|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|  |  |

|  |
| --- |
|  |

陕西省地方标准

SDBXM177-2023

导乐陪伴分娩技术规范

doula accompanied childbirth technical specification

征求意见稿

陕西省市场监督管理局

目次

[前言 II](#_Toc172711721)

[1 范围 1](#_Toc172711722)

[2 规范性引用文件 1](#_Toc172711723)

[3 术语和定义 1](#_Toc172711724)

[4 基本要求 2](#_Toc172711725)

[5 操作原则 2](#_Toc172711729)

[6 导乐陪伴分娩技术实施 3](#_Toc172711732)

[7 操作程序 4](#_Toc172711743)

[8 注意事项 5](#_Toc172711749)

[附录A 分娩球的选择标准 6](#_Toc172711750)

[附录B 导乐陪伴分娩技术实施流程图 7](#_Toc172711751)

[附录C 导乐师服务满意度调查表 8](#_Toc172711753)

[附录D 乐陪伴分娩服务质量控制表 9](#_Toc172711754)

1. 前言

本标准按照GB/T 1.1—2020《标准化工作导则第1部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

本标准由陕西省卫生健康委员会提出并归口。

本标准起草单位：陕西省人民医院、西北妇女儿童医院、西安交通大学护理学院、陕西中医药大学第二附属医院、汉中市人民医院、西安高新医院、延安大学附属医院、渭南市妇幼保健院、西安交通大学第一附属医院、宝鸡市妇幼保健院、通用环球西安西航医院。

本标准主要起草人：杨春荣、田美荣、王剑鹰，顾炜，刘英洁、闫蕊花、常晓玫、曾静杰、王随琴、池桂红、王香丽、李小会、丁熠红、刘晶。

本标准顾问：张玉莲、于勇、孙峰、吴红娟、刘晓梅、刘红梅、王淑娥、鱼星锋。

本标准由陕西省卫生健康委员会负责解释。

本标准首次发布。

联系信息：

单位：陕西省人民医院

电话：13152129262

地址：西安市碑林区友谊西路256号

邮编：710068

导乐陪伴分娩技术规范

* 1. 范围

本标准规定了导乐陪伴分娩技术的术语和定义、适用机构、操作原则及注意事项。

本标准适用于有条件实施导乐陪伴分娩服务的助产机构。

* 1. 规范性引用文件

下列文件对本标准的制定是必不可少的，凡是注日期的引用文件,仅注日期的版本适用于本文件。凡是不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

WS/T 313-2019医务人员手卫生规范

WS/T 823—2产房医院感染预防与控制标准

* 1. 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

导乐师 doula

在分娩时提供导乐陪伴分娩技术服务的专业人员。

包括：助产士、有医学背景且取得导乐师资质的人员、有过生育经历并获得导乐师资质的人员。

导乐陪伴分娩技术 doula accompaniedchildbirth technology

导乐师在整个分娩过程帮助孕产妇减轻疼痛，为孕产妇提供持续心理及情感支持的适宜技术。包括拉玛泽分娩减痛法、分娩球应用、自由体位、抚触按摩、冷/热敷法、水疗、导乐仪（经皮神经电刺激简称TENS）应用及音乐疗法。

拉玛泽分娩减痛法（又称心理预防法）ramazer breathing

由法国医生拉玛泽研究及发明，导乐师指导产妇在分娩时将注意力集中在对自己的[呼吸](https://baike.baidu.com/item/%E5%91%BC%E5%90%B8%E6%8E%A7%E5%88%B6/876847?fromModule=lemma_inlink" \t "https://baike.baidu.com/item/%E6%8B%89%E7%8E%9B%E6%B3%BD%E7%94%9F%E4%BA%A7%E5%91%BC%E5%90%B8%E6%B3%95/_blank)及神经肌肉控制上，从而转移疼痛，适度[放松肌肉](https://baike.baidu.com/item/%E6%94%BE%E6%9D%BE%E8%82%8C%E8%82%89/1412658?fromModule=lemma_inlink" \t "https://baike.baidu.com/item/%E6%8B%89%E7%8E%9B%E6%B3%BD%E7%94%9F%E4%BA%A7%E5%91%BC%E5%90%B8%E6%B3%95/_blank)，达到加快产程并让胎儿顺利分娩的目的。

分娩球 birthing bulb

彩色柔软并且具有弹性的充气橡胶球。导乐师可根据产妇身高和使用目的选择合适的大小和形状。

自由体位 free position

是在分娩过程中根据产妇意愿选取的相对舒适姿势。包括坐位、站位、蹲位、跪位、侧卧位、膝胸卧位、摇摆体位、弓箭步等体位。

抚触、按摩touch massage

用手在产妇体表的特定部位进行推、按、捏、揉等动作，或用特定的工具帮助缓解肌肉紧张，促进放松。

冷/热敷法 cold/hot compress method

导乐师陪伴分娩中，利用低于或高于人体温度的物质作用于体表皮肤，达到减轻疼痛，促进舒适的目的。

水疗 hydrotherapeutics

不同温度、压力和溶质含量的水以不同的方式作用于人体，以预防、治疗疾病和缓解疼痛的方法。

待产过程中给予产妇温水淋浴或盆浴，通过温度传导与浮力使产妇放松肌肉，从而减缓产痛、缩短产程、减少产伤、改善分娩体验，达到非药物性分娩镇痛的目的。

导乐仪（经皮神经电刺激简称TENS）

一种非药物无创减痛的电子仪器，通过温和微量的电流（通常单位时间内不超过25微库伦）刺激知觉神经以阻断痛觉神经信号的传递，达到减痛的效果。

音乐疗法 musicotherapy

在分娩过程中，导乐师根据产妇的意愿选择合适的音乐，促进内啡肽分泌，有效减缓分娩疼痛。

芳香疗法 aromatherapy

通过吸、嗅、身体涂抹、按摩等方式使身体吸收精油，达到身心放松，缓解疼痛的一种自然疗法。

* 1. 基本要求
     1. 机构要求
        1. 负责导乐陪伴分娩实施人员的资质审核；
        2. 提供适合实施导乐陪伴分娩的舒适环境；
        3. 提供实施导乐陪伴分娩技术的应用工具，包括但不限于分娩球、分娩凳、按摩工具，冷热敷工具、导乐仪、精油等；
        4. 负责导乐陪伴分娩的资料留存及质量控制工作。
     2. 人员要求
        1. 实施导乐陪伴分娩的人员需经过专业规范化培训，能够熟练应用各种导乐陪伴分娩技术、并取得导乐师资质；
        2. 导乐陪伴分娩过程中体现“以人为本，以产妇为中心”的服务理念；
        3. 身体健康，有良好的心理素质、人际交流、沟通技巧及适应能力；
        4. 操作时动作轻柔、态度温和，给予产妇及家属信赖感、安全感；
        5. 应对产妇及家属进行分娩相关知识的宣教，帮助产妇保持良好的心理状态；
        6. 实施导乐陪伴分娩过程中，不应随意离开产妇，如需离开时，应告知离开目的和时间。
     3. 应用要求
        1. 实施过程应遵循产妇自愿和临床安全的原则；
        2. 在产程进展的不同阶段，宜根据产妇意愿及反馈选择应用导乐陪伴分娩技术一项或多项；
        3. 导乐陪伴分娩人员在分娩前、分娩中、分娩后应为产妇提供持续支持。
  2. 操作原则
     1. 适用情况

分娩过程中有导乐陪伴分娩需求的产妇。

* + 1. 禁用情况
       1. 产妇及家属拒绝选用导乐陪伴分娩；
       2. 产妇病情严重限制活动者或有其他医学情况需要特殊处理者。
  1. 导乐陪伴分娩技术实施
     1. 拉玛泽分娩减痛法（又称心理预防法）
        1. 潜伏期宜指导产妇进行深而慢的腹式呼吸；
        2. 第一产程末期、宫口开全之前，应指导产妇使用浅而快的呼吸或喘气；
        3. 宫口开全，产妇有自主用力感时，指导闭气运动；
        4. 当胎头即将娩出时，协助助产士指导产妇做哈气运动。
     2. 分娩球
        1. 使用分娩球时导乐师应持续陪护，出现异常情况时应立即停止使用；
        2. 根据产妇身高选择合适的分娩球（见附录A）；
        3. 根据产妇的意愿及需求使用分娩球；
        4. 导乐师根据产妇状态选用分娩球支撑产妇自由体位或使用分娩球依墙滑行运动；
     3. 自由体位
        1. 导乐师宜根据产程进展情况及母婴情况，选择产妇喜欢的自由体位；
        2. 产程进展不顺利时，导乐师协助产妇保持助产士指导选择的特定体位；
        3. 实施自由体位时应使用相应支撑物，以保障产妇的安全及舒适度；
        4. 一种体位的使用时间不宜超过30分钟。
     4. 抚触、按摩
        1. 导乐师在使用抚触或按摩时，应遵循产妇的意愿；
        2. 根据产妇的反馈进行相应部位的手法按摩或是采用相应的按摩工具；
        3. 按摩手法宜持久、有力、均匀、柔和；
        4. 按摩过程中应配合产妇的呼吸；
        5. 按摩时间宜持续20—30分钟左右，如产妇感受不舒适应立即停止。
     5. 热敷法
        1. 产妇自诉或示意身体部位疼痛时应选择相应的热敷用物（如加热硅胶、豆袋等）；
        2. 热敷用物加热前宜检查用物的完整性；
        3. 经检查温度适宜、热力均匀，在产妇肢体内侧进行温度测试后方可使用；
        4. 时间以20—30分钟为宜，防止出现烫伤；
        5. 根据产妇的反馈随时进行调整用物或是结束热敷。
     6. 冷敷法
        1. 导乐师宜根据产妇需求选择相应的冷敷用物及冷敷部位；
        2. 冷敷用物使用时应与产妇皮肤之间放置棉布或毛巾，防止冻伤；
        3. 冷敷时间宜在20—30分钟，如需反复使用，应间隔1小时以上；
        4. 评估产妇用冷部位的皮肤情况，出现苍白、青紫、疼痛或麻木感时应停止使用。
     7. 水疗
        1. 根据产妇个体情况及产程进展选择适宜水疗方式；
        2. 调节合适温度：室内温度调至26-27℃，水疗温度应等于或略高于产妇体温；
        3. 淋浴时间宜控制在30分钟内、盆浴60分钟内；
        4. 严格清洁消毒水疗用具，防止感染；
        5. 实施过程中注意安全，预防跌倒、烫伤、着凉等情况。
     8. 导乐仪
        1. 使用导乐仪前应取得产妇知情同意，告知注意事项；
        2. 严格按照导乐仪的操作程序操作；
        3. 导乐师宜根据治疗部位选择粘贴电极片的位置；
        4. 宜根据产妇的宫缩反应调整恰当的电流输出；
        5. 结束使用时应先调低电流输出强度，然后关闭电源设备；
        6. 去掉电极片后应清洁粘贴部位的皮肤并评估皮肤状况。
     9. 音乐疗法
        1. 导乐师宜根据产妇的喜好选择相应的音乐；
        2. 宜根据产妇的状态选择催眠、放松解压的音乐；
        3. 宜根据产妇产程进展情况选择音乐配合自由体位、分娩球、呼吸减痛、冥想、抚触、按摩等。
     10. 芳香疗法
         1. 使用精油前应详细询问产妇过敏史；
         2. 根据产妇的产程进展情况选择放松、缓解疼痛或加强宫缩的精油；
         3. 根据产妇需求选择吸嗅法、按摩法、贴敷法。
  2. 操作程序
     1. 操作前准备
        1. 操作前评估：产妇的基本状况（如健康状态、精神状态、疼痛程度等）、孕期状况、生活习惯、对分娩相关知识的了解程度；
        2. 解释并告知：解释并告知产妇导乐陪伴分娩的目的、服务内容及注意事项，并签署知情同意书；
        3. 导乐人员做好环境、物品及产妇准备。
     2. 分娩前沟通
        1. 与产妇及家属交流沟通，建立信任关系，消除陌生感；
        2. 帮助产妇熟悉环境，讲解产程特点，消除产妇恐惧感；
        3. 对陪产家属进行指导，给予安抚、鼓励、肯定及表扬；
        4. 持续关注产妇，实施导乐陪伴分娩技术，关注实施后效果，根据产妇反馈进行及时调整；
        5. 满足产妇的生理需求；
        6. 及时告知产妇关注的信息，及时向医护人员反馈产妇的顾虑及需求。
     3. 分娩中陪伴
        1. 守护在产妇身边，给予鼓励、支持、肯定、表扬；
        2. 密切观察产妇的非语言行为，帮助产妇树立分娩信心；
        3. 根据产妇的不同情况，采取适宜的导乐陪伴分娩技术；
        4. 做好生活护理，补充体力；
        5. 胎儿娩出后，应及时向产妇及家属表示祝贺。
     4. 分娩后延伸服务
        1. 应持续守护产妇，协助产妇取舒适卧位，避免产妇情绪过度激动；
        2. 宜告知产妇分娩后的相关知识；
        3. 应帮助母婴完成皮肤接触，满足母婴生理需求；
        4. 帮助产妇做好生活护理。
     5. 结束与评价
        1. 服务结束后，与产妇及家属沟通交流，并完成满意度调查；
        2. 助产服务机构应使用导乐陪伴分娩技术服务记录表对导乐陪伴分娩质量进行评价。
  3. 注意事项

8.1 导乐师工作过程中严格遵守医务人员手卫生规范；

8.2 允许产妇按自己意愿选择导乐陪伴分娩技术；

8.3 尊重产妇的选择和需求，帮助产妇调动分娩主观能动性；

8.4 使用工具、支持物清洁、稳固、安全，应按照产房医院感染预防与控制标准执行；

8.5 引导产妇家属给予产妇恰当的支持；

8.6 当产妇出现异常不适，及时向医护人员汇报；

8.7 导乐人员忌故意引导或代替产妇及家庭做决定，应鼓励产妇表达自己的意愿并协助产妇做出正确的决策；

8.8 实施过程中遵循产妇的风俗习惯，注意保护产妇隐私。

附录A 分娩球的选择标准

| 身高（cm） | 分娩球尺寸（cm） |
| --- | --- |
| 140~155 | 45 |
| 155~165 | 55 |
| 165~180 | 65 |
| 180~200 | 75 |
| >200 | 85 |

附录B 导乐陪伴分娩技术实施流程图

介绍导乐陪伴分娩的作用、方法、目的

签署导乐陪伴分娩知情同意书

做好环境、物品准备工作

根据产妇需求及身体状况

提供非药物减痛技术

全程给予生理、心理、情感支持和照护

导乐质量评价

拉玛泽分娩减痛法

分娩后2小时、将产妇与婴儿送回母婴同室

评估产妇情况，排除禁忌症

分娩球

自由体位

抚触按摩

冷热敷

水疗

导乐仪

音乐疗法

芳香疗法

附录C 导乐师服务满意度调查表



附录D导乐陪伴分娩服务质量控制表

