

不想怀孕 上了“环”并非一劳永逸

胡女士今年31岁,生小孩已经5年,因暂未考虑生二孩而放置宫内避孕环至今,无特殊不适。可是这个月胡女士月经迟来10天,有些担心的她来到医院检查,结果尿妊娠试验为阳性,经过B超检查诊断为带环怀孕。医生为胡女士进行了人流手术同时取出避孕环。

避孕环也叫宫内节育器,是一种放置在子宫腔内的避孕装置,由于最初期多是环状的,通常也叫节育环。节育环有很多种类,从成分来说,有金属环、药物环;从形态来说,有T型环、圆型环,有带尾丝的环和不带尾丝的环。医生会根据每个人的具体情况来决定放环种类。

上环后,节育环和身体有个适应的过程,可能会出现一些不良反应,出现这些反应后要及时到医院检查治疗。

大量或长时间出血

放环后短期内少量出血是正常的,这是由于安放避孕环刺激或擦伤了子宫内膜,但一般很快就能修复,出血一般持续数日,血量不超过月经量,不需处理。但是也有放置避孕环后大量出血或长时间出血的情况就要及时去医院检查。

腹部疼痛

上环后一部分女性会出现下腹或腰背部的酸痛不适,这是因为放置于子宫内的避孕环对子宫来说是异物,尤其是避孕环偏大或位置较

低时,子宫为排出这异物产生收缩,引起宫缩痛。

月经不调

放宫内节育器后可能会出现月经周期延迟、月经周期缩短、月经过多或者出现不规则的阴道出血,有时还会伴有腰痛、腹痛、下坠,阴道分泌物过多出现异味等现象。

带环怀孕

放置宫内节育器是比较理想的避孕方法,有效率达90%以上。但也有少数女性在放置后仍会怀孕,其原因包括:节育器已脱落,但本人未察觉,这是造成避孕失败最常见的原因;节育器放置的位置较低,靠近宫颈口,起不到抑制受精卵着床和发育的作用;宫内节育器的大小和宫腔的大小不适应,或节育器已变形甚至断裂,失去避孕作用。

此外,节育环只能阻止子宫腔内的正常怀孕,而不能预防子宫外的异常怀孕,也就是通常说的宫外孕。因此,宫内放置了节育环的女性应定期做体检,出现异常要咨询医生,查明原因,及时处理。



在月经干净后3-7天内放环

放环的时机有严格要求。一般要求在月经干净后3-7天内进行。月经干净后3-7天是所有妇科操作的黄金时间,既能把急性感染、继发妇科慢性炎症等操作风险降至最低,又能避开月经期经血的干扰、很好地观察操作后阴道出血的病情变化。顺产者宜在产后3个月后放环,剖腹产者最后等半年之后放,这样能尽可能地减少操作导致生殖道逆行感染的发生风险,又能减少上环后脱离的几率。

此外,还应注意上环前的这个月经周期内不能有性生活;血、尿常规、阴道清洁度、B超等术前检查正常;术前签署上环知情同意书。

湖南省第二人民医院 刘莉

孕早期出血 原因多多

一般说来,妊娠早期出现的阴道出血,较多见的原因有以下情况:

生理性出血 受孕后,有的女性可能会在停经时仍有少量的出血,一般无其他伴随症状如腹痛、经期不适感等,可能是孕卵着床时的一种生理反应。这种情况不需治疗,只要保持外阴清洁即可。

流产 当蜕膜出血,使胎盘和子宫壁分离,并刺激子宫引起收缩,宫颈扩张,血液从子宫流出。这种流血多伴有下腹疼痛,流血量由少到多,颜色由暗到红,腹痛由隐痛逐渐发展到较剧烈疼痛。

宫外孕 当受精卵发育到一定程度,会使输卵管壁发生破裂而出血。由于这种出血是流在腹腔内,经阴道流出的血并不多。但这种失血往往会发生突然晕厥、休克等,救治不及时可危及患者生命。

葡萄胎 葡萄胎流产一般开始于闭经的2-3个月。流血多为断断续续少量出血,但有的患者可反复多次大量流血。

劳累压力大 孕早期如过于劳累、工作压力大,也可能引起阴道少量出血。

此外,像子宫颈息肉、子宫颈癌、前置或低置胎盘等,也可引起阴道出血,但这类出血多属外力作用或接触性出血,如性交时出血、便秘时出血等。怀孕初期如出现阴道出血时要引起重视,及时到医院诊治。

胡佑志

介入治疗 留住子宫

随着医疗技术的发展,尤其是介入学科的兴起和成熟,过去不少只能手术“摘除”的妇科疾病如今可以通过介入方法治疗,不仅预后快、效果好,更能留住子宫。

子宫肌瘤的介入治疗是在患者的一侧大腿根部穿刺一针,将一条特制的导管插入子宫肌瘤的供血动脉,应用栓塞剂进行栓塞,阻断肌瘤的血供,达到阻断肌瘤营养供给的目的,肌瘤就会缺血缺氧,然后坏死,体积萎缩后机体慢慢吸收或直接脱落。

疤痕妊娠、前置胎盘、胎盘植入都有可能引起严重的大出血,这些疾病可以通过介入治疗,即行子宫动脉栓塞术把血管堵住,再行进一步处理,有效地避免了大出血,不用担心会面临选择要不要切除子宫了。

与传统手术相比,介入治疗创伤小、恢复快,而且其最大的优势是能够保留子宫脏器及其功能,对于年龄小、有生育需求的患者,不会影响其以后的生育;对于年龄大,不想切除子宫的患者,不仅能改善症状,而且不用经历手术切除的较大创伤和痛苦,以及失去子宫的心理压力。

南京市第二医院 薛晨祺 王涌臻

水中加点“料” 洗脸更白嫩

我们每天洗脸,可让自己的皮肤变得更干净一些。其实,每次洗脸时在洗脸水中稍放一点东西,就可以让我们的皮肤变得白嫩、细腻、有弹性,不妨一试。

食盐 食盐不光有杀菌的作用,还可以去除脸上的油脂。特别是油性肌肤的人,长期使用可以清除脸上的油脂,这样脸上就不易长痘痘了。

食醋 醋可以让皮肤变得光滑有弹性,因为醋可以改变肌肤的酸碱度,

长期用它洗脸我们脸上还不易长痘。

绿茶 如果你经常在电脑前工作,洗脸的时候在水中适当放一点绿茶,可以有效抵抗辐射,也可缓解我们皮肤的干燥状况。长期使用还可以让你的肌肤毛孔变小。

蜂蜜 如果是干性皮肤,可以在洗脸的时候加一点蜂蜜,洗时轻轻拍打脸部,长期使用,可以让你的肌肤细腻富有弹性,干燥皮肤也会慢慢消失。

中南大学湘雅医院 盛霞



妇科私密

43

刘女士咨询: 我刚生完宝宝2个月,最近频繁出现腰背酸痛,开始以为是喂奶时腰部着凉导致,加了衣服后,依然没有缓解。不知道该如何应付这种状况?

厦门市妇幼保健院曾丽梅回复: 女性分娩后或多或少都会出现不适的情况,尤其是月子期间缺乏科学保养的女性,容易出现腰酸背痛等情况,那么,产后腰痛的缓解方法有哪些?下面就让我们一起来了解一下吧。

注意合理饮食 多加补充富含钙质的食物,避免因为骨质疏松而引起腰痛。

保持充分的睡眠 产后的床垫不宜太软,并以侧卧为好,且需经常换卧床姿势。

及时到医院进行检查 如果女

产后腰痛怎么办?

性产后腰痛得厉害,无法忍受,就一定要到正规的医院进行检查,查明病因,针对性的进行治疗。

坐好月子 女性月子坐不好不仅会有腰酸现象出现,还有可能导致子宫脱垂、炎症侵袭等。对于女性而言,轻视坐月子,就是轻视自己的健康。

经常活动腰部 女性产后2周就应开始适当地活动腰部,使腰肌得以舒展,可以做一些仰卧起坐的活

动等,同时劳逸结合也很重要。此外,还要避免提过重的物品,不要过早穿高跟鞋。

【微信有奖问答】

女性产后____周就应开始适当地活动腰部,使腰肌得以舒展,可以做一些仰卧起坐的活动等,同时劳逸结合也很重要。

【参与方式】 通过本报微信每周二下午参与活动,读者可在大众卫生报报纸头版扫描二维码,或添加本报微信号 dzws001,并提交正确答案。本报每周将从回答正确的读者中选取10名,由湖南喜玫瑰医药生物科技有限公司免费送出价值49.6元的玫瑰绽放高档卫生巾礼品装一份。

(注:此活动本报职工不参与)

栏目协办单位

玫瑰绽放 卫生巾

重新选择 从芯出发

湖南喜玫瑰医药生物科技有限公司

官网: <http://www.ximeigui.com.cn>

总部电话: 0731-89783678