

■ 女性话题

秋瓷炫产后痉挛发作 高龄产妇要勇闯“四道关”

韩国籍演员秋瓷炫在新版《乌龙山剿匪记》中，出演军统女特务四丫头，给观众留下深刻印象。近日，37岁的秋瓷炫产下宝宝，其产后出现了痉挛症状，现在医院接受治疗。湖南省第二人民医院中医科李永贵主任医师解释，从中医角度来说，“产后发痉，实由亡血过多、津无所养而致；若大补气血，多保无虞。”意思是说，产妇在分娩过程中因失血、出汗较多、身体能量消耗大，而容易出现虚弱乏力甚至四肢抽搐等症状和不适，需要进行治疗调养。

医学上将35岁以上的孕产妇称为“高龄孕产妇”。37岁的演员秋瓷炫属“高龄初产”，其在孕产过程中比适龄女性更具有挑战性和危险性。李永贵主任医师介绍，产妇特别是高龄初产妇需要警惕产后出现以下这四种情况，它们堪称产后妈妈的四道难关。

产后大出血严重威胁产妇生命

产后24小时内出血量超过500

毫升称为产后出血过多，常见的原因包括宫缩乏力、软产道裂伤、胎盘因素及凝血功能障碍等。产后出血时产妇可能出现头晕乏力、嗜睡、食欲不振、腹泻、脱发、畏寒、四肢抽搐等，而短时间大量的出血会造成产妇休克而危及生命。

产后妈妈要严密观察阴道出血情况，一般自己不太好准确估算出血量的话，如果每小时能浸透一片超大的卫生巾，则可能是产后出血，特别是出血量大时应及时就医，查明原因并进行相应的处理。

产褥期感染对产妇健康影响大

产妇在产褥期因生殖道的创口受致病菌感染，可能引起局部或全身的炎症变化，包括急性外阴、阴道、子宫颈、子宫内膜、子宫附件等的感染，当感染严重时可引起产妇脓血症、败血症等，出现肺、脑、肾的脓肿或肺栓塞而致死。

产妇出现尿频、尿急、尿痛、

发热、腹痛、分娩伤口持续疼痛等表现时应引起重视，及时就医。

突发心脏病可导致产妇猝死

当胎儿娩出、胎盘排出后，产妇产宫体积骤然缩小，血液流向其他脏器，如本身患有二尖瓣狭窄等心脏疾患的产妇，产后很可能引起急性肺水肿、心力衰竭，救治不及时会导致死亡。

因此，产妇在产后应严密观察，如感觉胸痛、心悸、平躺时有呼吸困难，严重的头痛，视力变化，或咳血时，应该立即送医。

产后抑郁问题不容小觑

近年来，产妇因产后抑郁而发生的事件多见于媒体，产后抑郁问题不容小觑。家人应多多陪伴产妇，给予其关心关爱，营造和谐愉快的家庭氛围。发现产妇有焦虑、闷闷不乐等情绪时及时开导，必要时请专业医生疏导。

刘莉

本版协办单位
长沙市妇幼保健院
湖南省长沙市雨花区城南东路416号
电话: 0731-84136959
网址: www.cssfybjy.com/

分泌物带血 警惕四种疾病

临床上很多出现阴道分泌物（白带）带血症状的女性都会查出不同程度的妇科疾病，大多数情况下，白带出血具有很强的疾病警示意义，即病理性白带出血需要引起格外的注意。

内分泌失调 女性因精神压力、饮食习惯及服用避孕药等因素导致的内分泌失调现象，在长期演变中可能出现白带带血症状。

阴道炎 由于清洁卫生不当、病原菌感染或者其他因素引发的阴道炎，诸如霉菌性阴道炎、老年性阴道炎等，都有可能并发白带带血症状。

宫内异物 宫内放置避孕环是最常见的避孕方法之一。避孕环作为一种异物在宫内可能引起子宫内膜出血，部分女性初放置的一段时间内有少量、短时间的出血，而有些女性出血时间长，这时，应视出血情况根据医生的建议选择是否需取出避孕环。

宫颈疾病 宫颈息肉、宫颈炎等慢性宫颈疾病，常常伴有白带异常、带血丝，且在性生活后出血明显增多，极易被当作月经出血而忽略。其次，宫颈柱状上皮异位这种特殊的生理现象，即我们常说的“宫颈糜烂”，也会造成接触性白带带血症状。另外，因不洁性生活，或者流产等原因造成的宫颈损伤，易诱发宫颈炎，进而引起白带性状变化，严重者出现白带带血。

河北省广宗县李怀乡医院
田存肖

每天好心情 预防乳腺病

俗话说“笑一笑，十年少”，对于女性朋友来说，笑一笑不仅仅可葆青春，还对女性最害怕、担心的乳腺疾病，有着不可忽视的效果。

内分泌失调是导致乳腺疾病的重要原因。乳腺增生、乳腺癌、纤维腺瘤等等都与心理有着密切的联系，如紧张的情绪会导致出现乳房疼痛及乳腺增生；性格内向、长期郁闷的女性，更有可能招来乳腺疾病，如果再因为患病使情绪更加不好，只会造成疾病与坏情绪的恶性循环。

保持好心情，每天大笑，能有效预防疾病，特别是对于女性朋友易患的乳腺增生、乳腺癌等良性乳房疾病，颇为有效。也有些观点认为，必须是每天对着镜子开怀大笑3次。其实，不一定局限于这个方法，大笑的目的是要达到身体畅快、心情舒展的效果，有了这种效果，即使不对着镜子，不刻意大声笑也是一样。关键是女性朋友在工作、生活中能有意识地调节自己的情绪，迅速摆脱糟糕的情绪，保持良好的心态，就是对乳房最及时的保护。

河北省唐县人民医院
徐卫会



产前3个月 孕妇奶粉不宜多喝

奶就容易拉肚子的人，喝孕妇奶粉也可能引起腹泻，可先将奶粉稀释后少量饮用，然后循序渐进慢慢增加浓度，让身体有个适应的过程。

对于孕妇奶粉的挑选，要根据个人的需求来定，比如孕期反应强烈或胃口不好、平时膳食中营养摄取不够的孕妇，可选择高脂类奶粉；膳食鱼肉较多者，最好选择低脂类奶粉，以免脂肪摄入过多而造成孕妇和胎儿的体重增长过快。

另外，产前3个月不建议多喝孕妇奶粉，以免营养过剩、胎儿过大而造成分娩困难或并发妊娠糖尿病。不要认为孕妇奶粉营养好就大喝特喝，最好在营养专家的指导下，根据胎儿发育情况适时做相应调整。

南方医科大学中西医结合医院
妇科 曾朝阳

孕妇奶粉，即在牛奶的基础上添加了孕期所需要的营养成分，如叶酸、铁质、钙质、DHA等。孕妇奶粉到底要不要喝？在什么情况下喝比较好呢？

孕妇在早孕期，如果妊娠反应大，食量小的孕妇在食物补充不能满足的情况下可适量喝孕妇奶粉，补偿早孕反应造成的营养缺失，保证胎儿前3个月发育的营养需求。平时喝牛

有宫外孕史 做试管婴儿宜选囊胚移植

宫外孕，就是受精卵一不小心走错道，或者没到目的地就停了下来，着床在子宫以外的地方，就是俗称的“宫外孕”，医学上叫“异位妊娠”。

正常情况下，精子和卵子在输卵管结合成为受精卵之后，输卵管壁上的纤毛会通过摆动的方式，缓缓地将受精卵推向子宫。在向子宫进发的过程中，受精卵会经过裂胚、桑葚胚阶段，随后在细胞团里出现囊腔，也就是囊胚。囊胚进入宫腔后，会找个舒服的地方着床。

试管婴儿是取夫妻双方的精子

和卵子至体外，在胚胎学家的温柔呵护下进行体外受精，在模拟子宫环境的培养箱里培养，在取卵术后的3天（裂胚）或5~6天（囊胚）再把胚胎移植回子宫腔里面。那么，曾经出现过宫外孕的人，做试管婴儿会不会再次宫外孕？

其实，若选择移植裂胚，宫外孕的发生几率与自然妊娠相仿，因为胚胎需要在子宫腔里继续生长，变成囊胚以后才能着床，这中间要2~3天的时间，这段时间里还是有可能发生宫外孕，尤其出现过宫外孕

的女性，这种几率不会因为做试管婴儿而降低。

而移植5~6天受精卵（囊胚）的女性，宫外孕的发生几率会明显的降低。因为囊胚的着床率比较高，在较短的时间胚胎就完成了着床的过程，在这有限的时间内，体积较大的囊胚移动到宫外的几率也大大降低，因此囊胚移植的妊娠率也增加了。有宫外孕高危的患者，建议行囊胚移植。

长沙市妇幼保健院生殖中心
肖亚玲