

温馨提示:集齐本专栏全年剪报可兑换科普礼品(具体兑换时间及方式将于 2020 年第四季度择期在报纸上刊登通知)

星期五
百科

生宝宝的五大误区



吉林行

吉林省科协 城市晚报社

主办

2019年第222期 总第688期

说起生理上最痛的一次经历,恐怕非生孩子莫属了。关于分娩方式,相信很多准妈妈会有不少疑问,下面,我们就一起来看看吧。

误区一： 剖宫产或者顺产决定宝宝的智商

许多人因为听说顺产的宝宝更聪明,因而即使临床病情需要剖宫产,她们也不顾医生反对坚持要求自己生。

其实宝宝的智商最主要取决于基因,与遗传关系最为密切。也就是说,父母的智商很大程度上影响了宝宝的智商,而孕期的营养、分娩的顺利与否、后天智力的开发也对宝宝的智商有一定的影响作用。剖宫产或顺产并不直接与智商相关,只要能让宝宝顺利娩出,无论是剖还是生,都是一样的。

如果不适宜顺产却强行去生,导致宝宝在分娩的过程中出现颅内出血、脑水肿等,反倒会弄巧成拙了。或者当宝宝有宫内窘迫,需要赶紧剖宫产终止妊娠时,产妇却坚持顺产,导致宝宝在宫内长期缺氧,也会影响宝宝的智商。反之亦然,若

可以顺产但是盲目追求剖宫产,拒绝顺产,宝宝未经产道挤压,不利于其肺扩张,容易导致出生后不能自主呼吸,新生儿窒息可能影响颅脑发育,从而

误区二： 顺产太疼,剖宫产不疼

剖宫产时会用麻醉,但是麻醉只是阻滞了痛觉,触觉还在,手术过程中仍然会有挤压不适的感觉。此外,每个人对麻醉药物的敏感性不同,因此麻醉效果也不同,有一些人即使麻醉了仍然会感觉到疼痛。产后子宫会发生收缩,出现宫缩痛,在按压宫底、宝宝吸奶的时候尤为明显,麻醉也不能锁住宫缩的疼痛。当麻醉效果过去后,剖宫产手术切口的疼痛就会出现,这是比顺产额外多出的疼痛。而近年来,阴道无痛分娩也开始逐步推广,分娩的产痛较之前得到了极大的缓解。总之,剖宫产也会疼,如果没有医学指征,仅仅因为怕疼而

要求剖宫产,是不科学的。

误区三： 剖宫产更安全

剖宫产手术对孕妇的损伤更大,手术本身就是一种创伤,有更高的风险。剖宫产与顺产相比,产妇羊水栓塞、宫缩乏力、产后大出血、子宫切除、产妇死亡率的风险均较高。而对宝宝来说,不恰当的剖宫产减少了其心肺功能锻炼的机会,反而不利于宝宝自主呼吸的建立。因此,并不是剖宫产就一定比顺产更安全。

误区四： 高龄产妇必须剖

高龄初产指的是第一次分娩时年龄大于 35 周岁的产妇。高龄初产是剖宫产的一条相对指征,意思是说可以适当放宽剖宫产的指征,但并不是说高龄初产妇只能剖不能生。此外,即使产妇分娩时年龄大于 35 周岁,但是若有过顺产的经验,完全可

以再次顺产,而且经产妇顺产会更加顺利。

误区五： 无痛分娩不会痛

无痛分娩在医学上被称为“分娩镇痛”,是帮助产妇减轻疼痛的有效办法。然而,不是所有人都适合分娩镇痛。目前国际上公认最为安全有效的是椎管内使用麻醉药物分娩镇痛法,麻醉医生运用可视化穿刺技术在产妇椎管内注射麻醉药物实现镇痛,通常可以将分娩疼痛从十级的剧烈疼痛降低到三级左右的轻微疼痛,类似女性月经痛。

更多精彩尽在:



科普中国

吉林科普微窗



学习贯彻 四中全会精神

学习贯彻党的十九届四中全会精神 省委宣讲团走进吉林石化

昨日,学习贯彻党的十九届四中全会精神省委宣讲团来到吉林石化进行宣讲活动,省委讲师团团长,省社会科学院党组成员、副院长史守林作宣讲报告。吉林石化公司党员干部 300 余人参加了宣讲会。史守林围绕党的十九届四

中全会的基本情况和重大意义,中国特色社会主义制度和国家治理体系的显著优势,全会《决定》提出的总体要求、总体目标和重点任务等方面,对全会提出的重要思想观点、重大制度安排、重大工作部署进行了深刻的阐释和全面系统的

解读。宣讲报告深入浅出、严谨生动,精辟的论述引发了参会人员

的共鸣。 “宣讲报告既是一次精准辅导,又是一堂生动的党课,让我收获颇丰。全会对文化制度体系建设给予高度重视,对于我们基层宣传思想文化工作者来说不

仅意义重大,更为我们指明了方向。”吉林石化合成树脂厂企业文化科副科长李玲月说。

吉林石化化肥厂党委书记徐国庆表示,一定按照党中央和省委的要求,进一步深入系统地学习党的十九届四中全会精神,在知行行上下功夫,紧密

结合企业实际,找准贯彻落实全会精神落脚点和切入点,全力推进企业治理体系和治理能力现代化。

宣讲团还走进吉林石化建设一线,和工人面对面交流,确保宣讲取得实效。 /吉林日报记者 刘姗姗

第46届世界技能大赛印刷媒体技术项目 吉林省选拔赛开赛

昨日,第 46 届世界技能大赛印刷媒体技术项目选拔赛在吉林工程技术师范学院开赛。来自吉林大学、吉林师范大学、吉林工程技术师范学院等学校的 21 名参赛选手将在胶印、数字印刷、附加

任务操作等环节进行为期 2 天的角逐,前三名获奖选手将作为国赛预备人选参加为期半年的集训,最终选拔一名选手代表我省参加印刷媒体技术项目全国选拔赛。

本次大赛创下两个第一:一

是印刷媒体技术项目首次在我省开赛;二是该赛事首次由我省公办高校承办。为保证比赛的顺利进行,吉林工程技术师范学院在比赛场馆布置、设备安装调试、大赛氛围营造、安全提示、赛场安排

与服务等方面做了大量准备工作。本次大赛模块将严格按照世界技能大赛技术标准,对接世界技能大赛技术难度,以检验参赛选手的印刷及相关操作基本功。

据了解,吉林工程技术师范

学院被省人力资源和社会保障厅指定为第 46 届世界技能大赛印刷媒体技术项目吉林省集训基地。

/吉林日报记者 李晓静 实习生刘奥琪



温馨提示:集齐本专栏系列报道剪报可兑换养生生活礼品(具体兑换时间及方式将于 2020 年第一季度择期在报纸上刊登通知)

在逸康苑吃得好住得好

长春逸康苑里的故事

温馨提示:集齐本专栏系列报道剪报可兑换养生生活礼品(具体兑换时间及方式将于 2020 年第一季度择期在报纸上刊登通知)

住在长春市逸康苑养老康复中心的付桂芹老人,今年已经 91 岁了,见到记者后,付奶奶笑得特别开心,热情地招呼道:“你好,你好,快进来坐。”付奶奶语音清晰,底气十足,虽然头发花白,但眼睛却很很有神,脸上漾着光泽,虽然听力不佳,付奶奶说话却有条有理,

娓娓道来。

付奶奶的房间收拾的十分干净整洁,窗台上摆放的几盆鲜花也被打理的十分精致,记者注意到,在茶桌上放着一本名为《老年合唱曲目大全》的书,付奶奶笑着指了指书,对记者介绍说:“我啊,平时就喜欢唱歌,年轻的时候喜欢唱,现在也是我们养老院合唱团的主力。”

硬朗的体魄以及良好的精神状态,得益于长时间所养成的生活习惯,付奶奶年轻时曾是长春市铁路医院(现长春市人民医院)的医生,多年的行医经历,让付奶

奶总结出了一套自己的养生规律,付奶奶说:“每天晨起我就锻炼,养老院每天早上都会组织老人做养生操,我不去,我有我自己的养生操,他们的操很科学,但我嫌麻烦,还是习惯做我自己的。”

在饮食方面,付奶奶也有自己的讲究,荤素搭配、营养全面,早晨牛奶豆浆配合面食,既科学也符合老人的口味,午餐丰盛一些,晚餐则要多吃一些清淡的、便于消化的,长时间的科学配餐,让付奶奶每天都保持活力,精神矍铄、身体强健。

除了锻炼、饮食和颐养身心

的爱好外,良好的心态也是付奶奶养生的秘诀,付奶奶笑着说:“在这里吃得好,住得舒心,没有任何负担,和老姐妹也处的愉快,参加老年合唱团,平时没啥事就唱唱歌,放松心情,养足精气神,身体怎么能不好?”

在逸康苑工作人员的眼中,付奶奶说话时语气永远十分温和,和人交往时亲切温暖。付奶奶不仅喜欢唱歌,也写得一手好字。虽然现在年纪大了,眼睛不好,很少练习书法,但是在养老院的大厅,还留着付奶奶曾经为了感谢养老院工作人员的照顾而题的

字:“站得高,看得远,既爱民,又爱国,头脑清晰,思路广阔。”

工作人员说:“这不仅是对我们的赞赏,更是对我们的激励,我们将继续努力,给老人们提供更加优质的服务。”

/记者 刘文正报道

长春逸康苑养老康复中心地址:长春北湖科技开发区鑫盛大路与北远达大街交会
电话:81062777
15584189955