

多次自然流产

早行遗传学咨询和检查

小王今年32岁，之前已有一个孩子，现在特别想生二孩。无奈的是，夫妻俩尝试了很久，但两年来反复流产了3次，这让小王和丈夫很是焦虑，他们来到医院咨询。行外周血染色体检查发现小王丈夫的染色体核型正常，但小王的染色体平衡易位。医生解释，平衡易位是一种常见的染色体结构畸变，其发生几率约为1:250。由此，医生建议小王夫妻选择胚胎移植（即试管婴儿）的途径来实现生育愿望。



染色体异常
是自然流产常见原因

胚胎染色体异常，这是引起自然流产最常见的原因。相关临床数据显示，60%以上的流产或停止发育胚胎中可检测到各种类型的染色体异常，大多数为染色体数目异常。胚胎染色体数目异常即可能像小王这样，是由父母双方的异常染色体引起，也可能是受孕产生配子的过程中出现错误，导致胚胎遗传物质异常，特别是在父母双方高龄的情况下。

感染或母体疾病
也是流产的可能原因

事实上，因大部分流产发生在受孕早期，孕妇本人可能完全没有感觉或仅仅是月经推迟了几天。但仍有15%~25%的已知妊娠以流产告终，其中80%发生于孕20周前。

自然流产很大一部分是因胎儿本身有严重遗传缺陷，这样的流产是无法避免的。多数情况下，胎儿的遗传缺陷与母亲无关，而是精子和卵子结合后进一步分裂过程中发生遗传物质丢失、重复或变异。母亲怀孕时如年龄偏大，发生上述错误的可能性增大，流产几率也就相应增高。

除遗传缺陷外，感染、母体

疾病如糖尿病、甲状腺功能异常、激素问题、免疫反应、子宫畸形等也是流产的可能原因，对这些因素进行相应治疗可减少流产发生几率。

选择试管受孕
中止遗传疾病传递

如果女性出现两次或两次以上的流产，则第三次怀孕流产的可能性是较高的，约1%~2%女性会发生这种情况。对于这类群体，一旦出现多次流产应停止尝试怀孕，对于复发性流产及早期自然流产的女性应先明确流产原因，尽早行产前遗传学咨询和检查来确定有无致流产的遗传学因素。

如果检查确定是夫妻一方的遗传物质异常引起，建议停止试孕，选择成熟的生殖中心进行第三代试管婴儿受孕，即胚胎植入前遗传学诊断，筛选健康胚胎移植，防止遗传病传递。另外，像小王夫妻这种情况，若通过胚胎移植成功受孕且常规产检未发现问题，也建议及早行产前诊断，通过胎儿遗传物质检查来避免异常宝宝的出生，及时发现母体的合并症和并发症，实现优生优育。并注意在受孕前数月开始补充维生素和叶酸，保持健康的体重，避免烟酒药物，减少咖啡和茶的摄入。

广东省第二人民医院产前诊断中心
主任医师 魏佳雪

使用药物节育器
不会影响生二孩

张女士今年33岁，女儿已经4岁了，她准备要二孩。张女士是在生完头胎后选择使用药物节育器的，但在使用过程中发现月经量变少了，甚至有闭经的迹象。她担心取出药物节育器后会影 响生二孩，于是很焦虑。其实，她的担忧是没有必要的。

药物节育器即左炔诺孕酮宫内节育系统，是一种新型的长效避孕方法。据统计，全球大约有1600万名女性使用，其避孕期是5年。将药物节育器置入子宫后，由存放在垂直管中的左炔诺孕酮药物，定量释放微量激素。垂直管中的药物总量约为52毫克，而这个管在子宫内每天会释放20微克，所以有些妇女使用药物节育器长达7年后，才需要更换。

药物节育器的避孕效果能达到99.9%。一旦取出，生育能力可以马上恢复。即使是想在5年内生育的女性，只要将其取出，即可恢复生育能力。

中国医科大学附属盛京医院妇产科
主任医师 欧阳玲

四招缓解
孕期生理性尿频

孕早期，增大的子宫逐渐侵占盆腔有限的空间，膀胱受到压迫，容量会随之减少，孕妈妈变得尿频，上厕所的次数明显增加。孕期生理性尿频可以通过调整来缓解。

科学饮水，掌握时间 孕妈妈切不可因为尿频就不敢喝水了，毕竟水是人体正常代谢很重要的一部分，每天喝2000毫升左右的水很有必要。当然，如果是炎热多汗还要适当增加饮水量，天冷时适当减少。饮水应以少量多次为主，且尽量少喝高渗水，比如各种甜饮料。临睡前1~2小时尽量少喝水或不喝水，以减少起夜次数，保障睡眠质量。

及时排尿，不要憋尿 孕妈妈只要有尿意就要及时排尿，千万不要憋尿甚至久坐，防止发生尿潴留或者泌尿系感染等。

骨盆运动，调节肌肉 孕妈妈缓解尿频现象，可以训练骨盆及盆底的肌肉功能，通过锻炼盆底肌肉，加强控尿肌肉的功能，以达到改善排尿状况的目的。

调整睡姿，避免仰卧 一般建议在保证舒适的情况下选择侧卧位，这样可减轻子宫对输尿管的压迫，防止肾盂、输尿管积存尿液而发生感染。如果除了尿频以外还有其他症状，或者本身存在某些基础疾病的孕妈妈，还应及时上医院就诊。

首都医科大学附属北京妇产医院
主任医师 邹丽颖

警惕妇科肿瘤
四大信号

疾病通常都会有早期信号，妇科肿瘤的早期信号有出血、白带异常、肿块、疼痛等四个方面，有这些表现不一定全都是肿瘤，但必须引起重视，及时到医院排查原因。

出血 即阴道出血，如月经增多、周期紊乱、接触性出血等。阴道出血是女性生殖道癌最常见的症状，被称为妇科癌症的“信号”。常常由于宫颈或宫体发生肿瘤所致。当然，卵巢肿瘤也可以因内分泌变化而表现月经紊乱和不正常出血。因此，除正常月经以外的出血都要究其原因而后对症治疗。

白带异常 正常的白带是少量的白色略显粘稠的分泌物，随着月经周期，其量和稀薄度会有轻微变化。但脓性白带、血性白带、米泔样白带、水样白带等都是不正常的。

肿块 包块是肿瘤的实际体，它的发现和证实最有价值。当肿瘤很小时自己是摸不到的，能摸到说明肿瘤已经相当大了。但总比忽略或不在意为好。在清晨，空腹排解完大小便，平卧于床，略弯双膝，放松腹部，自己用双手在下腹部接触，由轻浅到重深，如有肿块是可以发现的。

疼痛 下腹部、腰背部骶尾疼痛、性交痛等。疼痛并不是肿瘤的早期症状，通常当肿瘤体积相当大，压迫或侵犯其他脏器时，才会引起疼痛。有时疼痛也是肿瘤的自我暴露，如肿瘤发生蒂扭转，或破裂或变性都会引起腹部疼痛。

天津医科大学肿瘤医院血液科主任
主任医师 赵智刚

胆结石“偏爱”40岁以上女性

一颗不起眼的小石子若被置于路上，并不会碍着任何人。但若人体的胆道系统内长了“小石子”，轻者疼痛不适，重者让人痛不欲生，甚至夺走性命。胆结石一般在青少年与儿童间较为罕见，它好发于40岁以上的中年女性。

胆结石又称胆石症，是指胆道系统包括胆囊或胆管内发生结石的疾病。结石在胆囊内形成后，可刺激胆囊黏膜，不仅可引起胆囊的慢性炎症，还可造成急性胆囊炎、急性胆囊管炎、急性胰腺炎甚至胆囊癌的发生，其中，急性胆囊炎是胆结石最常造成的并发症，该症不仅会导致体内剧痛，触碰时也会异常疼痛，还会引起发烧、不适、呕吐

等其他症状。

激素失调是引起胆囊无法溶解饱和和胆固醇的主因之一，避孕药及一些雌性激素也可能加重罹患率，这也是为什么胆结石较常发生在女性身上。此外，部分药物如抗生素都有可能致胆汁过度饱和，如果可以避免服用这些药物，则可降低患上胆结石的风险。

胆囊功能不太良好的人会因为胆囊蠕动过慢，导致胆汁及胆固醇囤积并容易变得过于饱和，减少食用过于油腻的食物并多摄取维生素C都会有所帮助，积极减肥、保持规律运动等，都是预防胆结石的方法。

重庆市肿瘤医院肝胆胰肿瘤科
主任医师 邓和军