

女性话题

# 早孕血检 HCG最准确

**【话题背景】**7月24日,童女士觉得身体不适,怀疑自己可能怀孕了,于是到某医院做了检查,医生诊断为盆腔积液、阴道炎和宫颈炎。接受药物治疗后,月经还迟迟未来。8月10日,心存疑虑的童女士再次到医院做B超检查,结果显示子宫内有块暗区,尿妊娠试验呈阳性,证实童女士怀孕了。为什么第一次没有查出怀孕呢?对女性来说,什么时候去做早孕检查才好呢?又做些什么检查才会准确呢?

从生理上来说,女性只要怀孕了,身体里会产生一种激素叫人绒毛膜促性腺激素(HCG),它在受精后第6日开始分泌,一般受精后7日就可在血清中检测出HCG,它的浓度会随着妊娠时间的延长而增高,至孕8-10周达最高峰,持续10日左右后又迅速下降。所以临床上通过检测HCG这一特异性指标来判断是否怀孕了。而检测HCG有尿检和血检两种方法。

尿检HCG是一种定性检查,该方法简便快捷,但有一定的误差率,因尿液中HCG浓度较低,在早孕门诊检查中有可能查不出来。抽血检测血清中HCG的浓度,不但可以诊断妊娠,而且在临床上可以帮助医生判断妊娠时间、胚胎的好坏等,在临床上应用非常广泛。B超也是一种检测妊娠的方式,但最早也要在孕5周以上才能做出诊断。

病例中童女士使用的验

孕棒,因为购买方便,检查方法简单,已被广大女性朋友了解和接受。在早孕门诊检查的病人中,有九成在家中已使用了验孕棒作自检。不过,因为验孕棒产品质量的好坏、尿液样本留取的差异、检测方法的不当等诸多因素,也会造成尿HCG结果有一定的误差。所以建议购买正规品牌的产品,并留取晨尿来检查,以提高准确率。当然确认早孕最可靠的方法还是验血HCG。

因此,对于想要孩子的女性或那些有早期性生活的女孩,当停经时间超过了正常月经周期时,请到正规医院妇科及时就诊。如果有生育要求的女性,在未确认妊娠时,可先观察,避免盲目用药,以免造成不良后果。

长沙市中心医院 刘琴

妇科门诊

## 试纸辨胎儿性别 没科学依据

最近,一款名为“Boy or Girl Baby Gender Prediction Test”的试纸,也称作“婴儿性别预测试纸”在网上走红,据称一分钟就能测试胎儿性别。不少准父母们都抱着试一试的心情买来一试。

据称,这种试纸使用方法很简单,跟测孕试纸差不多,用尿检即可。只要怀孕6周以上,如果检测结果为蓝色,腹中宝宝即为男孩,粉红即为女孩,1分钟就能出结果。

对此,湖北省襄阳市第一人民医院妇产科主任医师郭广林指出,通过这种试纸预测婴儿性别并不科学,也没有任何依据。通常情况下,在女性怀孕后的第七天,尿液中就能测出一种特异性的激素—人绒毛膜促性腺激素(简称HCG)。早孕试纸检测是否怀孕,具有快速、方便、灵敏、特异性高的优点。但通过尿液检测性别,并没有科学依据。男胎和女胎在母体中所分泌的激素差别极其细微,加上母体自身激素的干扰,想要仅仅通过尿液中的激素水平不同来区分胎儿性别,是根本不可能的事。

在目前的医学条件下,一般在怀孕4-5个月左右做B超可以分辨出胎儿性别,但因胎儿体位影响会造成一定误差。还有羊膜穿刺术(即抽羊水穿刺)、绒毛采检术等方法,主要用于对有家族遗传性史的胎儿进行产前诊断,但这些方法都不是无创性检查,可能会造成流产。

杨丽

保健课堂

## 常做家务事 助防卵巢癌

有些女性讨厌下厨房做饭菜,不过,您所不知道的是,最新研究显示,常下厨做饭,可预防妇科肿瘤。

前不久由澳大利亚和我国浙江大学医学院联合进行的一项研究显示,女性经常做家务事,有助于预防卵巢癌。中外专家对900名中国妇女经过2年多的调查研究发现,一位妇女如果一周只做20分钟的家务,基本上没有起到锻炼作用。但是,若每天做3-4个小时的家务,对于预防卵巢癌有相当大的作用。该研究还发现,适量运动不仅有助于预防卵巢癌,同时还可预防其它妇科病,如子宫癌、乳腺癌等。

另外,加拿大公共卫生局的研究人员对442名患卵巢癌的女性和未患卵巢癌但情况类似的2135名女性进行了问卷式的调查,结果显示,那些运动水平最高的女性,其患卵巢癌的危险有了明显减少。适量运动水平最高的女性患卵巢癌的危险减少了33%;总运动水平最高的女性,这一危险减少了27%。

至于具体原因可能是适量的运动阻止了身体过多的脂肪积累,而身体中脂肪的多少会影响到激素的分泌。且适当运动可增强免疫系统的功能,从而降低了妇科疾病的发生。

安徽省中医院 王金山

骨盆底肌肉韧带是支撑肠、膀胱以及子宫的一组肌肉韧带。分娩时,胎儿要通过这里娩出。妊娠期间,由于激素的作用,这些肌肉变得柔软有弹性,加上胎儿的重量,就把它推向向下并显得软弱无力,使准妈妈感到有沉重感、不舒服。

能否恰当地放松这些肌肉,对于分娩过程是否顺利有着重要影响。因此,

## 常提肛 助分娩

增强准妈妈骨盆底肌肉的缩肛练习,是产前锻炼的一项重要内容。

**方法** 想象要中止排尿那样用力地收紧肌肉。为加强锻炼效果,可以想象阴道正在将某物体拉进里面,轻轻往里吸,然后停顿,再用力缩紧,直到再也使不出更大力气为止。此状态维持片刻,然后逐

渐放开。

也可慢慢地增加肌肉的收缩强度,想象在从一层到五层沿电梯而上,然后慢慢从五层到一层逐渐放松这些肌肉,从中学习不同的紧张、放松水平。

缩肛练习每次持续10分钟,每天至少做5次。坐、卧、站立时均可进行。

钱振兴

## 爱穿紧身裤 下身变松垮

许多女生喜欢穿紧身内搭裤,英国物理治疗师萨米·玛戈警告,常穿紧身内搭裤会让肌肉“变懒”,导致腿部、胃部变得松垮,外观看起来更胖。

由于紧身内搭裤紧紧包裹、支撑住大腿股四头肌,以及臀部、肚子核心肌肉,原本身体是靠肌肉在支撑,这样就搭裤取代肌肉功能,使得肌肉越来越松弛,肌肉量也会慢慢流失,下半身反而显得松垮、肥胖。

如果身材已经变形,该怎么办?萨米·玛戈指出,可以透过日常简单运动,重新锻炼肌肉,恢复肌肉力量,例如脚踝负重走路,或反复缩放腹部、臀部肌肉,也可以使用带子辅助训练肌肉。常缩小腹也可以帮助提升腹部肌肉力量。

姜会仁



## 过早束胸 产后缺乳

充足的乳汁是养育健康婴儿的良好基础,发育不全的乳房是不可能产生充足乳汁的。

调查发现,目前有70%以上的女性存在不同程度的乳房发育不全及产后无乳现象。其中女性过早束胸是造成乳房发育不全引起缺乳的重要原因之一。

少女13-15岁时,便可出现初潮月经,乳房渐渐隆起。这时她们往往觉得既好奇又怕羞,便盲目效仿大人进行束胸。殊不知,过早地束胸会导致胸部血液循环不畅,影响乳腺管的扇形扩展,给乳房正常发育设置了障碍。待到年龄成熟,发现自己的乳房扁平而瘦小时,已是后悔莫及了。

山东省平阴县人民医院 副主任医师 博恩