

# 子宫切口愈合不良 影响再孕

杨女士两年前生头胎是剖宫产,因为是瘢痕体质,切口上有一道很明显的疤痕。杨女士现在想备孕二胎,可她担心切口长得难看,会不会影响到生二胎?其实,皮肤上的疤痕长得难看,并不代表子宫切口愈合就差,而皮肤切口长得漂亮,也不说明子宫切口就恢复得好,主要是看子宫恢复情况,是否形成了疤痕憩室。

## 做个B超评估子宫切口

很多做过剖宫产的女性,会发现生完孩子以后月经期延长了,最后几天淋漓不尽,伴小腹坠胀的感觉,去做妇科B超,会发现在子宫切口的位置有一个“暗区”,这种情况叫做疤痕憩室或疤痕缺损,是因感染、胎膜早破、产程异常、前置胎盘、妊娠期高血压疾病及糖尿病等引起子宫切口愈合不良而形成

的。剖宫产次数越多,出现疤痕憩室的几率就越高,做过3次剖宫产的,几乎100%会出现这种情况。

## 子宫疤痕憩室对再孕的影响

子宫切口愈合不良在剖宫产后女性身上是非常多见的。所以剖宫产对于女性的影响,不仅仅是这一次手术当时的风险,还可能会影响到以后的生活。

已经明确的影响,主要是增加不孕的风险以及疤痕处妊娠的风险。就是说,疤痕憩室越大,发生不孕的风险也会随之升高;另外,胚胎着床在疤痕处的风险也会有所升高。

因此,如果头胎剖宫产发生了疤痕憩室的女性备孕二胎时,未避孕的情况下一年还没有怀孕,就应该去医院诊治。另外,如果怀孕了,即使没有任何症状的情况下,

早孕期也要做一次B超排除疤痕处妊娠的情况。

## 愈合不良的子宫破裂几率低

很多女性担心切口愈合不良时,子宫肌层变薄,怀孕晚期子宫会不会破裂呢?这种担心有一定道理。理论上讲,如果再次妊娠,随着胎儿发育增大有可能会引起子宫切口处变薄而造成子宫破裂,从而引起大出血而危及孕妇及胎儿生命。子宫肌层越薄,子宫破裂的风险越大。但从临床观察,虽然存在切口愈合不良的现象较多见,但疤痕子宫破裂的情况还是非常少见。

在此提醒做过剖宫产的女性,如果检查发现有切口愈合不良,怀孕是可以的,甚至想顺产也并非不可能,但要重视孕期检查。

杭州市第一人民医院产科  
主任医师 王志华

# 高龄妊娠 对母婴影响大

临床实践表明,女性最佳生育年龄为24-28岁,这一时期女性已完全发育成熟,卵子质量最好,盆内韧带和肌肉弹性最佳,子宫收缩力强,这个时期生育,流产、早产、畸形和唐氏儿的发生率也最低。年龄超过35岁怀孕称高龄妊娠,与适龄妊娠女性相比,高龄妊娠发生各种疾病的比率增加了2-4倍。

**流产早产率增加** 高龄孕妇染色体易发生异常,在妊娠早期自然流产发生率大为增高。高龄妊娠第一胎时,流产率可达20%,是适龄妊娠女性的2-4倍,且高龄孕妇子宫内环境相对较差,在妊娠晚期容易发生异常,使胎儿提早出生,其发生率是适龄生育女性的4倍。

**难产发生率增加** 女性年龄过大,会阴及骨盆的关节变硬,分娩时不易扩张,子宫收缩力和阴道伸张力也较差,导致分娩速度慢,分娩时间长,容易难产。

**乳腺癌发病率增加** 35岁以上初次生育的女性,乳腺癌的发生率比30岁前初次生育者大,而且年龄越大发生率越高。

**产后身体恢复慢** 女性在35岁以后,全身组织器官机能开始减退。产后不仅易发生各种疾病,且内分泌对身体的调整及生殖器官的恢复能力也会减弱。

**心理状态不佳** 35岁以上的女性,孕育胎儿时的心理负担要比适龄孕妇增大,加之社会和家庭的压力,容易使精神处于紧张状态,不利于自身健康和胎儿生长发育。

北京朝阳医院急诊科 张放

# 阴道瘙痒 “洗洗”可能更严重

引起女性阴道瘙痒的原因一般有两种,一是有炎症,二是自身功能下降。

当阴道发生炎症时,病原菌或分泌物的刺激会造成局部瘙痒,感染者反复清洗并不利于病情康复。正确的做法是到医院做相应的检查,确认疾病的种类,采取相应的治疗措施。而擅自冲洗,有可能使自身的抵抗力变得更糟糕,加重病情。

“痒”还有可能是外阴皮炎或者营养不良,甚至可能是子宫萎缩,无论是哪种情况,都不是“洗”能解决的。

如果是外阴皮炎,一般刚洗的时候会感觉舒服,但是多次清洗反而会导致皮肤更加干燥,加重痒的感觉。再如一些老年人,其阴道、外阴的功能下降后,皮脂腺分泌减少,会发生局部瘙痒,这时清洗私处,将会进入干痒难耐的恶性循环。

另外,清洗还有可能对阴道自身的免疫力有所损害。因为阴道呈弱酸性,本身就有自净功能,里面驻扎的正常菌群,比如乳酸菌可以抵抗外来病原菌入侵。而反复清洗会改变阴道环境,削弱阴道自身免疫功能。尤其是阴道内部的冲洗破坏性很大,所以无论是阴道还是外阴,都不提倡反复冲洗。

还要注意的,偶尔出现阴道瘙痒,如果几天就恢复了,那就是短暂的、生理性的,无需处理;而长期的阴道瘙痒,甚至痒得睡不着,就应该引起重视,一定要到正规医院诊治。

湖南省第二人民医院 刘莉

# 乳房胀痛 或是颈椎病惹祸

很多女性在月经来潮或孕期,因雌性激素水平增高、乳腺充血,引起乳房胀痛和压痛。可48岁的王老师已经是更年期,最近1个月常常感到右侧乳房胀痛,到医院检查发现,王老师乳房胀痛是因为颈椎病所致。

临床上因颈椎病引起顽固性乳房胀痛的女性并不少见,称为颈性乳房胀痛,是女性因睡眠时体位不正、长期劳损或外力牵拉损伤导致的颈椎退行性病变,压迫和刺激了颈神经根,导致附近的软组织痉挛、水肿、变性而发生乳房慢性胀痛。颈性乳房胀痛的高发人群包括

长期伏案工作的女教师,长期肩部负重的女工人,以及易遭受外力损伤的女运动员等。

颈椎病引起的乳房胀痛多为慢性疼痛,疼痛的程度往往和颈部位置有关。患者开始会觉得一侧乳房或胸大肌间断隐痛或刺痛,向一侧转动头部时最为明显,有时疼痛难以忍受。除乳房疼痛外,还有颈、枕、肩部疼痛和不适。患者颈部活动受限,胸大肌有压痛。因此,与月经周期和孕期无关的乳房胀痛应引起注意,及时到医院明确原因。

山东中医药高等专科学校 吕荣华

# 定期大口喝水 防孕期便秘



黄女士今年29岁,怀孕4个月,最近经常便秘。黄女士平时比较注意饮食,常喝水,但还是发生了便秘。那么,孕期到底该怎么样防治便秘呢?

怀孕后,胎盘分泌大量的孕激素,使胃酸分泌减少、胃肠道的肌肉张力下降及肌肉的蠕动能力减弱,吃进去的食物在胃肠道停留的时间加长,食物残渣中的水分被肠壁细胞重新吸收,粪便容易变得又干又硬,容易引起便秘。

防治孕期便秘的关键是注意合理饮食,多吃高纤维的蔬菜、水果和粗杂粮,清淡忌辛辣,切勿暴饮暴食;每天注意饮水,可在固定的

时间里大口饮水,使水尽快到达结肠,使粪便变得松软,容易排出。

其次,养成良好的排便习惯,每日定时排便,最好安排在早餐后,这样时间一长就可以形成排便反射。平时生活中要有适度的运动量,散步、做较轻松的家务,都可以增强孕妇的腹肌收缩力,促进肠道蠕动,预防或减轻便秘。

从中医角度讲,紧张、压力、焦虑等都会导致气机失常,以致肠道的腑气不通而发生便秘或欲便不出。因此,保证充分的休息和睡眠,保持良好的精神状态和乐观的生活态度,对防治便秘十分重要。如果便秘情况严重,建议及时就医,遵医嘱口服缓泻药物,如乳果糖、果导片等。

南京市妇幼保健院  
孕期营养门诊 戴永梅