

妊娠高血压

胎盘早剥主要诱因

小卫怀孕近七个月时脚肿得很明显,去医院检查发现血压140/100mmHg(毫米汞柱),尿蛋白(+),诊断为妊娠期高血压综合征,建议住院观察。可小卫觉得怀孕脚肿很常见不需住院,三天后,小卫突感头晕、剧烈腹痛,下体流血,家人将她急送医院抢救,幸好救治及时才母子平安。医生说,小卫是因妊娠高血压引起的胎盘早剥,如果送医不及时,很有可能发生凝血功能障碍而危及母子生命。

妊娠高血压是胎盘早剥主要诱因

胎盘血运丰富,血窦很多,是胎儿与母体进行物质交换的场所,通常它会在胎儿娩出后从子宫自然剥脱,这时胎盘就圆满地完成了任务。但是,如果在妊娠20周(5个月)后或分娩期,正常位置的胎盘在胎儿娩出前就部分或全部地从子宫壁剥离的话,就称为胎盘早剥。

胎盘早剥的发病原因,可能与血管病变、机械因素、宫腔压力骤减、子宫静脉压力突然升高等因素相关,通常认为排在首位的诱因为妊娠高血压疾病。此外,外伤、性交、胎膜早破、脐带因素等,也有可能引发胎盘早剥。

胎盘早剥多数起病急,发展迅速而凶险,如果处理不当的话,随



着胎盘剥离面积继续扩大,出血可继续加重,从而发生凝血功能障碍的危险性也逐渐增大,严重威胁到母婴健康。所以,应提高对胎盘早剥的重视程度,注意孕期血压监测,发现问题及时处理。

孕中晚期腹痛、阴道出血及时就诊

孕妇发生胎盘早剥后,通常主要表现为两种症状,一是阴道出血,二是腹部疼痛。但又由于胎盘早剥的临床特征差异较大,典型的胎盘早剥诊断并不难,但很多时候我们都会碰到不典型的胎盘早剥,常会因临床特征不明显而影响了早期的诊断。

有些胎盘早剥的孕妇仅出现有少量的阴道流血或持续少量阴道出血,伴腰痛、腰骶部酸胀痛等时,容易被误以为是先兆早产或临产;

有些附着于子宫后壁的胎盘早剥,出血不多,腹部体征不太明显,可能仅表现为腰酸或深部盆腔的持续性疼痛,再加上宫缩的掩盖常给诊断带来困难。

为了明确诊断,我们通常需要医生的检查并辅助B超、电子胎心监护等的帮助。一旦确诊胎盘早剥,应立即终止妊娠。

所以,孕妇在孕中晚期如出现有腹痛、阴道出血等症状时,切不可麻痹大意,应及时就诊,并高度注意胎动情况,到医院后尽可能详细地向医生提供一些信息,如腹痛的特点、持续的时间、出血量的多少、诱因等,积极配合医生的诊治,一方面争取时间抢救胎儿,避免胎死官中,另一方面也可以防止病情继续恶化,力求将危害降到最低。

广东省妇幼保健院 林惠芳

孕妇适量吃荔枝不会引起流产

“一骑红尘妃子笑,无人知是荔枝来”。眼下正是荔枝上市的季节,荔枝鲜嫩多汁,味道甜美,是人们最喜爱的水果之一。然而,很多人说吃荔枝容易“上火”,特别是孕妇吃了会导致流产,这是真的吗?

其实,荔枝本身并不存在导致流产的物质,适量食用不会导致流产,只是荔枝含糖量较高,吃多了容易导致血糖上升,孕妇大量食用荔枝,可能会造成血糖浓度过高,易孕育巨大胎儿。

孕妇吃荔枝应注意这几个方面:每天不超过200克(10颗左右);吃荔枝前后适当喝点淡盐水、凉茶或绿豆汤,可以预防中医所说的“上火”,或者把新鲜荔枝去皮浸入淡盐水中,放入冰柜里冰镇后食用,不仅可以预防“虚火”,还具有醒脾消滞的功效;最好是在饭后半小时再食用,不要空腹吃荔枝;原本患有溃疡性结肠炎、热性便秘和痔疮、上呼吸道感染和咽喉炎、牙龈肿痛,或者患有糖尿病的孕妇吃荔枝要相当谨慎,最好不要吃。

湖南省第二人民医院 刘莉

三招减轻孕期尿频

尿频几乎是每个孕妈妈都会经历的一个尴尬现象,孕妈妈们半夜常常因憋不住尿而打断了美梦;出去逛街时,也可能会遭遇尿急时找不到洗手间。孕期该如何减轻尿频带来的尴尬呢?

夜间少饮 排除尿道感染外,增大的子宫会对膀胱造成压迫,造成尿频、尿急症状,属于孕期正常现象。孕妈妈可在白天增加水分摄入,临睡前少喝水,可减少夜尿频繁现象。有些孕妈妈为了减少上厕所的次数,干脆少喝水,甚至口渴了才去喝,这是不科学的,口渴说明已经严重缺水了,如果人体长时间处于这样的状态,对健康是很不利的。

及时排尿 有尿意时应排空,不宜憋尿。憋尿时间太长,不仅会影响膀胱功能,还可使泌尿系统细菌繁殖加快而出现感染,一旦出现泌尿系统感染时,若得不到及时处理,可给母婴带来不良的妊娠结局。

外阴清洁 孕期应每天用温水清洗外阴,选择棉质的、透气性好的内裤。

上海中医药大学附属龙华医院 肾内科副主任 王琳

剖宫产和子宫肌瘤不宜“一刀切”

临床上常有孕妇问,原先有子宫肌瘤,怀孕后能否直接做剖宫产,顺便把子宫肌瘤一起切了?

一般情况下,妊娠合并子宫肌瘤不是剖宫产的手术指征,不要为切除子宫肌瘤而去做剖宫产,原则上是不建议在剖宫产的同时行肌瘤剔除术的,除非是蒂蒂的浆膜下子宫肌瘤。所谓的“两刀并一刀”的说法是不成立的。

其主要原因有两点,一是很容易引起大出血,二是术后发生感染的风险增加。

在妊娠晚期,子宫的血供非常丰富,如果要行肌瘤剔除的话,容易发生难以控制的快速出血。临床研究发现,如果在剖宫产时行子宫肌瘤剔除术的话,会有20%-30%的患者因为出血量大而需要输血,少数患者会因为失血量大,而不得不行子宫切除。

怀孕的子宫和非孕期的子宫有很大的不同,即使是成功切除了肌瘤的瘤核,但是在缝合瘤腔的时候,经常会在瘤腔内有积血存在,这会导致感染的风险增加。

吉林大学第一医院产科 副主任医师 李娜

夏季少戴合金首饰

进入夏天,气温逐渐升高,对于女性朋友和年老体弱者,应加强自我保健,注意以下几方面的问题。

不乱喷香水 喷了香水的部位,经太阳光线照射会引起化学变化,产生红肿刺痛,严重的还会发展成为皮炎。香水最好喷在太阳穴、耳后、颈后、肘内侧、手腕、膝内侧和裙下摆的里侧等避开阳光直射的部位。

少戴合金首饰 夏天出汗较多,金属首饰如耳环、项链和手镯中所含的镍、铬易溶于汗水中,并能渗入皮肤内引起接触性皮炎。

不久穿长筒袜 久穿长筒丝袜,不仅不利于毛孔的舒张,影响汗液排出,且汗液中的皮肤代谢产物还会刺激皮肤发痒,甚至发生皮肤炎症。

适当午睡 夏日昼长夜短,天气炎热,是消耗体力较多的季节,要注意补充水分,多喝水,适当午休,可助恢复疲劳,有利于健康。

注意补钾 夏季人体大量排汗,钾元素随汗液排出,若得不到及时补充,会导致人体倦怠疲劳、精神不振。钾元素可以从日常饮食中摄取,如粮食以荞麦、玉米、红薯、大豆等含钾元素较高;水果中香蕉含钾元素最高;蔬菜以菠菜、苋菜、香菜、油菜、甘蓝、芹菜、大葱、青蒜、莴苣、土豆、山药、鲜豌豆、毛豆等含钾元素较高。

山东省平阴县卫生局 朱本浩

