

市人民医院

# 家庭化产房首位产妇顺利分娩



医护人员细心呵护



家庭化产房一角(组图为医院供图)

本报讯(记者 张武杰 通讯员 曲丽平)“生啦!生啦!”日前,从市人民医院家庭化产房传来喜讯,家庭化产房首位产妇晓萱顺利分娩,在家人全程陪伴下,她顺利升级为“宝妈”。从产妇一家人喜悦的面容上,可以感受到家庭化产房带给他们的幸福。

随着生活条件改善与生活水平提高,人们对舒适医疗提出了更高的要求。应时代发展需求,市人民医院产科专门增设了更温馨的分娩方式——家庭式分娩。家庭式分娩是一种全新的分娩护理模式,将产妇产前、分娩、恢复、产后护理等

项目集合在一起,减少病区和产房之间的转运,不仅显著提高医疗质量,也充分体现了该院的人性化服务。

相较于传统产房,家庭化产房从生活设施到医疗保障都进行了升级优化。空间设计以“孕产人文需求”为本,房间墙壁采用环保材料,沙发、电视等生活设施一应俱全。与此同时,医护人员会用医用空气消毒净化设备进行空气消毒,为产妇产前提供安全无菌的环境。

记者在家庭化产房发现,这里的LDR产床就像一个“变形金刚”,轻轻按下按钮,几分钟内就可以由

一张舒适的床变成一个功能齐全的产台,并可进行自行调节,以适应各种分娩体位。房间配备音乐镇痛播放器,产妇可以根据自己的喜好选择音乐放松心情,还可以借助分娩球、导乐椅,结合自己的自由体位进行分娩。此外,房间内还配有高端分娩镇痛仪,产妇可采用椎管内麻醉镇痛分娩,在自然清醒、几乎无痛的状态下完成整个分娩过程。

“来到家庭化产房,我们的助产士将全程为产妇提供个性化服务,讲解‘产前、产时、产后’孕妈妈注意事项,进行医学专业知识及心理指导,减轻产妇紧张焦虑情绪,增

强对自然分娩的信心。耐心解答产妇及家属的问题,讲解分娩知识,减少中转剖宫产率、侧切率及产后出血率。”市人民医院妇产科负责人说。产妇分娩期间,由产科医师、新生儿科医师、助产士、无痛麻醉医师、母婴护士等专业人员组成的技术保障团队,为母婴安全提供专业的医疗保障,帮助产妇幸福分娩。

“在家庭化产房的这几天,让我收获了非常多惊喜,在这里,我有自己的专属房间,从入院到出院都很便捷、很安心,感谢医院的医护人员,让我的整个分娩过程都感受到了家的温暖。”晓萱说。

## 迈出矫健步伐 展示老年风采

### 北关区老年体工委举办庆“五一”喜迎党的二十大户外健步走活动

本报讯(记者 张武杰 通讯员 郑婕妤)为庆祝即将到来的“五一”国际劳动节,贯彻落实全民健身计划,助力全国文明城市创建,4月19日上午,在全程做好疫情防控的前提下,由北关区老年体工委主办、北关区民政局协办、北关区户外健身协会承办的庆“五一”喜迎党的二十大户外健步走活动在美丽的洹河北岸八大景广场举行。

本次活动以集体花样展示为主,为充分肯定此次活动开展的意义,鼓励队员参与积极性,此次户外健步走活动举行了简短的开幕式,北关区户外健身协会会长王建国给队员讲解展示规则。

北关区老年体工委执行主席王

才根发表讲话,宣布活动开始。他汇报了近几年北关区老年体工委发展情况和取得的优异成绩,充分肯定了北关区户外健身协会为北关区老年体育事业作出的表率作用和贡献,并预祝此次活动圆满成功。

活动开始后,队员穿着统一的服装,迈着矫健的步伐进行了户外健步走展示。整齐划一的动作、响亮的口号成为洹河边一道亮丽的风景,过往的路人驻足观看,纷纷投去羡慕的眼神。

此次活动很好地彰显了北关区老年人的精神风貌,丰富了老年人的业余生活,促进了北关区老年体育事业的发展,北关区户外健身协会用实际行动展示了老年人的风采。



健步走活动现场(市老年体工委供图)

安阳市心血管病医院  
安阳市第三人民医院

## 科学防治颈动脉斑块

### ——访市第三人民医院神经内五病区主任石福宏

□本报记者 郭新星

当前,不少中老年人在体检或者因病到医院检查时,会意外发现颈动脉内有斑块。如果遇到这种情况,应该如何对待?4月26日,记者采访了市第三人民医院神经内五病区主任石福宏,请他为大家科普如何防治颈动脉斑块。

“调查显示,我国40岁以上的人动脉斑块检出率是40%,60岁以上的人动脉斑块检出率高达90%。”石福宏说,“发现动脉斑块后,有人认为自己还年轻或者是稳定性斑块就置之不理,有人听说吃上他汀或阿司匹林就可以‘高枕无忧’了,这些错误的观念可能会导致病情延误。我要强调的是,要注重预防,治疗更要慎重对待、区别对待。筛查出颈动脉斑块是提前预防脑中风的关键。”

那么颈动脉斑块是怎么形成的?石福宏介绍,动脉斑块的形成是一个复杂漫长的过程,血液长期在血管里流动,血液里的部分脂质成分缓慢地沉积在血管壁上,就好像水壶里沉积了大量的水垢。那些逐渐沉积

到血管壁上的“水垢”就是我们说的血管斑块。

颈动脉斑块形成后会有哪些不良后果?石福宏说,颈动脉是大脑供血的主要血管,大脑是一个对血供要求非常高的器官,人体1/5的血液供脑部使用,大脑对缺血缺氧的耐受性又很差。对于大多数人来说,斑块伴随着年龄增长而逐渐加重,而颈动脉又因为分岔,比较容易遭遇斑块造成狭窄或堵塞。这种情况不但会引起短暂性脑缺血发作,也会因为一些不稳定的斑块的碎屑脱落,形成脑梗塞。

“发现颈动脉斑块不用过分紧张。科学防治动脉斑块,应该做到及时随访,超过40岁且有高血压、高血脂、糖尿病、肥胖、长期吸烟喝酒、冠心病家族史的人群,应尽快做超声检查筛查斑块。”石福宏建议,一旦发现颈动脉斑块,最初2年内每半年复查一次,观察斑块有没有增大、是不是稳定,如果斑块2年内保持不变,可改为1年复查一次。

石福宏指出,斑块一旦形成,绝大多数是不可逆的,应立即改善自身



石福宏(左一)带医护人员查房(医院供图)

生活方式,做到低脂低盐饮食,合理运动,尤其应该戒烟戒酒,控制体重等。在药物使用方面,要根据患者是否有高胆固醇血症、斑块是否稳定、是否出现过卒中症状等,专科医生评估后再考虑是否用他汀类药物;有高血压病、糖尿病者要积极用药控制血压、血糖。

“针对有了颈动脉中重度狭窄甚至闭塞的患者,更需要专科医生多方面评估再决定是否需要进行手术。”石福宏介绍,“要根据有没有症状、有没有斑块脱落证据、狭窄的严重程度、药物控制效果好不好等,符合手术标准的再考虑颈动脉内膜剥脱术或颈动脉支架成形术。”

## 老年人 新冠疫苗接种 科普问答



### 1. 为什么倡导老年人要积极接种新冠病毒疫苗?

从各国监测新冠肺炎发病、重症、死亡的情况分析,60岁以上人群是重症和死亡的高风险人群,也是新冠疫情流行期间对医疗资源占用最多的人群。因为老年人患病后需要住院、抢救比例高,住院时间也较长,所以要高度重视老年人新冠病毒疫苗接种。在病毒持续流行的国家或地区,老年人、有基础疾病的人群是优先接种的人群,世界卫生组织(WHO)也是这样建议的。2022年1月,WHO也再次强调,现有的新冠病毒疫苗接种,目前的重点仍然是减少严重疾病和死亡,以及保护卫生系统。

最近在我国香港地区发生的奥密克戎变异株疫情暴发,死亡病例多数为年长者,没有接种新冠疫苗者病死率要远远高于接种新冠疫苗者的病死率,两者有十多倍的差距。监测研究显示,老年人仍是重症和死亡的高发人群,而且年龄越大,重症和死亡的风险越高。

目前,我国一些地区老年人群的新加坡疫苗接种率仍然相对较低,一旦感染导致重症和死亡的风险较高。因此,对于还未接种疫苗或未接种“加强针”的老年人,如果没有疫苗的绝对禁忌证,建议要尽快主动接种疫苗。



中国疾病预防控制中心