

安胎照護 辛勤心情

◎撰文--馬偕醫院婦產科護理師 劉詩怡

安胎是啥？

工作多年常會聽到很多人說：還沒來住院前，根本就不知道還有安胎這件事。誰會發生這樣的問題呢？像這樣的人很多嗎？有人像我一樣嚴重的嗎？為什麼別人懷孕生產都很順利只有我是這樣的？什麼只有我這樣？這些是我在工作時常常聽到的疑問，常常卻沒有辦法給她們一個標準答案，因為沒有人可以給我標準答案。

安胎通常是突然被告知要住院，不只是需要的日常用品來不及準備，心情上更是錯愕，家中其他成員怎麼安排還沒搞定，人已經被限制在一張陌生的病床上，肚子的不舒服還沒改善，藥物的副作用陸陸續續出現，我想沒有一個人會覺得心情是愉悅的。這也是安胎孕婦在一入院時最常詢問的問題：「我何時可以回家？」但是沒有人可以給她肯定的答案，安胎就是這樣的不確定。

最深刻的一幕

照顧安胎孕婦其實是非常具有挑戰性，但又常令人感動於母性的無私付出，令我印象最深刻的一幕是懷孕 18 週雙胞胎的安胎孕婦，她在懷孕 18 週時有早發性子宮收縮又合併早期破水。她是自懷孕 13 週就開始住院的孕婦，當她在醫院安胎到 18 週時，有一天忽然從陰道流出許多羊水，當醫師用窺陰器撐開陰道的那一剎那，羊水不斷從陰道湧出，一雙不安、無助、充滿淚水的雙眼，嘴裡喊著「醫師求你幫我，幫幫我，我要這個孩子，兩個都要留下來」，現在想起她那徬徨無助的眼神還會讓我悸動不已，雖然宣告破水的不是我，她的羊膜會破也不是因為我，而我卻有很深的罪惡感，那罪惡感來自身為護理人員的我無能為力幫助她。

接下來一百多個日子，不時的打針、含藥、塞藥、不知道是從哪來的力量，似乎是一股要成為母親的堅持，才能忍受這一切磨難並度過那段身心煎熬的時期。這位安胎媽媽真令人感到非常不捨及不忍，但幸運的是她目前擁有兩個健康的小男孩。

一句話背後的意義

曾經有一位懷孕 32 週早發性子宮收縮的孕婦不安的躺在床上說：「為什麼是我躺在這受苦，我現在不要安了，如果就這樣生了，就讓他出來跟我一起受苦吧！」，聽到這句話，讓醫療團隊的工作同仁都傻眼了，天啊！怎麼說出這樣的

話？可是回頭去想想安胎媽媽在生活上背負的壓力，其實我們護理人員沒辦法直接幫她解決所有問題，但我們找到安胎過程中問題的癥結點，可以協助她尋找資源並在情緒上找到可以接受的方式抒解壓力。讓我們開心的是這位安胎媽媽至少撐到 36 週才出院，雖然不知道她後來有沒有回醫院生產，不過可以確定的是，生產的週數是讓醫療人員可以放心的。

喔！…傷腦筋

不知道是幸還是不幸，在我從事護理工作期間我的親戚朋友對生產還真是熱絡。在工作的某一年，病房來了一位 40 歲曾懷孕三次又流產的孕婦、她沒有小孩，那時她懷孕 26 週因早發性子宮收縮住院安胎，當時我看到資料心裡想：「現在人都這麼晚婚，這麼晚才生小孩真的很辛苦。」當我到病房看到孕婦時當場傻眼，這...個人是我堂姐，腦中馬上浮現我小時候她帶我去哪裡玩、我參加她婚禮的畫面，然後想到前三個小孩是如何失去的，她多渴望這小孩的到來，這時我馬上變成一個家屬，喔！…傷腦筋。在聽到家屬說的第一句話：「有妳堂妹來照顧妳，這樣來醫院安胎住院就安全了？」我腦中努力的、用力的回想，這問句前的～堂妹～是指我，天啊！家屬是在問我這個堂妹還是身為病房的護理師啊！這段時間身為堂妹及護理人員的我覺得自己過的很疲憊，除了上班外好像要為堂姐多做點什麼，想了想，最後我選擇下班後多留一些時間陪她，安胎躺在一張床上，被迫多出很多時間，找不到事情做最常選擇胡思亂想，想太多常常是自找麻煩，多陪陪她、給她情緒上的支持應該是我能做的吧，這也是家屬最能做到的幫助。

辛勤心情

或許一般民眾覺得護理人員在醫院上班，很多事對我們來說「只是工作」，其實很多時候身為護理人員的我也想像它只是工作，但真的很難，妳知道的嘛！我也是個人，當護理人員所照顧的個案很順利安胎生產，我們會很開心，覺得我們的努力得到非常甜美的結果。但如果沒有辦法達成我們預期的，身為護理人員的我們也會覺得失落，想更努力的替安胎媽媽尋找後續需要的資源，心情也跟著媽媽的狀況起起伏伏。每當安胎媽媽有特殊狀況發生的時候，我們都很緊張，可是面對安胎媽媽時，身為護理人員的我們只能跟她說「來深呼吸，放輕鬆，不要緊張」，在當時假裝鎮定的我們，踏出病房幾乎都是冒著冷汗，迅速往護理站向其他醫護人員求救，其實護理人員也是會害怕的，知道很多事不是自己可以控制，但我們會努力做到最好，盡全力照護就是醫護人員在面對安胎孕婦的核心目標。

安胎孕婦在住院期間的心情很重要，因為緊張、激動的情緒會讓身體的神經肌肉緊繃，這樣即使是躺在床上也不能達到休息的目的。有些安胎媽媽常說：「安胎就是來修身養性，培養氣質、努力做胎教的好時機。」而有家屬陪伴在媽媽身旁當然是最好的，當身體不舒服有個熟悉的人在旁邊，心情上也會比較穩定，穩

定的心情讓寶寶更安定，此外，義工媽媽也可以適時給予安胎媽媽情緒上的支持喔！

有時候覺得護理人員是假扮的天使，努力說服安胎媽媽我是來幫助妳的天使，也努力說服自己我是來幫助大家的天使。在我們盡全力幫助安胎孕婦度過危險的安胎歲月中，有時事實並非完全盡如人意，因為護理人員是無法改變全世界，既使盡全力預防早產的發生，有時還是會遇到安胎安不住而發生早產或是胎死腹中的情況，這時候護理人員還是能發揮我們另一個功能，早產兒母乳哺餵的指導、提供後續相關資源，希望在發生早產後，還能多為早產的家庭盡點力。

曙光乍現

早產兒基金會的努力讓我們更清楚的看見，每一個新生命的誕生都是寶貴的。當有早產跡象時，孕婦再怎麼辛苦住院安胎都還是要努力配合醫療照護計畫，而這樣的辛苦永遠是值得的。在這我要呼籲身為臨床護理人員在照護安胎孕婦時，我們要設身處地為安胎孕婦想想，如果現在是我躺在這張病床上，我希望護理人員為我做什麼？

此外，很感謝醫院在設備上非常支持成立安胎示範病房，除了增設電動床的使用、電話、床頭設置大燈開關、無線網路的硬體設備外，在安胎期間也有安胎專屬義工媽媽來協助安胎孕婦日常生活事項，也提供安胎日記來抒發安胎孕婦對胎中寶寶的感情等……，當然未來還有很大的空間可以做的更好，不過很開心的是早產防治醫療團隊對安胎孕婦的重視，也希望在醫護環境不斷改善的未來，身為護理人員的我們也能提升安胎照護能力，提供更好的服務品質給安胎孕婦，讓我們一起迎接更健康茁壯的小生命。（轉載自袋鼠媽媽我愛妳 p17-20）