

# 剖腹产后尝试自然分娩

## 您需要了解的事项

如果您曾做过剖腹产，那么在下次怀孕时通常有两种分娩选择：

- **剖腹产后尝试自然分娩 (Trial of Labour after Caesarean Section - TOLAC)**：尝试阴道分娩。大多数妇女能够成功完成剖腹产后阴道分娩 (vaginal birth after caesarean - VBAC)。
- **选择重复剖腹产 (Elective Repeat Caesarean Section - ERCS)**：有计划的重复剖腹产 (CS)。

### 您适合进行 TOLAC 吗？

大多数曾经做过一次剖腹产的人在下次怀孕时都可以尝试阴道分娩。但如果您有以下情形，那么您或许不适合 TOLAC：

- 多次剖腹产
- 曾经历过传统剖腹产 (纵向中线切口) 或子宫破裂
- 患有需剖腹产的妊娠并发症 (如胎盘前置)，或需要紧急分娩
- 距离上次剖腹产手术不足 12 至 18 个月

#### 增加 VBAC 成功机率的情况：

- 曾有过阴道分娩史
- 上次剖腹产的原因 (如臀位、胎盘前置) 在此次怀孕时并未出现
- 产程自发开始 (自然)
- 不到 40 岁，且无妊娠并发症

#### 降低 VBAC 成功机率的情况：

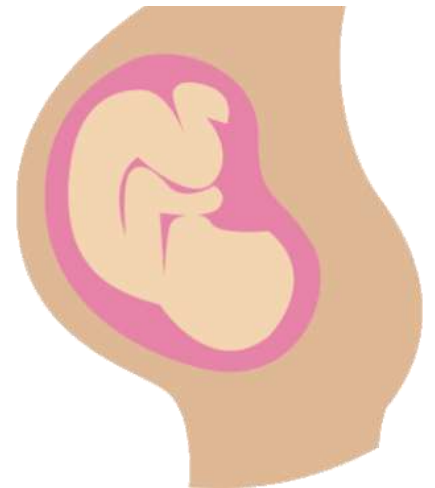
- 已超过预产期
- 体重严重超重 (体质指数 >40)
- 需要进行引产
- 胎儿体重预计超过 4 千克 (8 磅 13 盎司)

### 选择 TOLAC 的原因：

- 住院时间较短，一般恢复较快，没有活动限制 (如搬抬重物)
- 渴望体验阴道分娩
- 避免进行腹部大手术以及 ERCS 的相关风险 (即失血、感染、未来手术并发症的风险增加)
- 以后怀孕无并发症分娩的机率更大，因为每次手术都会增加剖腹产的风险
- 尽早开始母乳喂养，以及更成功地在三到六个月内母乳喂养
- 降低婴儿出生后呼吸困难的风险

### 不选择 ERCS 的原因：

- 能够计划出生日期和时间，并根据过去的经验知道预期会发生什么
- 避免自然分娩以及 TOLAC 的相关风险，包括子宫破裂的风险 (TOLAC 为 0.5%，ERCS 为 0.03%)



## 需考虑的风险因素：

TOLAC 的相关风险：	ERCS 的相关风险：
<ul style="list-style-type: none"><li>● <b>最常见的风险</b>是在阴道分娩过程中需要进行剖腹产。与 ERCS 相比，这种情况下发生出血、手术并发症和感染的风险都会增加。</li><li>● <b>最严重的风险</b>是阴道分娩过程中子宫上的疤痕裂开（子宫破裂）。尝试 TOLAC 的人中平均每 200 人会发生 1 例这种情况（不会发生的可能性是 99.5%），如果以前有过阴道分娩史，则机率更低。</li><li>● <b>子宫破裂</b>可能会造成严重但极为罕见的后果，包括导致婴儿死亡或脑损伤（每 10,000 个婴儿中有 2-3 个），对于产妇而言，则可能增加出血或切除子宫（子宫切除术）的可能性。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● 感染、出血、输血，以及肠、膀胱、输尿管的手术损伤。</li><li>● 增加分娩前后肺部或腿部出现血栓的风险。</li><li>● 未来所有怀孕可能都需要剖腹产。<ul style="list-style-type: none"><li>○ 未来每次剖腹产的手术和怀孕风险都会增加。最大的风险是未来怀孕时胎盘异常，这可能会导致大出血，并需要在分娩时切除子宫（子宫切除术）。</li></ul></li><li>● 进行 ERCS 的孕妇的死亡率高于 TOLAC，但总体而言都非常低（ERCS 为 0.013%，TOLAC 为 0.004%）。</li></ul>

## 如果您计划要进行 TOLAC：

如果您已临产或认为羊水已破，请前往产科的评估室（2SE）。当产程进入活跃期，将需要持续监测胎儿的心率并定期进行子宫颈检查，以确保分娩进程的安全。如果需要紧急剖腹产，建议使用硬膜外麻醉。可以安全使用催产素（一种有助于宫缩的药物）。

## 如果曾经做过剖腹产，是否可以进行引产？

是，但引产的过程中子宫上的疤痕裂开（子宫破裂）的风险会有所增加。增加的风险取决于使用的引产类型，范围从无风险到两倍风险（破裂风险为 1.1%）。如果曾经做过剖腹产手术，也有几种安全引产的方法。包括在产程早期使用弗利氏导管（气囊）打开子宫颈，破羊水并/或使用催产素促进宫缩。有些人如果无法自发临产就会选择引产，但也有人如果需要进行引产就会选择重复剖腹产。

## 如果您计划要进行 ERCS：

如果在预定的 ERCS 之前临产，则应与医护人员讨论您希望怎么做。自发临产会提高阴道分娩的成功率，许多计划进行剖腹产的人如果自发临产也会尝试进行 TOLAC。

## 选择 TOLAC 还是 ERCS 的关键点：

- 对于一次剖腹产后再次分娩，选择 TOLAC 或者 ERCS 都很安全，因为无论哪种选择，对产妇和胎儿造成严重伤害的风险都非常低。
- 对于产妇和胎儿来说，成功的 TOLAC（VBAC）引起并发症的风险最低，但不成功的 TOLAC 引起并发症的风险则最高。

- 对于一次剖腹产后再次分娩，选择 TOLAC 或者 ERCS 都很安全，因为无论哪种选择，对产妇和胎儿造成严重伤害的风险都非常低。

### 做出决定：

- 当您决定是选择 TOLAC 还是 ERCS 时，使用下面的表格可能会对您有所帮助。权衡各项好处和风险对您的重要程度，勾选您选择此种分娩方式的原因。您还可以添加对您而言比较重要的其他原因。

□□□ 不重要    □□✓ 有点重要    □✓✓ 比较重要    ✓✓✓ 非常重要

剖腹产后尝试自然分娩（阴道分娩）的原因	对您有多重要？	选择重复剖腹产的原因	对您有多重要？
有很大机率进行阴道分娩	□□□	能知道宝宝出生的日期	□□□
有更大机率会轻松恢复身体，且没有搬抬重物的限制	□□□	知道手术会发生什么	□□□
出现外科并发症的机率更小	□□□	子宫上的疤痕撕裂（子宫破裂）的机率更小	□□□
将来无并发症怀孕/分娩的机率更大（胎盘问题更少）	□□□	避免紧急剖腹产的风险	□□□
分娩后与宝宝在一起的机率更大（进入新生儿室或新生儿重症监护病房的机率更小）	□□□	可以预约您的产科医生进行剖腹产手术	□□□
	□□□	计划不再生育，决定结扎输卵管。	□□□
	□□□		□□□

### 有用资源：

在 YouTube 上观看我们的参考视频，标题为“Southern Ontario Obstetrical Network”。



您也可以使用手机扫描二维码。

\*iPhone 用户可以打开相机并悬停在二维码上。→



#### 参考资料

- BC Women' s Hospital, Best Birth Clinic Patient Information Booklet: Vaginal birth after cesarean and planned repeat cesarean birth [www.powertopush.ca](http://www.powertopush.ca)
- Ontario Prenatal Education, Vaginal Birth after Caesarean Section <http://www.ontarioprenataleducation.ca/vbac/>
- RCOG, Birth options after previous caesarean section patient information <https://www.rcog.org.uk/en/patients/patient-leaflets/birth-after-previous-caesarean/>
- SOGC, Guidelines for Vaginal Birth After Previous Caesarean Birth <https://sogc.org/wp-content/uploads/2013/01/155E-CPG-February2005.pdf>
- Association of Ontario Midwives, Thinking about VBAC: Deciding what' s right for me <https://www.ontariomidwives.ca/vbac>
- Guise J-M, Eden K, Emeis C, Denman MA, Marshall N, Fu R, Janik R, Nygren P, Walker M, McDonagh M. Vaginal Birth After Cesarean: New Insights.Evidence Report/ Technology Assessment No.191.(Prepared by the Oregon Health & Science University Evidence-based Practice Center under Contract No. 290-2007-10057-I).AHRQ Publication No. 10-E001.Rockville, MD: Agency for Healthcare Research and Quality.March 2010