

女性话题

孕妈生病别“硬扛”

以免伤及胎儿

孕妇和胎儿是一个整体，孕妇生病后身体状态差，必然会影响胎儿的健康。如孕妇持续高热很容易让胎儿感觉不舒服，孕妇腹泻也会影响胎儿的营养吸收，严重的甚至会诱发流产或早产。很多孕妇谈药色变，其实，药物存在副作用，但并不都是“洪水猛兽”，有很多药物孕妇是可以选用的，及时、科学的治疗对孕妇及胎儿的健康都有好处。



如果孕妇感冒，没有明显症状，可以暂时不去医院，通过多休息、多喝水等方式调整，一些轻微感冒可以自愈。如果出现发烧、咳嗽等明显症状，则要立即到呼吸内科就诊。腹泻的孕妇最好到消化内科就诊，化验大便常规，明确腹泻的原因，对症治疗。孕妇就诊时要主动向医生说明怀孕的孕周，以利于医生选择合适、安全的药物。

误服致畸药物，先看药物类别

孕早期是胎儿对外界不良刺激反应最为敏感的时期，致畸类药物对胚胎的影响很大。常有孕妇在孕早期不知道自己怀孕的情况下，服用过孕妇慎用、禁用的药品，这时该怎么办？首先要查清楚所服药物对胎儿致畸的类别。

药品对胎儿致畸性的影响力可分为A、B、C、D、X级，A级属于相对安全的药物，B级的

安全性次于A级，C、D级的致畸性逐渐增高，X级属于严重致畸药物，孕妇禁用。明确药物所属分类之后，及时向医生说明情况，加强孕检。其次是不刻意保胎或主动流产，因为如果末次月经算起28天（孕28天）之内，胚胎受到药物影响会自然流产，未受到影响则会继续正常发育。孕28天之后服用过致畸药物的情况比较复杂，需要严密监测，根据检查结果决定下一步方案。

所有用过致畸药物、接触过可能致畸因素的孕妇，做围产保健时应向医生说明，增加相应检查以确定胎儿发育情况。

围产保健要按时，一旦生病要早治

已确定怀孕的女性，应及时到所在区域指定医疗机构办理围产保健手册，根据手册提示按时到医院接受相关检查。孕产期的一系列检查主要是为了早期预防

和治疗孕期并发症、合并症以及给予孕产妇在营养、生活、用药等方面的指导。同时，进行各种检查以了解胎儿生长发育情况，及早发现异常，如遇严重先天性畸形可及时终止妊娠。若孕妇出现其他不适或在围产保健中发现高血压、高血糖等，及时到相关专科就诊，避免疾病对胎儿造成伤害。

孕妇生病吃不吃药、吃什么药曾困扰了很多人。现正值寒冬，早晚温差大，很容易患上感冒，身体新陈代谢快、容易出汗的孕妇更是如此。而饮食不当也易诱发腹泻。许多人会自备感冒药、止泻药以应对这些常见疾病，但孕妇不应如此，身体不适必须到正规医院咨询就诊，在医生指导下科学用药。不能自用“偏方”，也不可像怀孕前那样自己随意服药，以免对胎儿造成不良影响。

广州市红十字会医院妇产科
主任医师 邓敏端

孕早期B超检查好处多

有些女性在怀孕后非常抵触做B超，怕影响胚胎。那么，到底早孕时做B超对母体和胚胎有没有影响呢？其实不用担心，早孕时做B超不但不会损害胚胎，还有很多好处。

第一，早孕做B超可以判断胚胎是在宫内还是在宫外。临床发现，每100个孕妇中有2~3个是宫外孕，一旦漏诊，后果不堪设想。因此，早孕时做B超可以排查宫外孕。二是看胚胎数，是1个、2个还是3个胚胎。双胎和多胎不仅仅是双重和多重的惊喜，还存在很大的风险和麻烦。如果是双胎和多胎，还要判断绒毛膜性，因为绒毛膜性和胎儿的不良预后有很大的关系。三可看胚胎是死是活。在正常人群中，胚胎丢失率大约是15%，所以对15%左右的孕妇来讲，结果会是失望的。但是反过来想，流产不一定是坏事，因为有接近一半的自然流产原因是胚胎的染色体异常，流产也可以说是一种自然淘汰和自然选择的过程。四是看卵巢和子宫是否异常。

做一次简单的早孕超声有这么多的好处，因此，早孕孕妈不必过于担忧，早孕超声也是落实母胎安全的一个重要措施，确认孕妈和胚胎是否健康、正常。

湖南省第二人民医院 刘莉

孕晚期关节痛 原因有二

关节在骨与骨之间扮演着重要的连接和支撑角色。站立、行走和做各种各样的姿势，都离不开关节。平时出门诊的时候，有孕妈妈反映自己会有关节痛。那么，孕晚期出现关节疼痛，到底是怎么回事呢？

第一种，孕晚期胎儿的逐渐长大和孕妈自身体重的增加，给孕妈的骨关节带来较大的负担。就像我们正常人自己走路和担水走路，下肢承受的压力不同道理一样。这样的压力可直接作用于骨关节处，给孕妈带来疼痛不适的感觉，尤其腰部、腿部的承重会加重关节疼痛。

第二种，缺钙有可能导致关节疼痛。孕中晚期，由于胎儿生长发

育的需要，孕妈对钙质需求量增大。当摄入不足时，孕妈有可能牺牲自己骨骼中的钙质，以保证胎儿的生长。骨关节钙质大量流失后，有时会出现疼痛的症状。

以上两种情况属于孕期生理性关节疼痛，通常不会给孕妈及胎宝宝带来过大的影响。要提醒的是，有时候孕妈的关节疼痛，是由病理性情况所引起，如关节炎。但关节疼痛并不是关节炎的唯一症状，一般情况下，关节炎还会使相关组织肿胀，甚至变形，使得孕妈关节不灵活，行动力也大幅下降，这种情况应尽早就医。

北京妇产医院产科
主任医师 邹丽权

湖南省生殖医学专科医院
地址：长沙市芙蓉区远大一路1292号
电话：(助孕咨询)84498928
(妇产科)84515886
网址：HNSIVF.COM

宫腔内人工授精知多少

在门诊，经常看到有人对医生说：医生，我的精子质量不好，请给我做试管婴儿吧。而医生经过精子质量分析和夫妻双方全面评估，却发现很多人往往只需要进行助孕技术IUI。那么什么是IUI？

人工授精技术(AI)指以非性交方式将精子递送女性生殖道内，多数为阴道内核宫腔内，让精子和卵子结合，形成受精卵，从而达到妊娠生育的一种辅助生殖医学技术(ART)。根据精子递送部位，AI分为直接阴道内授精(IVI)、宫颈内人工授精(ICI)、宫腔内人工授精(IUI)等等。其中，临床上最常见的是IUI，即宫腔内人工授精。

宫腔内人工授精(IUI)是指将精液在女性体外优化处理，然后注入女性子宫内，辅助不育夫妇生育的一种技术。宫腔内人工授精分为两种方案，一种是自然月经周期人工授精，适用于女性输卵管通畅、月经周期及排卵正常者；另一种是促排卵药物加IUI，可以帮助不排卵或卵泡发育不良的患者。

IUI主要是针对男性方面不育的因素，也用于女方宫颈因素不孕。根据精子来源，人工授精分为供精人工授精及夫精人工授精两种。夫精人工授精是指用丈夫的精液，经过处理后注入妻子宫腔内，辅助其受孕的方法；而供精人工授精是指使用捐献者的精液进行人工授精的方法。

湖南省计划生育研究所 康革华

产后胀奶和乳腺增生无关

钱女士最近生了小宝宝，可奶水总是出不来，乳房肿胀疼痛难忍。钱女士曾患有乳腺增生，她不知道这和胀奶有没有直接关系？

临床上，乳汁淤积和乳腺增生没有必然的联系。我们常说的乳腺增生，其实是一种生理现象，在健康体检时发现80%~90%的女性都会存在，而其中大部分是生理性的，是乳腺的上皮细胞和纤维组织增生引起的，一般月经来潮时有些胀痛，或者有一些小小的肿块，这种情况定期随访即可。

产后胀奶主要和乳汁淤积、乳腺管分泌不畅有关，可以试试热敷、按摩等手段。热敷是用热毛巾围胸部一圈敷，乳头要露出来。敷5分钟左右，开始由后向前揉。热敷时，水温不要太高，否则易致皮肤损伤。具体敷几次及时间多长，要根据胀奶的情况，胀奶厉害的，一天可能要多次热敷、按摩、吸奶器吸奶。

产后妈妈千万不要在乳房里“攒奶”，“攒奶”会导致乳汁淤积，引起乳腺堵塞，甚至患上乳腺炎。如有宝宝吃不完的剩余奶水，一定要挤出来，不要留在乳房里。

浙江大学医学院附属第二医院产科
主任医师 王利权