

学案

自然分娩之平产接生要领：朱文静

第一阶段：指导产妇用力

闭气用力 适应阶段：宫口全开。

方法：深吸一口气，憋住，像排大便一样向下用力。

哈气运动 适应阶段：助产士告知不能用力却不由自主想用力时，多在胎头即将娩出之前，需要缓和一下不能用力，避免会阴严重撕裂。

方法：不要用力，大口哈气。

第二阶段：保护会阴

保护会阴**开始**于胎头拨露 5cm*4cm 且会阴后联合紧张时：

保护会阴**终止**于胎儿后肩娩出后。

第三阶段：助勉胎头

右手保护会阴，左手协助分娩机转。

第四阶段：初步清理呼吸道、胎肩胎体娩出

胎头娩出后，右手仍保护会阴。左手食指自胎儿鼻根部向下，拇指自胎儿颌下向前向上，挤出胎儿口鼻中的粘液和羊水，动作最少重复三次。按枕左前位协助胎头复位及外旋转。当胎儿双肩径与骨盆出口

前后径一致时，轻压胎儿颈部，使其前肩自耻骨联合下方缓慢娩出。

当看见前肩窝时，轻抬胎儿颈部，使其后肩自会阴前缘缓慢娩出。双

肩娩出后，我们保护会阴的右手可松开。

分组自主学习、练习：共12人，每3人为1组，共分4组。

演示之后，学生互评、自评和教师点评。