

妊娠与甲亢能否相容?

小彤婚后不久就怀孕了,由于丈夫是家中独子,这个喜讯让公公婆婆都非常高兴。但怀孕4个月时小彤感觉自己出现多汗、心悸、手抖的现象,体重也有些下降。到医院检查,发现竟然患上了妊娠期甲亢!听说妊娠期甲亢对母体和胎儿健康威胁都很大,一家人为此陷入了担忧中。那么,小彤是应该继续怀孕还是该选择终止妊娠呢?

甲状腺功能亢进症,简称甲亢,是一种因甲状腺分泌过多而引起的疾病,特别好发于育龄女性,对生殖健康也有着非常重要的影响。由于妊娠期合并甲亢可能造成流产、早产、畸形儿等严重后果,因此也越来越受到妇产科和内分泌科的关注。

妊娠期甲亢有什么表现?

早期或轻度的妊娠期甲亢患者可以没有任何症状,往往在孕妇去医院做检查时才能发现。有些甲亢

患者的临床表现缺乏特异性,常常与其他一些疾病的表现非常类似,例如妊娠期甲亢患者可以表现为怕热、多汗、甚至低热;或体重减轻、乏力、失眠、烦躁、心率增快或心悸、恶心、呕吐等。这些表现与妊娠早期人体的正常早孕反应也很相似,难以鉴别,或者被孕妇自身忽视;只有病情较为严重时,才会出现多食、易饥饿、排便次数增多、眼球突出甚至甲状腺肿大等典型症状。

妊娠期甲亢对母体和胎儿有哪些危害?

妊娠期甲亢对于妊娠过程中可能造成的影响和疾病包括:心功能异常甚至心衰、甲状腺危象、不明原因和难控制的高血压等;甲亢的患者发生流产、早产、畸形儿的概率也显著高于普通孕妇;母体甲亢后,胎儿发生宫内发育迟缓、甲状

腺功能紊乱、甲状腺肿的可能性也增大,而且,宝宝在出生后被诊断为足月小样儿(体重小于该孕周的正常值)的概率也升高。

是继续怀孕,还是终止妊娠?

发现妊娠期甲亢时,是选择继续怀孕,还是终止妊娠呢?这个问题需要具体分析。如果患者没有出现严重的甲亢并发症和妊娠并发症,如甲状腺危象、妊娠高血压综合征等,仅仅是单纯的甲亢,此时可选择在医护严密的监护下,用不易透过胎盘屏障的药物进行积极的治疗,把甲状腺功能尽快恢复正常,对孕妇及胎儿的危害还是比较小的,可以考虑继续妊娠。

相反,如果孕妇出现了严重的并发症,不终止妊娠往往会危及孕妇生命,此时应该尽早终止妊娠,同时积极治疗甲亢,以挽救孕妇生命。

解放军第306医院妇产科博士 韩磊

开怀大笑 防乳腺增生

每天开怀笑上几次,可让人身体畅快,心情舒展。女性朋友有意识地调节自己的情绪,摆脱糟糕的情绪,对乳房健康也大有好处。

紧张的情绪会导致乳房出现疼痛及乳腺增生。性格内向、长期郁闷的女性,容易招来乳腺疾病,而当人大笑时,可令心血管系统加速运行,胸肌伸展,胸廓扩张,肺活量增大,血液中的肾上腺素会增多。哈哈大笑还有利于开发右脑,帮助女性增加创造性思维,克服思维的局限性。

湖南中医药大学 王小京

不孕不育 查这三项

夫妻生活正常且没有避孕,如果一年以上还没有受孕,就要高度重视不孕不育问题。这时,至少要做三项检查:1、精液检查,看男方精液数量和质量是否有问题。2、做B超检测排卵,看女方有没有正常排卵。3、输卵管造影或宫腔镜检查,看女方的输卵管是否通畅。

需要提醒的是,在不孕不育者中,输卵管不通导致的不孕占30%-40%,而且单纯做普通妇检,查不出输卵管是否通畅,必须通过做造影或者宫腔镜才能检查出来,没有其他检查可以取代。

南方医科大学南方医院 鹿战军

卵巢“倒开花” 做个激素检查

已绝经的女性再次出现阴道出血,这种现象被人们称为卵巢“倒开花”。绝经期女性如果出现了这一现象,务必要到医院做以下检查,以免耽误病情。

一是内分泌检查(即激素测定)。更年期雌激素水平较低,容易造成人体骨量减少和钙质丢失,最终导致骨质疏松和缺钙。早期开展此项检查,可准确把握激素补充的时间,做相关的治疗。另外,如果是体内激素水平上升,尤其是雌激素水平上升,很有可能是卵巢肿瘤在作怪,因为大部分卵巢肿瘤都能分泌雌激素。

二是盆腔B超检查。卵巢、宫颈是女性生殖系统疾病高发区。绝经期女性做盆腔B超检查,可排除女性生殖系统的多种病变,揪出出血的真凶。

广西壮族自治区南溪山医院 张丽武

防哺乳后乳房『缩水』 孕早期早准备

很多爱美的年轻妈妈都有一个共同的苦恼,少女期和哺乳期乳房丰满、挺拔,可孩子一断奶,乳房就变小了。想避免断奶后乳房“缩水”,孕期就要开始做准备。

孕期预防 怀孕期间应随着乳房的增大而选择合适的胸衣,否则,纤维结缔组织难以承受腺体组织的急剧增长,易致使乳房下垂。

断奶讲究 用一些抑制乳汁分泌的食物,如韭菜、麦芽水等,达到退奶的效果,或者通过逐渐减少喂奶的次数和量来达到戒断的效果。

乳房按摩 一种方法是每晚临睡前或早晨起床前,将一只手的食指、中指、无名指并拢,放在对侧乳房上,以乳头为中心,由乳房外缘向内侧画圈,两侧乳房各做10次,能促进乳房局部的血液循环,增加乳房的营养供给,促进雌激素的分泌。另一种方法就是冲凉时,用莲蓬头以环形冲刷胸部,水温不可太烫,这样能使乳房变得更

有弹性。

做俯卧撑 坚持做俯卧撑、扩胸运动,使胸部的肌肉发达有力,能增强乳房的支撑作用,防止乳房下垂。

广东省妇幼保健院 整形美容中心 胡葵葵

停药短效避孕药 来一次月经后就可要孩子

常用的口服短效避孕药大多是含有小剂量雌、孕激素的复方制剂,属于新一代口服避孕药,具有停药后生育力立即恢复的特点。一般来说,停药第一周即有70%的妇女恢复排卵,3个月内有90%的妇女恢复排卵。停药后药物对胎儿几乎无影响,新生儿畸形发生率不会增加。因此,停药后可立即妊娠。

服短效低剂量的避孕药,停药后只要来了月经,说明这个时候体内的药物已经代谢了。但是,如果

服用的是长效口服避孕药,由于药物在身体里有蓄积,必须转为服用3个月的短效避孕药后,消除长效影响,才能考虑怀孕。

广州市红十字会医院 邓敏端

经期护嗓“三不”

女性的声调普遍比男性要高,这是女性第二性征的一种表现。月经期,体内性激素变化,导致声带轻度水肿,黏膜下血管扩张,严重者声带增厚、松弛、充血,出现嗓音沙哑、声音沉闷、喉肌张力减弱、唱歌时费力、发高音困难等,这时声带如过度疲劳,或咽部运动过量,声带毛细血管就容易发生破裂,造成声带出血和声音嘶哑。月经干净后,声音即恢复正常。

不发怒 有经前期紧张综合征的女性,在月经将至时情绪易激动,此时,应注意控制负面情绪,不要动辄发怒,以保护嗓子。

不练声 对经血量多的患者来讲,经期最好停止练声和演唱,否则,发音时膈肌和腹肌收缩,使腹压升高,对充血的盆腔不利。即使平时嗓音较好,经期嗓音无变化者,对演唱的时

间、音调和强度等也应适当掌握,若有慢性喉炎、声带小结以及声带出血等疾的演员,月经期间也应停止练声和演唱。

不吃刺激性食物 要注意劳逸结合,避免上呼吸道感染,不要吃刺激性的食物,如辣椒、胡椒粉及咖啡、浓茶等,戒除烟酒。

但也有个别女性,月经期间发音效果反而比平常要好,此类特殊情况实际上是一种假象。事实上,这种人的声带往往原来就有一些缺陷,如声带闭合不紧等。由于月经期间的充血,水肿等现象反而使之得到了弥补,音色比平时显得好听。但这种反常现象是短暂的,若在月经期间过度用嗓,对声带也会造成伤害,也应注意以上“三不”。

中南大学湘雅医院 邓玉兰