

“他们的专业与爱心，如同春风化雨，温暖了我们的心田……”

医患关系是一种特殊的社会关系，医务人员为患者提供疾病治疗服务，但又远不止于此，正如特鲁多医生所说：“有时是治愈，常常是安慰，总是去帮助”。

和谐的医患关系是双向奔赴的治愈与温暖，在连云港市妇幼保健院，我们每天都在迎接新生命、治愈各种疾病，我们见证了无数感人的故事，我们也从患者及服务对象那儿收获了数不尽的温暖，这些都是独属于医患之间的“情书”，具有强大力量的人文之光。

无论时代如何变化，人文总是能够安定人心，赋予我们前行的勇气和力量。我们努力用人文叙事记录这些闪光的时刻，传递医患之间的温暖微光，并且努力守护这份光！

近日，连云港市妇幼保健院收到了一封来自患儿家长的感谢信《温情守护：致我们孩子的医疗天使》，字里行间写着对儿科医生魏想、护士吴明星的肯定与感谢。

“终于等到你，我的小宝贝~”

我相信，会有一束光穿过无人的角落，最终会遇到值得你等的那个人。当看到超声上胎心“怦怦”跳的一瞬间，有些等待，值得坚持。

有人欢喜有人忧，这既是助孕夫妇的状态，也是生殖医学科的日常。他们因助孕成功而欣喜，也因失败而沮丧，无论欣喜还是沮丧，都是短暂的情绪，他们做的更多的是为了成就更多的欣喜不懈努力。

他们的进步与助孕家庭休戚相关，无数走进生殖医学科的夫妇、家庭，虽然没说些什么，但是心里始终感念着生殖团队的专业与付出。

不明原因不孕人工授精一次圆梦

郭女士（化姓），27岁，结婚3年未避孕未孕，月经规律，卵泡发育正常，输卵管通畅，男方精液检查正常，似乎一切都很正常，找不到不孕的原因。

郭女士内心焦虑不安，经历过

亲爱的医院工作人员：

这个春意融融的时刻，我执笔欲诉的，是对连云港市妇幼保健院医护人员深切的感激之情以及我们全家由衷的敬仰与认可。我的小宝贝童童（化名），一个15个月大的小生命，因一场突如其来的发烧，不得不在医院16楼（儿科一区）度过了几个揪心的日日夜夜。在这段艰难的时光里，我们遇见了两位天使般的守护者——一位温柔的护士吴明星和一位耐心的儿科医生魏想，他们的专业与爱心，如同春风化雨，温暖了我们的心田。

首先，我要特别感谢那位总是面带微笑、话语轻柔的护士吴明星，她宛若降临人间的温柔天使，专为慰藉每一个饱受病痛的小小心灵而存在，记得在院期间孩子有次因为身体不适，变得格外调皮，小手胡乱按着床边的呼叫器，铃声此起彼伏。面对这番“捣蛋”，护士非但没有丝毫责备，反而用更加温柔的声音，像在哄着自家的孩子一般，轻轻地

说：“小宝贝，我们不按这个哦，阿姨给你个玩具玩”，和一句“家长看好孩子，别乱按”形成了鲜明的对比，那一刻，作为母亲，我的心被深深触动。更让人感动的是，当隔壁床

次求医无果后，今年5月，郭女士经人介绍来到连云港市妇幼保健院生殖医学科，被诊断为“不明原因不孕”，建议人工授精治疗。人工授精治疗后14天，郭女士来验孕了，当她看到血HCG值的那一刻，先是不敢相信，后是激动不已，她说：“我以为人工授精一次就上岸的几率比较小，内心做好了无数次重来的准备，但真的没有想到人工授精居然一次都能成功！真的太惊喜了！”

三次失败终如愿

孙女士（化姓），34岁，结婚10年未孕。诊断为多囊卵巢综合征，双侧输卵管通而不畅，后行腹腔镜手术疏通双侧输卵管，先后促排卵10周期均未孕，于2021年至2022年于外院行二代试管治疗，共取卵2周期，3次移植均未孕。

经朋友介绍来到连云港市妇幼保健院生殖医学科，医生根据夫妇双方不孕情况以及结合前期

孩子因发烧而烦躁，她总是第一时间细心照料，耐心解释每一个注意事项，亲自示范，确保家长能够安心地照顾孩子。她的每一句叮咛，每一个动作，都透露出对工作的热爱与对患者的真心关怀。

// 护士说人文

吴明星说

身作为一名护士，我深知自己的工作不仅仅是护理患者的身体，更是要抚慰他们的心灵。

从选择护理职业的那一刻起，我就立志要用我的双手和心灵去关怀每一位患者，让他们在病痛中感受到温暖和希望。我始终相信，护理工作是一项充满爱心和责任的事业，每一次微笑、每一次倾听、每一次细心的照顾，都能给患者带来力量。

未来无论面对什么样的挑战，我都会坚守我的护理初心，用我的专业知识和技能，为每一位患者提供最优质的护理服务。我将继续学习，不断提升自己的专业素养，以确保能够给予患者最贴心的关怀和支持。”

试管治疗过程，帮助夫妇制定了个性化的治疗方案（该妇合并双侧输卵管积水，先促排卵储存胚胎，处理输卵管积水后再冻胚移植）。经过促排卵、取卵、胚胎培养，冻存了5枚胚胎。今年初行腹腔镜下双侧输卵管结扎术，同时针对生殖免疫方面异常进行对症治疗。今年五月解冻移植1枚囊胚，移植前给予自体富血小板血浆宫腔灌注，移植后14天验血成功怀孕，孙女士简直不敢相信。做第一次超声的时候，看到宝宝胎心“怦怦”跳的一瞬间，眼泪止不住往外流，是开心也是委屈，委屈的是经历这一路的艰辛，还好没有放弃。

据统计，今年7月已有40余对夫妻在连云港市妇幼保健院生殖医学科收获喜悦。好孕可能会迟到但永远不会缺席，希望在医患共同努力下，所有奋斗在求子路上的家庭都能早日迎来自己的小宝贝。

（生殖医学科 宋佳）

“我还要感谢儿科医生魏想，他不仅医术高超，更拥有一颗愿意倾听与耐心解答疑问的心。

因为医院系统升级，家长手机上看不到任何检验报告，作为家长，我们一遍遍地询问，面对我们这些焦虑不安的家长，他从来都不厌其烦，总是用最平易近人的语言，详细地为我们讲解孩子的病情发展、治疗方案，以及后续的护理要点。他的专业和细心，都如同一剂强心针，让我们在不安中找到了方向，同时也对孩子的康复充满了信心。”

// 医生说人文

魏想说

“作为一名医生，我深知我的职责不仅仅是治疗疾病，更是要给予患者关怀与支持。患者的康复和满意是我最大的快乐。

我始终铭记我的从医初心：以患者为中心，用我的知识和技能去帮助每一个需要我的人。我承诺，我将继续以最专业的态度，最细心的关怀，为每一位患者提供最优质的医疗服务。我将不断学习，提高自己的医疗水平，以确保能够给予患者最佳的治疗方案。

感谢患者信任和支持，我会继续努力，不辜负每一位患者的期望。”魏想表示。

在此，我想代表全家，向这位温柔的护士吴明星和耐心的儿科医生魏想表达我们最诚挚的感谢。是你们，用专业的技能和无限的爱心，守护了我们家小宝贝的健康，也温暖了我们作为父母的心房。请接受我们这份迟来的谢意，虽然言语无法完全表达我们的感激之情，但请相信，这份恩情我们会铭记于心，愿世间所有美好都如你们一般，温柔而坚定。

最后，我要感谢连云港市妇幼保健院16楼全体医生和护士，因为有你们，16楼变得更加温暖。

愿你们在未来的日子里，也能被世界温柔以待。

（宣传统战部 周思月）

国家二级甲等妇幼保健院 为全市妇女儿童健康服务



港城妇幼保健

GANGCHENG FUYOU BAOJIAN

第182期(总第364期) 2024年8月28日

连云港市妇幼保健院主办(内部刊物)

主编:赵成 汤丽莎 编辑部主任:闫冬梅 责任编辑:周思月 编辑:周思月 投稿邮箱: fbygtx@126.com

地址:连云港市海州区秦东门大街669号
电话:0518-85805916
公交线路:8路、12路、17路、22K、游1路

“崇尚人文精神，彰显医者仁心” 庆祝第七届中国医师节

医者仁心，大爱前行，他们是生命的守护者，以“大医精诚”的精神承载着生命的希望。以“仁心仁术”的理念彰显着医者仁心，他们用精湛的医术为患者解除病痛。更以医学人文精神温暖着每一个生命，厚德精医，立诚笃行，医生是一个神圣而崇高的职业，也是一个精深而辛劳的职业。

8月19日第七届中国医师节之际，连云港市妇幼保健院举办慰问、表彰等系列活动。向全体医师致以节日祝福和诚挚慰问。

8月19日下午，连云港市妇幼保健院举行“崇尚人文精神，彰显医者仁心”第七届中国医师节庆祝大会。院领导班子成员、医师代表、职工代表等参加活动。



党委书记赵成代表党政领导班子，向全院医师致以节日的问候和崇高的敬意，希望全体医师牢牢坚持“以健康为中心、以患者为中心”，坚持精益求精，在医学探索中力求至善，勇攀医学高峰；坚持久久为功，锚定目标守正创新笃行，不断提升医疗技术水平；坚持融合发展，以党建为引领，持续深化党建+业务、医疗+保健、医疗+护理、中医+西医等融合发展；坚持厚德载物，秉承医者仁心，真正以患者为中心，为患者解除病痛、送去慰藉。

院长、党委副书记汤丽莎宣读2024年院医师节表彰决定，并进行现场颁奖。

妇幼健康事业的发展离不开一代又一代妇幼人的坚守与付出。本次庆祝大会特别设置了青年医师向前辈医师献花的环节，传承初心，牢记使命。

穿上白大褂，他们是救死扶伤的健康守护者；换成演出服，他们是多才多艺的脱口秀演员、能唱会跳的文艺骨干，庆祝大会穿插了节目汇演和抽奖互动环节，让医生们在欢乐的氛围中增强职业归属感和荣誉感。

8月19日上午，院党政领导班子走访慰问临床医生，送上节日蛋糕和精美礼品，感谢医生们的奉献付出，关心医生们的工作和生活，希望他们继续发扬“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的崇高精神，守护港城妇女儿童健康。



妇幼健康是全民健康的基石，从急诊室到手术室、从门诊到病房、从城区到社区、从线下到线上，妇幼医生始终以实际行动，践行者救死扶伤的崇高使命，用爱与责任守护着妇女儿童的健康，用专业与奉献点亮了生命的希望之光。在这个属于全体医师的节日里，我们满怀敬意感激，向每一位默默耕耘、不懈努力的妇幼医生致以最崇高的敬意！

连妇幼召开半年工作会议暨三甲迎评冲刺动员部署会

加压鼓劲再出发，特色发展启新程！7月30日，连云港市妇幼保健院召开2024年半年工作会议暨三甲迎评冲刺动员部署会，认真总结上半年工作，找差距、查不足；结合三甲迎评、改善群众就医体验等既定工作目标，进一步明确下半年工作思路、细化工作举措、增强必胜信心，全力开启下半程“赶考路”。院领导班子、中层干部等150人参加会议。院长赵成作半年工作报告及三甲迎评冲刺动员工作部署，副院长顾扬主持会议。

上半年，全院上下围绕中心大局，敬业奉献、担当善为，以“一域之光为全局添彩”，安全管理、质量提升、服务提质各项工作有成效、有亮点、有突破，交出了一份令人满意的半年“答卷”：三甲迎评转入“待审”状态；第十届妇幼健康节全面深化全市妇幼健康服务内涵；国家保

健特专专科、省（市）级临床重点专科创建与复审稳步推进，学（专）科特色发展方向进一步凸显；扎实落地市卫健委“为民办实事”服务举措和百项健康惠民实事，创新开展产科“一貫制”、“无假日医院”等便民服务；全面推进77项基础管理措施，制度体系建设取得阶段性成果；全职引进妇科学科带头人徐浩教授，努力满足港城妇女健康需求；精准施策推动妇幼保健机构绩效考核强专项、补短板。

下半年，全院上下将在党的二十届三中全会精神指引下，坚持问题导向、目标导向，党建与业务融合发展，牢固树立“在危机中求生存，在竞争中求突破，在变革中求发展”的意识，牢牢把握“重保健、强临床”的发展方向，全面提升科学管理、学（专）科建设、人才引陪三大支撑能力，为建成有活力、

有内涵、有影响的特色妇幼保健院发展目标接续奋斗。

下半年，医院将把落实上级要求与提升群众就医感受相结合，把三甲迎评、妇幼保健机构绩效考核指标提升等重点工作与日常工作相结合，把基础管理与激发新质生产力发展相结合，把学（专）科发展与人才引陪相结合，持续强特色、优服务。落实落细国家卫健委关于“改善就医感受提升患者体验”等5个三年行动计划、市卫健委“聚焦八个问题 推进八项举措”以及“换位体验”等工作要求；强化“6+N”“为民办实事、29项健康惠民项目推进，打造精品惠民工程；全力冲刺三甲迎评，确保高质量通过；优化临床医疗分组、强化新技术新项目开展、优化绩效二次分配方案等，持续提升诊疗技术水平；推进与高水平高校的合作，助力科

教研能力提升；开展住院“零押金”、孕产妇健康关爱月等特色服务，深化“妇幼+”品牌建设内涵。加强医疗质量控制指标、医疗质量安全改进十大目标、患者十大安全目标的要求落实，确保患者安全，守牢消防安全、生产安全、信息安全底线。

目标定，方向明，关键在执行。下半年，医院还将持续加大服务社会群众、关心关爱职工力度，出新招办实事，开展干部作风提升活动，全力实现年度各项目标任务，为全市卫生健康、妇幼健康事业高质量发展再建新功。

会上，纪委书记王泰康通报了医德医风及行风建设工作成效，总会计师陈健总结分析了业务运行情况，护理部、儿科、孕产群体保健科、超声科主任分别作了三甲迎评冲刺表态发言。（院办 刘金凤）

8月11日，在福州市举行的“孤独症防治三级网络规范化建设项目培训基地经验分享交流会暨孤独症谱系障碍筛查、诊断与干预实操技能培训班”上，中国妇幼保健协会公布了首批46家“孤独症防治规范化建设项目培训基地”名单，连云港市妇幼保健院榜上有名。连云港市妇幼保健院院长赵成现场接受授牌，并进行交流发言。

赵成院长介绍了连妇幼孤独症筛查诊疗三级体系建设情况与成效。为保证孤独症诊疗筛查工作顺利开展，连妇幼成立项目管理小组，对业务的开展流程、人员资质、开展质量等都进行严格管理。作为连云港地区唯一集筛查、诊断、治疗孤独症为一体的公立医疗机构，连妇幼不断学习国内外主流孤独症干预技术，提高孤独症诊疗水平。针对不同年龄、程度的孤独症儿童开展针对性的行为干预、认知、语言训练，以及社交能力提升、入学前适应性练习等。

2024年，连妇幼协助市卫健委制定全市孤独症筛查工作方案，并承担基层妇幼保健人员轮训工作，提高基层妇幼保健人员对ASD的识别能力，做到全市范围内孤独症“早发现、早干预”，积极改善孤独症儿童预后，减少残障发生。

赵成表示，将以此次认定为契机，继续加强孤独症诊疗团队建设，优化服务流程，提高服务质量，努力为孤独症儿童提供更加科学、专业、人性化的医疗服务。同时，医院也将积极参与国内外孤独症领域的交流与合作，不断引进应用先进的治疗理念和技术，为孤独症儿童的康复之路增添更多可能，为连云港市孤独症防治三级网络规范化工作的发展贡献力量。（儿童整体康复科 王涛）

“暖‘新’服务·‘驿’起行动”健康共建活动圆满举行

8月15日上午，“暖‘新’服务·‘驿’起行动”健康共建活动启动仪式在新南街道玉带社区举行，活动由连云港市妇幼保健院、海州区委社会工作部、海州区邮政管理局和海州团区委主办。连云港市妇幼保健院13个党支部与海州区3个街道12个社区、快递外卖行业党委结对共建。

市委社会工作部副部长卞宝秀，海州区政法委书记薛喜东，市妇幼保健院院长、党委书记赵成，海州区委社会工作部部长单新文，海州区新南街道办事处主任王俊红，市妇幼保健院副院长闫冬梅，海州区邮政管理局局长张涛，海州团区委书记杨珂出席活动。海州区委社会工作部、各街道分管负责同志、街道社区书记代表、市妇幼保健院各党支部代表和快递外卖行业代表150余人参加了活动。

连妇幼智慧化服务项目斩获佳绩

日前，第二届数字健康创新大赛暨第七届全国智慧医疗创新大赛（江苏赛区）决赛在江苏宿迁举办，连云港市妇幼保健院申报的参赛项目：智慧化服务“6+N”助推人民满意医院高质量发展，荣获江苏省二等奖第一名。

连妇幼申报的参赛项目，

强化全方位合作，实现优势互补、资源共享、互促互进。启动仪式结束后，连妇幼康驿站共建协议，约定每季度由医院各党支部赴海州区社区开展义诊活动，积极为社区居民提供医疗服务、健康宣讲等志愿服务内容，共同为有需求的居民提供更全面、更专业的健康服务，让群众到院就医享受更多惠民便民措施。

随后，市妇幼保健院为海州区快递外卖行业小哥代表赠送价值500元的爱心体检卡50份；新南街道玉带社区书记刘纪、市妇幼保健院第四党支部书记李建伟先后代表社区和医院党支部进行了表态发言。最后，与会领导为社区书记颁发健康驿站证书，为市妇幼保健院各党支部代表授予了志愿服务队旗帜，共同期待以此次活动为新起点，不断加深联系，

以改善患者就医体验为出发点，结合院内开展的智慧化服务六大举措，即“先医后付”工作，出院床旁结算、检查检验自助开单、三日内复诊免收费、孕产妇远程胎心监护、基层5G区域母婴急救平台，项目以智慧服务建设为契机，从诊前、诊中、诊后三个维度优化

患者就医过程遇到的问题。在此基础上，连妇幼又拓展出N项便民服务举措，推出“无假日医院”、产科“一貫制”、妇幼健康港城行、延伸“互联网+护理”服务触角等10余项创新便民服务举措，全面提升优化流程，改善服务，提高满意度。（信息处 张子龙）

院院院
目愿景：
目标：
共建共享
满足妇幼
全生命周期
服务需求
的现代化
妇幼保健
院

产后乳腺康复那些事儿

产后哺乳期乳房很容易出现乳汁不足、乳汁淤积，更有甚者患上乳腺疾病，损伤乳房健康。另外在哺乳期，乳头因为不断牵拉，含接姿势不对等问题很容易出现皲裂破溃。因此，产后必须要做好乳房保健，比如哺乳期正确的哺乳、正确饮食还有日常的乳房护理等。

产后缺乳及少乳

一般的产妇在正常情况下产后1-2天，乳房即有乳汁分泌，可对宝宝进行哺乳。在哺乳期出现乳汁少的现象，称为产后缺乳。这种现象多发生在产后2-3天至半个月内。

提醒宝妈们：一定要让宝宝早接触早吸吮，刺激乳汁分泌。

产后生理性乳胀

生理性乳胀主要发生在产后2~3天，因体内激素发生变化促进乳汁的大量分泌，同时大量的血液及淋巴液聚集在乳房内，促使乳腺腺泡肿胀变大，造成乳腺导管受压，延缓出奶速度，导致双侧乳房发生肿胀，并可伴体温升高的情况。

出现生理性乳胀时，各位宝妈可以做到以下几点减轻不适。

- 1.生理性乳胀，处于肿胀严重时期尽量不热敷乳房，必要时冷敷（4-10度）。
- 2.饮食要注意，营养均衡，清淡为主，油腻的汤水此阶段避免。
- 3.手法按摩要轻柔，主要以宝宝正确有效含允为主。
- 4.可以寻求专业人士的帮助。专业的乳腺疏通治疗可以明显改善乳房胀痛，帮助泌乳通畅。

产后乳汁淤积

乳汁淤积在哺乳期女性中的发生率4.5%~30.8%，是常见的离乳原因，直接影响母乳喂养。当哺乳期母亲分泌的乳汁，因为导管阻塞而积存在乳腺导管系统中无法有效排出，表现为突然发生的乳房局部胀痛，伴或不伴发热，是乳汁淤积的常见情况。

出现乳汁淤积的情况，各位宝妈可以做到以下几点：

- 1.加强宝宝吸吮，促进乳汁有效排出，以保持乳腺管通畅。
- 2.注意清淡饮食，减少油腻以及高糖摄入，减少脂肪颗粒的生成，从而保持乳

腺管通畅。

- 3.如果出现乳汁淤积无法自行解决，一定要及时就医，通过乳腺疏通手法保持乳腺管通畅。

产后乳头皲裂

乳头皲裂是哺乳期妇女的乳头由于多种原因引起的表皮裂开、缺损或浅表性的溃疡，有时伴有出血，甚至并发感染，以初产妇多见。乳头皲裂通常发生在两个时期，包括产后早期和宝宝长牙期。哺乳期妈妈要保护好自已的乳房哦，防止碰、撞、挤压造成损伤，建议穿戴松紧适宜的内衣。

产后乳腺炎

乳腺炎常常发生在哺乳期，是伴有乳汁阻塞的乳腺非感染性或感染性疾病，以初产妇多见。因此称为哺乳期乳腺炎或产后乳腺炎。主要表现为乳房疼，乳腺局部出现肿块及红、肿、热、痛，全身症状包括发热伴有寒颤、乏力等。

发生乳腺炎该怎么办？

- 1.频繁哺乳，不限制哺乳时间
- 2.排空乳房，卷心菜外敷或土豆片外敷消肿。
- 3.避免趴着睡或侧身太过或穿不合适的胸罩。
- 4.饮食宜清淡富含营养，忌食辛辣、刺激、油腻、烧烤温热性食物。
- 5.注意休息，增强免疫力。
- 6.乳腺炎出现的初期准妈妈一定要注意，这时候需及时进行治理，同时也是治疗的最佳时期，一定要选择正规的专业机构治疗，那么这个时候自己的病情很快好转，若在发病之后不及时处理，会使自身不适症状加重。

母乳喂养的指导

母乳是新生儿最理想的天然食物，母乳中的各项营养素和多种生物活性物质为婴儿提供全方位呵护，适应新环境，健康成长。但是不恰当的母乳喂养行为会造成婴幼儿肺炎、腹泻、呼吸道感染，会增加婴幼儿死亡率，同时会造成婴儿大脑发育不完善，营养不良等后果，所以正确的喂养行为显得至关重要。

如需母乳喂养指导，欢迎至连妇幼门诊3楼C区母乳喂养门诊学习，或拨打母乳喂养热线咨询0518-85100100（产后保健科 王丹）

初生宝宝为什么会出现体重下降？

很多妈妈反映，宝宝在出生后的几天，体重不但没有增加，反而下降了，这可愁坏了她们，宝宝体重下降到底是怎么回事呢？

- 1、新生儿不显性失水较多（是由于新生儿皮肤体表面积相对大，呼吸次数相对快，生后保暖环境温度高，啼哭活动量大）
- 2、新生儿初生几天喂养不足
- 3、尿、粪便排出及脂肪的脱落。出生后体会重会渐下降，足月儿生后体重下降约4%-7%。尤其是生后第一周，即使正常喂奶，体重仍不可避免下降，此现象称生理性体重下降。

炎炎夏日如何科学坐月子

1.控制温度 适当通风

夏季高温，产妇和宝宝都容易出汗，因此产褥期房内温度要适中，避免产妇中暑，一般控制在22-26℃之间就可以了。其次，要保持室内通风，每天通风两次，每次30分钟左右，以保持空气的新鲜和流通。

2.合理饮食

产妇应保证营养均衡，多吃富含蛋白质、维生素和矿物质的食物，如瘦肉、鸡蛋、牛奶、新鲜蔬菜和水果等。

食物多样、粗细搭配。粗粮至少占20%，常见粗粮有燕麦、荞麦、玉米、小米以及赤豆、绿豆等。

保证优质蛋白质，多吃红肉。可以食用鱼、禽、肉、蛋、奶和大豆及其制品，每天最好能食用一个鸡蛋。每天两杯奶，母体在分娩过程中失血很多，需要补充造血的重要物质，如蛋白质和铁等。食物推荐：瘦猪肉、瘦牛肉、猪血、鸭血、肝脏等肉类。

3.适当活动

夏季不要因为天热怕出汗而长期

生理性体重下降的幅度，一般不会超过出生体重的8%-10%，而且最迟应在14天内恢复到出生体重。

医护人员会根据每天的生理性体重监测曲线（NEW曲线）来评估宝宝出生后的体重变化，以便尽早发现问题并加以纠正。如果发现宝宝体重下降幅度，超过了图上75%的曲线，医护人员会及时采取措施进行干预。

大约在产后3天左右，当妈妈的泌乳量开始迅速增加，宝宝会吃到更多的母乳，体重也会开始恢复。

（产科三区 赵华兰）

炎炎夏日如何科学坐月子

久站、久坐。适量运动如：凯格尔运动及产后康复操，以促进血液循环及身体代谢，促进子宫修复。但也要注意避免剧烈运动和过度劳累。

4.休息与心理调节

产后身体需要大量休息，保证每天有充足的睡眠时间，白天尽量与宝宝同步睡眠，夜晚尽量保证安静的休息环境。另外，产褥期也是心理调适的重要时期。妈妈们经历了妊娠与分娩的激动与紧张，加上激素水平发生巨大的变化，容易引起妈妈们的情绪波动。产妇应该保持良好的心态，家人和亲友们也应给予产妇足够的关心和支，帮助他们度过这个特殊的时期。

5.注意个人卫生

产褥期是产妇身体抵抗力较弱的时期，妈妈们要注意个人卫生，防止感染。夏季高温，产妇容易出汗，可以用38-42℃的温水擦浴或淋浴，注意避免着凉。产妇应该勤刷牙，洗手，洗澡，注意会阴部的清洁，避免细菌滋生。

（产后母婴康复部 屠艺伟）

夏季待产包里都有啥？

清单1 随身携带资料

- 1.孕期检查手册（包括孕期所有的检查资料）；
- 2.医保卡原件或电子医保卡，夫妻双方身份证原件、复印件及户口本（办理出生证需要）；
- 3.文件袋（用于存放产后其他资料，如出生医学证明须知、儿童保健手册、住院发票、病历、住院清单等材料）。

清单2 宝宝衣物

- 1.宝宝衣服、小毯子1-2套（宝宝出生时医院提供统一消毒衣服和包被，洗澡后换自家衣服即可）；
- 2.大毛巾、小毛巾数条，婴儿专用小盆2个；
- 3.纸尿裤（尿布）、湿纸巾；
- 4.宝宝沐浴用品（沐浴露、抚触用油、洗发水）、润肤乳。

清单3 产妇用物

- 1.护理（会阴）垫单（约2包）；
- 2.卫生纸；
- 3.睡衣或家居服2套、哺乳文胸3件、内裤4-5条、松口棉袜2-3双、帽子（出院用）；
- 4.吸水杯、吸管；
- 5.吸奶器备用；
- 6.防滑拖鞋1双、洗漱用品、毛巾2条、盆2个；
- 7.胎心监护带2根。

清单4 分娩待产包

- 1.顺产孕妇进入产房所需物品：5包刀纸、2片新生儿尿不湿、1件准妈妈贴身睡衣、1个水杯（带吸管）、胎心监护带、计量型产垫5片；
- 2.剖宫产孕妇进入手术室所需物品：1片尿不湿、2包刀纸、计量型产垫2片。（产房 江兰芝）