

经历岁月，越来越难以体会这两个字的含义。作为医生，更是经历过人间太多的悲欢离合，造就了冷血的外表，这个特殊的职业也让自己早早能领悟到活着不易，我们追求的金钱和权力活着的本意相去较远！每天程式化的工作，出门诊——手术室，循环往复，几乎没有多余的力气去思考工作以外的事情。门诊中会遇到各色各类人群，虽然影响心情，但事后总能理解他们的焦急之情！手术中也会遇到棘手的问题，但最终也能化险为夷！

推门进来的是10号患者，长得清秀，眉眼传神，化着淡淡的妆容。我用公式一样的语言问着病史。

“主任，我出血一年多了！”

我惊讶地抬头看向她，心理默默评估着，言谈举止不像文盲呀！我疑惑，问：拖这么长时间，中间用药了？出血与月经周期有没有关系？夫妻生活有没有出血？……我谨慎不敢遗漏病史。因为从她的描述中我已经知道，她患了肿瘤。可是，坐在我面前的是个30岁花容月貌的女子，我怎么开口呢？

我们将话题转移到生活中，问道：“目前我国国家已经普及妇女两癌筛查，您怎么不参加？”

“我在国外！”

又一个出国耽误治疗的，我心里立马浮现出那些明星在国外遭遇看病的

经历。语气中已经失去开始时候的同情，有点暗讽的问道：“国外生活好吗？”“我出国打工，孩子小，需要钱！”我为自己心理的一点小阴暗开始不好意思了。“好吧，不能因为挣钱耽误治疗呀，我们去做检查吧。”

检查的结果和病理报告都证实了我的猜想！——宫颈瘤。

当她再次踏进我的诊室询问病情的时候，考虑她已经到了IIA期，年轻，我们制定了综合的治疗方案。

她细说1年来在国外因出血的就医经历，我真的感到无话可说！

每个行业，都在粉饰自己，当诊疗规范和指南都在全球推行的时候，他们为何能视而不见，反复用止血药来敷衍！

回头看看自己从医20多年，谨慎小心，除了临床工作外，不停地学习，掌握知识的更替，怕有一点自己没有考虑到。或者，怕没有跟上最新的研究治疗进展，耽误患者。

其实，写下这段文字的时候，感想更多，想到那些愿意或者不愿意呆在国外的人们，不仅仅是身体，心理上更是忍受着常人不一样的情感。中华“根”文化，影响着世世代代的人！在心里，最温暖的地方是故乡！

在有情有义的地方活着，活得敞亮；花最小的代价活着，活得经济；有思维地活着，活得精彩！

（妇产科内分泌科 花茂方）

分娩究竟有多痛？只有经历过才懂得！

因而许多临近分娩的宝妈担心分娩时的疼痛无法忍受，变得恐惧、焦虑，从而想到传说中的“无痛分娩”。那么无痛分娩究竟是一种什么样分娩方式呢？为什么它被称为“无痛”分娩？

无痛分娩在医学上也称“分娩镇痛”，目的就是通过各种方法使分娩时的疼痛达到减轻甚至消失。目前普遍使用的分娩镇痛方法有两种：一种是药物性镇痛，通过椎管内持续给药来达到镇痛效果；另一种方法是非药物性的，如陪伴分娩、拉玛泽呼吸减痛法等。

下面，小编就宝妈们关心的药物性镇痛相关问题向大家介绍一下。

## 想顺产，怕疼怎么办？“无痛分娩”来帮您！

### 分娩镇痛操作方法？

这里主要介绍硬膜外麻醉的方法：

①头看肚子，双腿弯曲尽量贴住肚皮，像“虾米”一样屈起来，尽量把腰部的脊椎骨完美地暴露给麻醉医生；

②麻醉医生就会像打点滴时把针置入血管一样，把硬膜外导管（塑料的、软的）置入腰部的椎管内的一个叫硬膜外腔的地方；

③置好硬膜外导管后，宝妈们翻身躺平给上局部麻醉药，大概10-15min后就会慢慢起效；

### 分娩镇痛的效果如何？

目前，临床上经椎管内麻醉实施分娩镇痛是比较有效的镇痛方法。

一般来讲，只要不是头盆不称、胎方位不正等产科因素导致的爆发痛，镇痛效果都非常好（疼痛评分0-3分），有效率达95%以上，能有效缓解宫缩痛，还不影响子宫收缩以及下肢运动，只不过到宫口扩张到10cm的时候小腹被胎头挤压的有些憋胀，和产痛比起来这点不舒服简直就是九牛一毛。在市妇保院，宝妈们在打完无痛分娩后，助产士都会要求她们休息一

会，攒着劲生宝宝用哦！

### 什么时候打，什么时候生？

我院每天会专门安排中级以上职称的麻醉医生在产房24小时值班，为产妇提供镇痛分娩服务。只要宝妈临产，有镇痛需求，产科医生和麻醉医生评估后，没有禁忌症，我们都会尽量满足的！

打完无痛分娩，通常宝妈是睡一觉起来，宫口扩张到10cm就可以进产房生去了，这个时候宝妈们往往有“便意感”；生完观察2-4h，没有问题麻醉医生才会拔掉硬膜外导管。

### 友情提醒

①如已向麻醉医生说明你腰椎的情况：比如有无腰椎间盘突出、腰痛、下肢疼痛及麻木的病史；

②带好你的孕检化验单，特别是

最近一次的血常规和凝血系列的化验单，还有就是心电图单；

③打麻醉的时候千万不要动，有什么不舒服只能说：因为椎体内分布着大量的神经，你乱动的话，就会造成严重的神经损伤！

④打完无痛分娩就不能吃饭了，只允许喝无渣的液体；因为临床以后很快就要分娩，吃了固体食物后在生的过程很容易呕吐，潜在发生误吸到肺部的危险情况；

⑤打完无痛分娩后，翻身的时候一定要把腰部腾空，不要把硬膜外导管蹭掉，蹭掉的话给不进去药，就享受不了分娩镇痛啦，一定要切记！

⑥宝爸宝妈一定要明白：麻醉医生实施的分娩镇痛只是帮宝妈止疼痛，和宝妈能不能顺产没有关系！

**当然，在选择药物性分娩镇痛时，许多宝妈和家属也会顾虑重重。**

### 1、无痛分娩会导致分娩无力？

NO！不少产妇和家属认为无痛就没有力气生孩子了。然而，真相是这样的：无痛分娩的整个过程均采用低浓度局麻药，达到“感觉运动阻滞分离”。

在控制疼痛的同时并不会影响产妇运动，对子宫收缩也影响很小，所以打了无痛，分娩同样有力气！

### 2、无痛分娩会影响小孩和母乳？

NO！作为麻醉医生，我们很明白，无痛分娩所需的麻醉药物浓度是正常麻醉时的1/10或更小，对母体的影响小，对新生儿更是没有任何影响。

### 3、无痛分娩会导致腰痛？

NO！产后腰痛很常见，据英国科学家统计约为40%。其原因很多，如孕妇腰椎负担加重、韧带松弛、生产时的特殊体位、劳累等因素都可能引起腰痛。麻醉医生打的无痛针，绝非产后腰痛的元凶。

### 4、无痛分娩不安全吗？

NO！无论哪种分娩方式，哪种产

程标准，都应把母婴安全置于首位。无痛分娩安全、舒适、方便。麻醉药只作用于盆底骨骼肌、痛觉神经，不影响运动神经，也不会影响到控制子宫平滑肌的子宫平滑肌。通过合理用药，能够较大程度避免对骨骼肌及运动神经的损伤。无痛分娩可以刺激宫缩，缩短产程，减少准妈妈们在分娩时的恐惧和倦怠感，降低剖宫产率和产后出血率，提高阴道分娩率。此外，无痛分娩并发症仅是剖宫产的1/3，产后恢复也快。

据悉，连云港市妇幼保健院于2003年起开展分娩镇痛服务，近年来，还成立了麻醉科分娩镇痛小组，专门从事分娩镇痛工作。同时，作为江苏省分娩镇痛委员会委员单位。该院连续多年承办无痛分娩江苏行——走进连云港市妇幼保健院系列活动，多次组织本地区各医疗卫生单位，普及和推广无痛分娩新技术新项目。

目前，该院已累计为近3万名产妇安全实施药物性分娩镇痛，分娩镇痛率达40%以上，深受宝妈们的喜爱，也吸引了许多周边地区的孕产妇。

（疼痛科 英成光）

回想这次让我印象深刻的就医经历，让我觉得身为一名医院员工倍感幸运和骄傲，也对咱们医院的服务态度、医者水平和医疗条件感觉十分满意。

记忆总是那么漫不经心，还记得新员工培训的时候，我院为了让我们切身感受患者在就医过程中的辛苦，学会在工作中换位思考，开展了“换位就医体验”活动。作为新员工的我们，积极响应活动号召，约着小伙伴们一起投入此次就医体验活动中。还记得那是在炎热的8月，

以直接进去，直走第一个房间就是了。”我听了很开心，心想不用排队，进去找医生。医生也是满脸笑容，氛围很是轻松。医生很有耐心地询问我哪里不舒服，跟我讲需要做什么检查等，全程让我觉得很放松和满意。看完医生，我发现医生诊室就设有自助机，不用再下一楼来回折腾，真是方便极了，直接缴了检查费用。随后我和伙伴没多想直接朝门外走去，然而就在这时，医生喊住了我们并笑着说：“你们这是要去哪里啊，你们要做的检查

极高的尝试与体验。

检查后，医生告诉我检验标本需要送到几楼，按着医生的提示，精准地找到了检验科的位置。来到检验科，检验科的医生态度也特别的好，接过检验标本并详细清楚地跟我讲什么时候取报告，在哪里取报告。之后的报告单领取也很方便，在门诊一楼大厅自助机可以自行打印，省时快捷。我的就医体验经历真的很顺利，也很幸运，遇到的医生和护士都特别的好，让人感觉特别踏实和舒服，整个过程中，

正值初夏，冷暖空气交替频繁，许多大人、小孩都受了感冒的侵扰，纷纷来到医院就诊看病。但是你可曾想过，如果接诊你的医生也生病了怎么办？5月30日上午，我院产二医生办公室，医生们都紧张的忙碌着，只见一名带着口罩的医生正在给患者看病，她们之间有一个点滴架子，刚开始我以为是在患者挂水，走近一看却发现挂水的是医生。只见她一边在询问病史，一边在给患者写病历，显得与周围其他人是那么的格格不入。感动与赞美之情都浮现在每一个走进办公室的患者以及家属，他们不由的说话声音小了许多，走路也轻了许多，都自觉地不忍打扰这一时的

## 不忘初心

温馨。她叫李菁，一名普通的产科医师。在偷偷拍完一张照片走出办公室的时候，一位患者拉住我说，她也是这个医生看的，很敬业，问诊的时候很仔细，来到你们医院看病一点严肃、冷清的感觉也没有，为我院点赞，为我院的医护人员点赞。

这只是我院的一个缩影，日常工作中常常听到患者及家属称赞我们医术精湛，夸奖我们医护人员服务优质，这都是一点一滴积累起来的口碑，是对我们医院文化的一种认可。医生忙，一直都很忙，但每个同事都是那么兢兢业业的恪守在自己的岗位上！辛苦了同事们，医院以你为荣！

（医务处 李坤）

## 一次满意的就医体验

一个下午时分，我们背着包，一路欢笑着，来到医院就诊，着实体验了一回做病人的感受。

我们都知道先挂号后就诊，所以首先来到挂号处，挂号方式有很多种，可以到人工收费处，也可以用自助机，挂号很顺利，我选择自助机挂号，省时方便快捷智能，当时就在感叹自助机真是“伟大”的发明。那时的我一直在门诊收费处轮转工作，所以我很清楚我要就诊科室的位置，但院里去就诊科室的途中也会有路标，有牌识，有各个楼层也有导医，所以也很容易就能找到。

来到了三楼，没等我反应过来，导医护士就微笑着对我说：“您好。”并把手伸出示意我把挂号单给她，导医护士接过挂号单，在机子上扫了一下，很和蔼地说：“医生办公室现在没有病人，您可

就在我这里啊，去吧，到里屋检查室。”我当时愣了一下，很快反应过来，多亏了医生及时提醒，心里满怀感谢，这样就避免我来回奔跑浪费时间。与此同时，又有新的病人进来就诊，只听到医生耐心地说：“您好，请您把之前检查报告找出来我看一下，您再稍微等我一下，给她做完检查，马上就来。”说完医生就朝我走来，快速熟练地带上白手套并一步步指导我怎么去做。期间，医生不停地鼓励我“没事，不要紧张，一会会儿就好了”，医生还不时地夸赞我“表现地不错，很好，真的很勇敢”，使我慢慢放松，减少了检查过程中的紧张和害怕。现在回想起来，感谢医生，没有医生的鼓励，我可能就临阵脱逃了，也不经夸赞医生高超的技术水平，检查过程很快且没有什么不舒服的感觉，是一次满意度

都面带微笑，就医环境也十分干净、整洁和有序，是一次不错的体验，令人记忆深刻。

这一次体验活动提高了我们新员工“以病人为中心”的服务意识，树立“给予您真诚信心和爱”的服务理念，促进医院文化和服务品质的提升，在以后的工作中要以优质的服务对待患者，为患者提供一个舒心的就医环境。

时光总是在不经意间回头间悄然溜走，每每这时，或许感怀，总带着遗憾，还有些伤感，但记忆中的快乐、不安、感动、泪水……却像电影一幕幕在脑海中重现，每一片时光，每一片色彩，每一段声音，每种细微不可察觉的气味。我都把它们一一摺叠起来，一一收存在记忆的角落。

（财务处 金红）



产四 陈静