



QQ群: 100029141
微博互动: http://t.dsqq.cn
邮箱: kbddzk@163.com



A35

互动地带

点点周刊新手爸妈训练营互动营地第一季火热开营 大肚皮家庭收获满满

12月4日,《现代快报·点点周刊》为南京的大肚皮家庭主办的“新手爸妈训练营互动营地”火热开营!17个挺着大肚皮的幸福准妈妈在家人的陪伴下来到现代快报社8楼中会议厅的互动营地,在来自中大医院妇产科特邀指导员的“犀利监督”下,现场检验了小家庭的“实战能力”。许多准爸爸现场感慨——光听不知道,动手才知道,养娃真的是理论+技术紧密结合!

点刊搭台小家“唱戏”

对于很多大肚皮家庭来说,孕妇学校、孕妇讲座都不陌生,可是这些形式往往都是专家台上讲,准妈妈台下记。现代快报点点周刊因此特别为南京的大肚皮家庭搭建了现场将理论转化为战斗能力的“新手爸妈训练营互动营地”,这个大舞台彻底改变准妈妈“听课学习”的被动局面,让他们成为台上的主角,把学到的孕产知识说出来,做出来。训练营第一季互动活动特意邀请了来自中大医院妇产科的资深医护人员现场对小家庭的实操操作做具体点评,“犀利”地检验那些小家庭能成为最轻松、最合格的新爸新妈!点点周刊邀请小家庭打擂台的消息在上周三的《点点周刊》一报,就引起了许多大肚皮家庭的热情关注,短短两天就有30多个家庭打来报名电话,要求参加打擂,最终前17个报名的小家庭幸运地获得了参加打擂的机会。

现场指导有讲有“演”

12月4日下午2点整,17个幸福小家庭全部准时到场,记者在现场看到,当日前来打擂的小家庭全部都是小两口并肩作战。擂台赛前必不可少的“热身环节”是“护长辅导”环节——来自中大医院妇产科的三位白衣战士,身经百战的她们可是孕妈妈在待产室接触最多的“最亲密”的人。护士长张威琴一边播放PPT讲述产后各个环节的护理要点,护士刘春杏和凌湘一边现场演示产妇的

护理手法和新生宝宝的喂养技巧。她们娴熟的操作喂养手法,让现场的所有准爸爸叹为观止。

准爸比武笑翻全场

当日互动活动中最给力的非那些打擂的准爸爸莫属。在参与知识问答时,很多爸爸侃侃而谈,理论知识讲得头头是道。进入检验动手能力的实战环节后,准爸爸们的口相就暴露无遗了。准妈妈演示哺乳时,很多准爸爸被要求做配合,但是他们却站在老婆大人身后往往不知如何是好。当要求准爸爸代替准妈妈演示“剖腹产后下床上厕所”的环节时,参与的准爸爸们才真切体会到,平时看起来那么不起眼的一件小事,对于病床上的伟大妈妈来说都是一次巨大的挑战,从侧身、扶起、伸腿到停顿、起床,既要小心翼翼,又要掌握技巧。在最后的互动环节中,准爸爸们挨个登场打擂比武,演示给宝宝换尿布和进行抚触。这些笨手笨脚的大男人演示起来令人忍俊不禁——有的直接将道具娃娃一把提起来就开始垫尿布,就连护士长都忍不住提醒这位“后爹”实战时不能如此粗放。还有的准爸爸则有板有眼做得像模像样,演示完毕,这些准父母又将现场指导的医护人员团团围住,详细请教喂养技巧。

直到夕阳西照,这些幸福的小家庭才带着快乐和丰厚的奖品告别互动营地,走的时候还不忘向记者炫一下——今天的活动真好玩,收获真不少!

快报记者 吕珂 通讯员 杜恩



互动现场座无虚席



准爸爸换尿布,这手法……



护士演示正确哺乳



剖腹产后下床上厕所也是技术活



护士指导准爸爸换尿布
快报记者 赵杰 摄影



准爸爸抚触,准妈妈指导

陪产记录

我当爸爸啦,好开心耶!

□欧洲的冠军

11月25日下午2点30分,自然分娩,女孩,3260克。

本来预产期是11月29日,结果11月24日晚见红,11月25日上午10点开5,10点半推进产房,经过4个小时的努力,产下一个女孩。当时我是一直全程陪产,说心里话,女人生孩子如同男人上战场,是一场血淋淋的战争!

生产过程中我爱人10多次曾经想放弃,叫着我的名字说:“BB,我不行了,真的不行了,一点力气都没有了”,我看着很心疼,手不停地发抖,三次大腿抽筋,憋得脸通红,用不上力,我看着宝宝的头出来一点又缩回去了,于是大夫在旁边也鼓励,说你不玩命,咱们就得得上产钳,这样对你对孩子伤害都很大,大夫把我拉到一边,给我看了一眼产钳,有半只胳膊那么长,然后跟我说,得要进去这么多才能夹到孩子,于是我看着浑身发抖的妻子,和大夫手里的产钳,我过去跟她说,BB,咱们不能签字,咱们还得拼一拼,你一命,换我一命,不受死罪咱们今天出不去这屋子。就

1431号胡可欣

这样,我是不停地给她吃香蕉,吃巧克力……喝水,说心里话,当时我都想放弃了,但是转念一想,其他的方式一样吃苦受罪,而且对大人孩子影响都很大,不得不豁出去了!老天保佑,最后还是成功了,虽然挨了侧切,但大夫说这个是属于自然分娩的正常操作。很不容易,其实说心里话,就自然分娩的过程来看,不亲身经历的不足以算作一个真正的母亲,不能不向那些自然分娩的母亲致敬!你们很伟大!我也真正地感受到,自然分娩的真正意义是母爱背后的那份艰难、坚韧、坚持与坚强!



非常郁闷

初为人母,第一次采购很失败

□JinHae

基本上都是在河西万达孩子王一站式购物,所以东西都买贵了,我真的不知道价格能差那么多,初为人母第一次采购很失败,很,很,很郁闷~~特别是吸奶器!

吸奶器:新安怡 329元,(会员价)当时有个导购一直跟着我们介绍,我觉得她挺好心,而且我确实什么都不懂,就听她的了,她推荐我买新安怡,说很多人买了小白熊又回头来买新安怡,一个两百多一个三百多,我选选择好的了,结果回来TB,新安怡只要239元,而且同事说她用的小白熊,就一百多,没有什么好不好的,能吸出来就行,她也只用了一次,说我需不需要用还不一定呢,买那么贵的,吸奶器买得让我很郁闷很郁闷!

奶瓶:贝亲 48元×2。我买的是玻璃的,但是我们就是在选奶瓶的地方不知道怎么选,导购就是这个时候出现的,跟我妈说要选玻璃的,说高温消毒塑料的始终不放心,怕有味道,我妈觉得她说得有道理,就很相信她的推荐,结果又被同事骂了,说玻璃的重,而且烫,宝宝怎么拿呢?我再次郁闷!

奶嘴:贝亲27元;奶瓶刷:记不得牌子了,16元,

老妈说这个不需要太好的,就随便拿了个。

澡盆:没有牌子,78元。

宝宝梳子:无牌子,15元。

沐浴二合一:露安适,72元。这个也挺失败,之前听同事介绍说买二合一的,省得洗头一瓶洗澡一瓶的。我就问了导购,她给我找的这个牌子,说只有这个牌子的有二合一,我看了价格觉得不划算,因为这一瓶的价格等于贝亲2瓶的价格,量还没有2瓶多,本不想买的,但是有赠品,很可爱的2条小纱布,给宝宝洗脸洗澡用,我冲着赠品就买了。

浴巾:竹纤维的一个牌子,136元,这个是老妈强烈要求买条好的,当然也有导购的忽悠。

宝宝洗衣液:B&B,78元。洗衣皂:B&B,10元。

宝宝体温计:记不得牌子,38元,一般的就25-30元吧,我买的有个小鸭子造型,所以贵一点。

帽子、口水巾、鞋套三件套:32元。

以上是孩子王的购物清单,没买衣服、奶粉、尿不湿就差不多一千块没有了。可能我买了很多没用的东西,给其他MM作个参考吧!

孕产秘密

过预产期还不生 是为什么?

过期妊娠的病因尚不明确,目前观察到可能引起过期妊娠的原因有:

1. 雌激素水平低尽管临产的机制十分复杂,血中雌激素水平的高低与临产有密切关系,过期妊娠可能与血雌激素水平过低有关。但在大数量的过期妊娠中,并无雌激素水平低于普通正常妊娠的直接证明。

2. 胎盘硫酸酯酶缺乏(Placental sulfatase deficiency)是一种罕见的伴性隐性遗传病,本病由Ryan 1980年报道,患此症者虽然胎儿肾上腺产生了足量的16α-OH-DHEAS,但由于缺乏胎盘硫酸酯酶,无法将这种活性较弱的脱氢表雄酮转变成雌二醇及雌三醇,以致发生过期妊娠。

3. 头盆不称过期妊娠中部分胎儿较大,胎头迟迟未入盆,宫颈未受到应有的刺激,使产程的开始推迟。这是较常见的现象。

4. 遗传有少数妇女的妊娠期较长,数胎均出现过期妊娠,有时尚见于一个家族,说明这种倾向可能与遗传有关。 搜狐

护理手册

剖宫产后的切口如何护理

术后切口疼痛怎么办?

剖宫产术后24小时内手术切口多会疼痛,必要时可肌肉注射杜冷丁50-100毫克,4-6小时重复1次;也可在手术结束时经硬膜外麻醉导管由麻醉师给予小量吗啡以解除疼痛而不影响肌肉活动。

切口什么时候拆线?

目前缝合手术切口多用可吸收的缝合线,术后不用拆线。术后1日由医生更换无菌敷料,如无异常,出院前再换一次敷料就可以了。

切口渗血怎么办?

剖宫产术后24小时内应严密观察切口有无渗血。如有渗血应及时更换敷料(主要是盖在切口上的纱布)并查明原因。

切口红肿怎么办?

剖宫产术后切口如有红肿,可在医务人员指导下进行红外线照射,同时每日更换敷料。

切口感染怎么办?

剖宫产术后如体温持续偏高,切口局部红肿、发热、疼痛,说明手术切口有感染,应遵从医嘱静脉输液进行抗感染治疗或口服抗生素。

切口发痒怎么办?

切口发痒由医生进行处理,回家后产妇或家属可用无菌棉签蘸75%酒精,以切口为中心向四周涂抹并更换无菌敷料。如对胶布过敏,可用脱敏胶布。

洗浴时如何保护切口?

剖宫产术后10日可淋浴,洗浴后将切口擦干,可用75%酒精涂抹切口进行消毒并用无菌敷料覆盖。

什么样的饮食能促进切口愈合?

剖宫产当日应禁食,第二日可进流食,不宜饮牛奶、含糖类饮食以免加重腹胀。排气以后可进普通食物,最好为高蛋白、低脂肪、高维生素饮食,以促进切口愈合。

剖宫产术后能活动吗?

剖宫产术后取平卧位6小时,以后改为自由体位;第二天可坐起,以利恶露排出,鼓励翻身,拔尿管后可下地活动,以防腹腔脏器粘连。住院期间可用多头腹带包裹腹部保护手术切口,出院后可用弹性腹带收腹,使过度膨大的腹部逐渐缩小。从产后2周起开始做产后运动操,但不要大劳累。 《生命时报》