生孩子到底有多痛

10月17日世界镇痛日那天，“我国仅30%产妇使用无痛分娩”登上了微博热搜榜，光是阅读次数就高达4.9亿次。

为什么这个话题能引起如此广泛的共鸣？

答案还是得回到分娩之痛这件事上。《生命时报》曾报道过，如果将痛感形象化，生孩子前的阵痛相当于折断20根骨头、生生切开8层皮肤。

生孩子是一个会让女性身心受到重创的压力事件。世界卫生组织研究表明，每年有20%孕妇产后会发展为临床抑郁症。极少数情况严重的，还会酿成更大的悲剧，正如2017年的“榆林产妇跳楼事件”，因为决定不使用无痛技术，一位26岁的临盆产妇在医院疼痛难忍，最终情绪失控，从5楼跳下身亡。

如果能从缓解分娩之痛开始，对每一位母亲而言，这也是一种有力的支持。

严格意义上的无痛分娩，并不是完全无痛，因为仍然有宫缩感。麻醉师会在产妇后背的椎管内打一针，置入一根很细的管子，通过把传导痛觉的神经浸泡在药液当中，局部阻断疼痛信号传入大脑，从而产生止痛的效果。

但现实中，中国无痛分娩普及的程度并不高。全国有超过75%的医院提供了无痛分娩的选择，但是在顺产的产妇中，只有30%最后真的用上了无痛分娩。

不同地区无痛分娩的普及率也不同，理论上，经济发展越好，无痛分娩的普及率越高——华东地区超过了30%，西北地区只有1%。但令人意外的是，衰落的东北地区，其无痛分娩的普及率远远超过了华南地区。

在国外，无痛分娩的使用比例非常高。在美国、爱尔兰、挪威、冰岛，初次生育的孕妇使用无痛分娩的比例就超过了50%。而芬兰和比利时，初次分娩的产妇使用无痛的比例更是超过80%。至于英格兰和荷兰，因为有其他更流行的镇痛方式，椎管内分娩镇痛也就是无痛分娩的使用率不高。

而使用无痛分娩后，根据麻醉科医生、“无痛分娩中国行”公益项目发起人胡灵群2018年在“一席”的演讲中所说，在全国分娩镇痛率达到50%后，产妇健康的第一杀手——产后大出血的比例就会下降了，据估算，每1小时会减少1个新生儿死亡，每1天可以直接和间接地让2个孩子不失去妈妈。

谁为产妇的生育做决定？

胡灵群医生在一席的演讲中还提到一个现象：“有很多女性在生产前就像上战场一样，下定决心跟她的小姐妹、老公、父母说‘产痛没问题，我肯定能对付’，所以毫不犹豫地选择了顺产。结果到最后发现这个事情还真不那么容易，于是改变主意选择了分娩镇痛，感觉自己好像是个‘失败者’。”

不久前上过微博热搜的这则新闻，一位妈妈本来想挑战自己的耐受力，但是到了那一步，分娩的疼痛超乎想象，决定赶快用上无痛。

无痛分娩的选择，体现了这些女性身体的自主权。但困境在于，不是所有的产妇都能自己决定用不用无痛，也不是所有人都能共情她们对疼痛的感受。有部分医院的无痛分娩需要产妇的家人来签字同意，也有产妇只能听从家人劝阻的情况发生。

另一方面，许多人担心无痛分娩的副作用，这或许出于不科学的想象，或许是根深蒂固地认为“生孩子哪有不疼的？忍忍就过去了”。

根据2022世界镇痛日调研报告，有36%的人不了解或只是听说过无痛分娩。大家对无痛分娩的副作用有过度的担忧——21%认为打无痛会影响胎儿健康和成长发育，还有21%觉得打无痛可能给孕妇留下后遗症，而这两种认识都不是事实。

胡灵群医生在一席的演讲中就提到，“我想大家最关心的问题就是，这个麻药打了以后会不会对小孩产生影响。实际上，这个药物并没有进入血液，它只是让神经浸泡在药液里面，这个药液是被隔绝起来的。”而且，无痛分娩的麻醉用量仅为剖宫产手术的1/5至1/10，浓度低，不入血。

在胡医生看来，相比于无痛分娩，大家应该更担心剖宫产。他给出了这样的数据，中国每年至少有400万的剖宫产手术是不应该做的，而剖宫产带来的严重并发症是顺产的3倍，剖宫产的死亡率是顺产的10倍。

当然，任何医疗措施都有一定的风险。胡医生指出，无痛分娩一个常见的副作用就是低血压。如果没有系统学习和一定的实际工作经验，那么椎管内分娩镇痛也可以是有害的。

你以为麻醉师随叫随到吗？

即便一个产妇能冲破各种刻板观念、没人阻扰她使用无痛分娩，但你以为麻醉师随叫随到吗？

在大部分公立医院，麻醉科医生都是白天工作，晚上下班，但不是所有的分娩都在白天。即便产妇运气好在白天分娩，也没人能保证麻醉师随叫随到——公立医院的麻醉科医生需要配合全院手术进行麻醉工作，即便是在无痛分娩试点医院，也只有20%专职负责无痛分娩。

微博用户“曾博士”是一位医生，他在微博上就写道：

#我国仅30%产妇使用无痛分娩# 观念是一方面，主要是麻醉医生短缺，我们医院一般是当天值班的麻醉医生负责打无痛分娩，他们要优先给急诊手术的患者麻醉，往往抽不开身，等麻醉医生来的时候，孩子可能都快生出来了，我老婆生孩子的时候，我都是提前跟麻醉医生打好招呼，她在两台急诊手术之间的间隙来给我老婆打无痛。

2018年11月，国家卫健委发布了《关于开展分娩镇痛试点工作的通知》。从2019年3月开始，全国各省总共913家医院成为了首批试点医院。这之后，无痛分娩的普及率的确有所提高——2020年在这些试点医院中有53.21%的产妇使用无痛分娩——但这个数据跟多数发达国家相比依然还有差距。

其重要原因之一就是，无痛分娩的普及，需要依靠足够的人力，尤其是麻醉师。虽然中国目前是麻醉医生数量最多的国家，但平均下来，每10万人只有6.7位麻醉医生，在全球只是中等收入国家水平（6.89位），比同样属于发展中国家的俄罗斯、巴西和南非都要低。

最近几年，中国的麻醉医生数量是在增加的，但是在全部执业医生中的比例少得可怜，一直在2.5%及以下。

另一方面，无痛分娩的费用并不便宜，而至今，无痛分娩并未在全国范围内纳入医保。以北京提供无痛分娩的一部分公立医院为例，价格是在1000元至2600元之间，公立医院国际部会更贵些，需要5200元。

不只是这几千元能不能负担得起的问题。如果无痛分娩被纳入医保，对于每一个为了生育而付出身心的妈妈而言，这也是一种尊严上的认可。

参考文献：

Wang, Y., Xu, F., Zhao, S. et al. Procedural analgesic interventions in China: a national survey of 2198 hospitals. BMC Anesthesiol 22, 250 (2022).

Mu Y, Wang X, Wang Y, Liu Z, Li M, Li X, Li Q, Zhu J, Liang J, Wang H. The trends and associated adverse maternal and perinatal outcomes of labour neuraxial analgesia among vaginal deliveries in China between 2012 and 2019: a real-world observational evidence. BMC Med. 2021;19(1):74.

Seijmonsbergen-Schermers AE, van den Akker T, Rydahl E, et al. Variations in use of childbirth interventions in 13 high-income countries: a multinational cross-sectional study. PLoS Med. 2020;17:e1003103.

戚芳,黄绍强,丁焱.中国分娩镇痛服务的现状调查与分析[J].中国妇幼保健,2019,34(09):1937-1941.

全国妇联女性之声：好消息！多地将无痛分娩费用纳入医保

澎湃新闻：报告：无痛分娩全国试点医院普及率达53%，36%民众存在认知空白

北京提供无痛分娩医院汇总

调查：中国麻醉医师超9万人 工作强度大幅增长

财新网：全国推广的无痛分娩，你了解多少？

镝数：普及“无痛分娩“与降低”剖宫产率“的背后，是每一个中国女性都应该了解的真相

财新网：中国妈妈无痛分娩需要更多麻醉医师

冰点周刊：无痛分娩中国行

国家卫生健康委办公厅关于第一批分娩镇痛试点工作评估情况的通报

数据、撰文｜Heather 撰文 | 镝数李璋 设计｜镝数卢瑞丰 编辑｜李衷 出品丨腾讯新闻 谷雨工作室

腾讯新闻出品内容，未经授权，不得复制和转载，否则将追究法律责任。