

降低产时会阴损伤干预方法的现状及展望

韦章平

四川省宜宾市第一人民医院 四川宜宾

【摘要】临床产妇在经阴道分娩期间很容易造成会阴损伤，而且其中初产妇的会阴损伤程度最为严重，导致原因与自发性以及人为干预有一定的关系。分娩期间如果出现会阴损伤，会造成产妇的大小便失禁、会阴疼痛、出血、感染等并发症发生，甚至远期还可造成产妇盆腔脏器脱垂、性功能障碍等严重的并发症出现。这种情况下，产妇的心理及生理均受到严重影响。对此，本文主要针对性探讨降低产时会阴损伤干预方法的现状及展望。目前，我国关于会阴损伤的相关指南和专家共识还不完善，而美国妇产科医师学会等指南也存在一定的不足。然而，阴道撕裂伤的预防、识别和修复以及阴道器械分娩的管理相对清晰和准确，并提出了明确的建议。我国有必要在循证与国际临床指南相结合的基础上，构建适合我国国情、系统、科学、本土化的会阴管理模式。

【关键词】会阴损伤；产妇；分娩

Present situation and prospect of intervention methods for reducing perineal injury during labor

Zhangping Wei

The First People's Hospital of Yibin City, Sichuan Province Yibin, Sichuan

【Abstract】 Clinical parturient perineal injury is very easy to cause during vaginal delivery, and the degree of perineal injury of primipara is the most serious, resulting in a certain relationship with spontaneity and human intervention. If there is perineal injury during childbirth, it will cause maternal incontinence, perineal pain, bleeding, infection and other complications, and even long-term can also cause maternal pelvic organ prolapse, sexual dysfunction and other serious complications. In this case, maternal psychology and physiology are seriously affected. In this paper, the present situation and prospect of intervention methods to reduce perineal injury during labor are discussed. At present, the relevant guidelines and expert consensus on perineal injury in China are not perfect, and the guidelines of the American College of Obstetricians and Gynecologists also have some deficiencies. However, the prevention, recognition and repair of vaginal laceration, as well as the management of vaginal appliance delivery are relatively clear and accurate, and clear recommendations are made. It is necessary for China to construct a systematic, scientific and localized perineal management model based on the combination of evidence-based and international clinical guidelines. Obstetric care providers must respect women's individual differences and choices and select perineal protection techniques based on the best scientific evidence, combined with clinical judgment, to achieve a safe, high-quality natural vaginal delivery.

【Keywords】 Perineal injury; Maternal; Childbirth

产科保健提供者必须尊重妇女的个体差异和自身选择，根据最佳科学证据选择会阴部保护技术，结合临床判断，实现安全、高质量的自然阴道分娩^[1]。有相关权威专家指出，减少会阴损伤的关键是通过科学的循证实践，识别相关危险因素，采取预防措施，促进分娩时女性会阴的完整性。尽管全世界的产科医生都在努力促进自然阴道分娩和减少严重的会阴撕裂伤，但在保护会阴完整性的措施上似乎没有达成共识。随着产科医师、护士对会阴损伤专业知识培训的加强，

对会阴 III-IV 损伤的认知率逐年提高^[2]。早期准确识别并及时修复会阴损伤，对提高孕妇的生活质量具有重要意义。

1 分析影响会阴损伤原因及其分类

临床研究指出，会阴部损伤的影响因素主要包括产妇个人特征、胎儿大小、分娩环境，已证实初产妇、胎儿体重 ≥ 4000 g、未行会阴切开术的胎吸和产钳助娩、分娩时膀胱结石位置等 4 个方面为危险因素，包括人为干预等。妊娠前缺乏活动也可能是 III-IV 裂伤

的独立危险因素。将会阴损伤分为 I、II、III 和 IV 撕裂伤, 其中 III 撕裂伤根据肛门切口撕裂伤程度分为 IIIa、IIIb 和 IIIc。

2 减少会阴损伤的证据

2.1 产前的预防

产前会阴按摩通过拉伸会阴肌肉组织, 放松会阴肌肉组织, 改善血液循环, 降低会阴损伤的风险。产前按摩, 有助于降低会阴损伤几率。孕妇或其伴侣在妊娠后期进行会阴按摩, 特别是结合盆底肌肉训练可以帮助提高会阴肌肉的延展性, 预防生殖器外切除, 提高孕妇对会阴解剖结构和会阴切除成果的了解, 促进孕妇积极参与会阴管理。以会阴按摩为主的女性更有动力和信心, 坚持阴道分娩并保持整体会阴, 与孕妇接受度较高^[3]。正因如此, 建议孕妇或其伴侣在妊娠后期使用滑溜剂将其揉搓, 作为保护会阴的一种方法。还有一种就是产前分娩训练, 早产训练是一种新型的阴道分娩训练设备, 以充气硅胶气囊的形式出现, 又称阴道扩张器, 主要用于妊娠后期延伸阴道和会阴肌肉, 减少分娩时对会阴的损伤^[4]。

2.2 产时会阴的保护

目前, 国际上对于会阴切开术的指征尚无统一的标准和规范^[5]。在已有证据的基础上, 建议助产士和产科医生对孕妇进行全面、充分的评估, 并根据临床情况选择局限性会阴切开。会阴切开术角度的选择关系着会阴切开术能否降低的发生^[6]。Foley 主要根据会阴切开术的角度和方向将会阴切开术分为三种类型, 即正中会阴切开术、旁正中会阴切开术和外侧会阴切开术。相关研究指出, 90%以上的肛门括约肌损伤发生在会阴中线切口。会阴中线切除术(角度 $<45^\circ$)往往太窄, 也有发生 OASIS 的风险, 可能与太靠近肛门括约肌有关^[7]。侧向会阴切除术已被证明可以降低 OASIS 的发生率。然而, 在临床实践中, 胎头着冠时会阴极度延长, 这对助产士和产科医生准确判断侧切口角度构成了挑战^[8]。因此, 准确控制会阴侧切口角度与阴道口的距离及合适的时机是外侧切口成功的关键。建议使用 60° 会阴外侧切口剪刀帮助我们获得合适的外侧切口角度。

2.3 会阴支持和无会阴支持

无会阴支持技术的接生员不常接触胎头和会阴部, 只有在判断胎儿下降速度过快时才可能发生会阴部骨折损伤, 给予胎头适当的压力, 而不是压力会阴部^[9]。会阴部支撑技术要求助产士控制胎头下降率和/或促进胎头屈曲, 并用右手抬起会阴部。此外, 还强

调孕妇在胎儿头冠后不应用力, 助产士应根据危险因素考虑会阴部侧方切除术^[10]。值得注意的是, 会阴部支持技术不仅仅是简单的把手放在会阴部不动, 它是关于助产士的手什么时候放在会阴部什么位置, 还包括助产士与孕妇之间良好沟通, 提供可视的分娩姿势, 在分娩的最后几分钟达到指征线时及时进行会阴切开术也是非常重要的因素^[11]。

2.4 非仰卧位分娩

研究表明, 非仰卧位分娩容易扩张骨盆, 其重力作用可降低子宫对母亲下腔静脉的压力, 从而增加胎儿血氧供应。查阅相关文献, 将非仰卧位分娩与仰卧位或截石位对比, 非仰卧位分娩与较少的会阴切开和器械助娩有关。还有学者分别对仰卧位、侧卧位、手膝位分娩的低危孕妇的会阴损伤程度进行评估和分析^[12]。结果显示, 侧卧位的会阴损伤发生率明显低于仰卧位, 这与英国一项大型多中心调查和中国一项关于侧卧位的分析结果一致。因此, 非仰卧位分娩有利于自然阴道分娩, 其中侧卧位分娩的会阴完整性率最高, 会阴 III、IV 骨折发生率最低。既能有良好的会阴观察视野, 又能减轻宫颈水肿及对会阴的压力, 增加分娩时胎儿骨盆前后直径。

2.5 第二产程活跃期呼吸技术非常重要, 是促使会阴完整的主要原因

“哈气”方式应用于产妇的第二产程, 有助于活跃其子宫收缩腹部压力降低, 促使胎头分娩速度得到控制, 从而充分伸展会阴肌肉^[13]。相关研究证实当孕妇有主力反应时, 与鼓励孕妇在收缩期执行呼吸技术相比, 会阴部完成率更高, 会阴部后壁骨折率更低。

2.6 有专业学者研究发现, 当孕妇子宫开放在 7-10 cm 左右时, 对会阴施加温压可降低会阴切开率和会阴切开术长度, 提高会阴完成率。缓解分娩后疼痛, 也是孕妇容易接受的会阴保护措施之一^[14]。

2.7 Cochrane 的一项系统综述得出结论, 与其他分娩方式相比, 在第一产程中使用分娩池可以减少孕妇使用硬膜外麻醉的次数, 但对减少严重的会阴撕裂伤没有显著效果。然而, 分娩专家仍然鼓励水中分娩, 因为, 水中的放松作用有助于产妇的疼痛感减轻, 促使分娩时间缩短, 从而促使产妇对分娩环境的控制和对自然分娩增加了信心, 同时还减少了人为干预。相对应的, 对进行家庭分娩的研究调查显示, 100 名产妇中需要进行会阴缝合的仅有 1 名, 这表示, 99% 的产妇通过经验丰富的助产士照护后不需要对会阴部分进行侧切。

3 讨论

怀孕期间的充分准备和分娩时的适当支持对促进会阴的完整性起着至关重要的作用。助产士应提倡在妊娠后期定期使用按摩油进行会阴按摩，学习阴道分娩的解剖和宫缩时的呼吸技巧，鼓励采用非仰卧的分娩体位，降低胎头娩出速度。目前迫切需要对助产士进行标准化培训和会阴管理的循证实践。不仅可以提高阴道分娩的会阴完成率，提高助产士识别和修复会阴损伤的信心和床边技能，还可以提高明显的肛门括约肌撕裂的检出率。

通过利用减少会阴损伤的研究，促进孕期会阴充分准备，分娩时给予适当支持，对促进会阴完整性具有重要作用。助产士需要指导女性在妊娠后期定期使用按摩油进行会阴按摩，学习阴道分娩的解剖学和宫缩时的呼吸技巧。鼓励采用非仰卧分娩体位，放慢胎头产速，适度保护会阴，合理使用限制性会阴侧切术，熟练掌握会阴缝合技术，促进会阴完整性。助产士应从妊娠初期就积极与孕妇建立坦诚的信任关系，拉近彼此距离，对产妇开展人为关怀护理，以此消除产妇在分娩期间存在的不良情绪，促使分娩结局良好。

参考文献

- [1] 龙良平, 林莹, 谭志华. 减少会阴损伤相关干预技术的临床应用研究进展[J]. 解放军护理杂志, 2019, 36 (11): 65-67.
- [2] 刘晶, 黄芝圃, 李莉. 会阴损伤管理在初产妇自然分娩中的应用分析[J]. 中国煤炭工业医学杂志. 2021,24(01): 89-93.
- [3] 王晋芳. 顺产产妇会阴损伤预防与修复循证实践方案的构建[J]. 北京中医药大学. 2019, 06: 133.
- [4] 冯琼, 邵英英. 无干预娩前肩对预防新生儿肩难产和产妇产会阴损伤等的影响[J]. 中国乡村医药. 2021,28(15):7-8.
- [5] 吕丽平, 谢小欢. 体位护理干预对无保护会阴接生产妇的影响研究[J]. 中国社区医师, 2021,37(20):131-132. DOI:10.3969/j.issn.1007-614x.2021.20.063.

- [6] 李斌. 减少产程干预模式对初次阴道分娩产妇会阴侧切及裂伤的影响[J]. 当代护士 (下旬刊), 2019,26(1):86-88.
- [7] 邓金凤, 喻莉. 体位护理干预在无保护会阴接生产妇中的临床应用研究[J]. 海军医学杂志, 2020,41(4):424-426. DOI:10.3969/j.issn.1009-0754.2020.04.025.
- [8] 伍艳卉. 探讨适度产程干预对产妇产程及阴道分娩的影响[J]. 中国社区医师. 2020,36(33): 72-73.
- [9] 周光美. 体位干预联合适度会阴保护在改善产妇产后结局及盆底功能中的应用[J]. 临床医药实践, 2021,30(12):938-941.
- [10] 邱瑞颖, 王娜娜, 李县. 全程心理护理结合无保护会阴接生法对初产妇产后分娩方式和会阴损伤情况的影响[J]. 中西医结合护理 (中英文), 2021,7(3):89-91.
- [11] 姜丽, 张青, 李芳, 等. 不同产钳助产对产后近期盆底功能障碍的影响[J]. 中国妇产科临床杂志, 2021, 22(2):2.
- [12] 邓惠玲, 陈玉琼, 刘桂媚, 等. 鱼尾尺测量评估法对降低初产妇产会阴损伤的效果观察[J]. 护理学报, 2020,27(8):59-61. DOI:10.16460/j.issn1008-9969.2020.08.059.
- [13] 从爱华, 刘月玲, 周云骋, 等. 湿敷法早期干预对降低会阴部放射性皮肤损伤的应用价值探讨[J]. 泰州职业技术学院学报, 2019,19(4):67-70.

收稿日期: 2022年5月26日

出刊日期: 2022年7月14日

引用本文: 韦章平, 降低产时会阴损伤干预方法的现状及展望[J]. 当代护理, 2022, 3(5): 115-117
DOI: 10.12208/j.cn.20220201

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2022 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS