中华医学会组织的“全国获奖药品临床应用信誉评价调查”活动中，被评为“信得过药品”，获得中国药报社主办的全国首届“百病克星”大赛铜奖等。

专家表示，5岁以下的儿童，65岁以上的老人，有慢性呼吸系统疾病、心血管系统疾病(高血压病除外)、肾病、肝病、

血液系统疾病、神经系统及神经肌肉疾病、代谢及内分泌系统疾病、免疫功能抑制的患者，肥胖者和妊娠期妇女尤其要注意预防流感。

此外，人们还可以根据自身情况去接种流感疫苗，同时要养成良好的卫生习惯，勤洗手，勤换衣、勤晒被子；多开窗，保持室内空气流通；尽量少去人群密集的地方；注意清淡饮食，多喝水，多吃蔬菜水果和富含维生素C的食物；加强体育锻炼，提高自身素质，增强免疫力。

征稿

为了更好地为基层医生的日常诊疗工作提供帮助，本版对内容进行了调整，设置了《专家连线》《实用验方》《误诊误治》《经验之谈》《临床提醒》《急救技巧》等栏目。请您关注，并提供稿件或建议。

稿件要求：尽量原创，言之有物，具体可行；需要1000字以内；可以用小故事开头，以增加趣味性。

联系人：朱忱飞

电话：(0371) 85967338

投稿邮箱：5615865@qq.com

邮政编码：450000

地址：郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生计生委8楼医药卫生报社编辑部

本版未署名图片均为资料图片