

天凉感冒,孕妇该不该吃药

专家提醒:秋冬季要防腹泻、防便秘、防呼吸道疾病

感冒早期不打针不吃药有治疗办法:盐水漱口,多喝鸡汤

■通讯员 史慧 记者 邢云

本报11月8日讯 怀孕3个月的张女士,因为天凉,有点咳嗽,这下子,她有点为难了:吃药吧,怕对胎儿不好,不吃吧,怕越来越厉害。

对身怀六甲的准妈妈来说,秋天是比较舒服的。但是,长沙肛泰肛肠医院专家彭小燕介绍,“舒服”之外,“准妈妈”们一定得做好“三防”——防腹泻、防便秘、防呼吸道疾病。

秋天上市的新鲜瓜果较多,但如果不注意食品卫生,抵抗力相对较差的孕妇就容易闹肚子了。闹肚子很可能刺激孕妇宫缩甚至导致早产。因此,孕妇秋天一定要注意饮食卫生,吃新鲜瓜果一定要洗净。

孕妇第二个要注意的是便秘。秋天气候干燥,孕妇如不注意饮食调理,就可能便秘。建议孕妇饮食中油腻食物和肉类要适量,别一味追求贴秋膘,要适当增加新鲜水果和蔬菜的比例。另外,多喝水、养成定时排便习惯。

最后,秋天天气转凉,孕妇更容易感冒、患上呼吸道疾病,因为害怕对胎儿产生影响,很多孕妇都拒绝吃药。

彭小燕表示,只要在医生指导下服药,应该会比较安全,孕妇不该什么药都一拒了之。

怀孕后的孕妇,其鼻、咽、气管等呼吸道黏膜肥厚、水肿、充血、抗病能力下降,很容易患感冒。在选择药品时,如其外包装有

“A”标记,说明药物对妊娠、胎儿是没有影响的,是绝对安全的。但是,对消炎药要谨慎选用。如果怀孕3个月内需要消炎药治疗,最好选用青霉素,其次是头孢霉素。



不打针吃药如何治感冒

在感冒早期,也可采用下列方法而不用吃药打针就能治愈感冒:

- 1、感冒初起喉头又痒又痛时,立即用浓盐水每隔10分钟漱口及咽喉1次;
- 2、经常喝鸡汤可增强人体的自然抵抗力,预防感冒的发生;在鸡汤中加一些胡椒、生姜等调味品,或下面条吃,都可治感冒。
- 3、在保温茶杯内倒入42摄氏度左右的热水,患感冒者将口、鼻部置入茶杯口内,不断吸入热蒸气,一日三次。
- 4、孕妇咳嗽时,可以将一只鸡蛋打匀,加入少量白砂糖及生姜汁,用半杯开水冲服止咳。

有痔疮,准妈妈得早治

彭小燕告诉记者,妊娠期的女性因身体各方面的变化给痔疮带来了可乘之机,也是女性最容易引起痔疮的时期之一。而痔疮对腹中的胎儿又有一定的影响,所以为了自己和宝宝的健康,孕前一定要先治痔疮。

痔疮的发作往往与患者的饮食起居及排便习惯等有关,女性还与月经、妊娠、分娩有关。尤其在怀孕期间,由于体内内分泌的变化,患者经常便秘或排便困难,随着胎儿的增大,腹压逐渐增加,压迫直肠,易使痔上静脉丛充血扩张而引起痔疮发作。

医生提醒

小办法

湖南女性健康 短信咨询台

移动、联通、小灵通用户发送短信至：**15084811116**

发送0.1元/条 接收免费

主办单位：湖南省女性健康关爱中心 三湘都市报

本台宗旨：关爱女性健康 提升生活品质 传播健康知识 普及健康知识 弘扬健康文化 倡导健康生活方式 让女性更健康 让生活更美好

13989****11:昨天体检查出宫颈息肉,医生当时让我做手术切除,我很害怕,我只有20岁,怎么就有息肉这种东西?是癌症吗?

袁凤娇专家:宫颈息肉是宫颈炎的一种表现形式,它是由于慢性炎症刺激使子宫颈管黏膜组织局部增生所致,不是癌症,临床上一般使用微创技术如LEEP刀或者超导消融BBT手术治疗,无痛苦,不住院,恢复快。

13907****28:我只有20岁,没有男朋友,最近总感觉私处很痒,白带颜色发黄,小便时还会痛,请问未婚也会得妇科病吗?

袁凤娇专家:根据你的症状考虑是有泌尿道感染的可能。没有性生活的未婚女性由于卫生习惯方面的原因等,也是可能患上妇科病的。建议你到正规公立医院早检查早治疗,以免病情加重。

13975****84:我25岁,结婚2年一直没有怀孕,检查只有宫颈重度糜烂,其他都正常,我爱人也沒什麼问题,请问我为什么会不孕?

袁凤娇专家:导致不孕的因素很多,重度宫颈糜烂对怀孕是有一定影响的,如果你们夫妻二人其他方面的检查都没什么问题,建议你先治疗好宫颈糜烂再做怀孕计划。

15111****56:请问子宫肌瘤已有3.8×4.1×2.6大,能做不开刀的微创手术治疗吗?

袁凤娇专家:治疗子宫肌瘤不开刀的微创手术主要是超声消融刀治疗和腹腔镜治疗。这两种方式有不开刀、不切除子宫、出血少、痛苦小、恢复快等优点。你现在的肌瘤情况可以做微创手术,具体适合哪一种要结合其他检查情况。

由中国名家协会主办首届腰椎间盘突出治疗技术全国专家交流盛会于11月1日——11月15日在长沙方泰医院隆重开幕,来自北京中国中医研究院专家王治华教授率领全国各地十多家医院的十多位骨科知名专家参加高峰论坛。主要就腰椎间盘突出症的治疗技术和适应症进行深入研究与经验交流。

此次,为期15天的治疗腰椎间盘突出全国专家技术交流会(即专家会诊)活动在我省长沙方泰医院举办,给广大腰椎间盘突出患者带来一次难得的机会,活动期间:每天可预约50名患者,由专家亲自诊疗,就诊者需提前电话预约,电话:0731-82831288。

腰椎间盘突出专家来长会诊

■ 会诊主题项目一: 腰椎间盘突出患者怎样自我保护

腰椎间盘突出患者主要是因为腰椎间盘髓核、纤维环有不同程度的退行性改变后,与日常生活中的不同程度的外伤或多次反复的不明显损伤和腰椎负重过重等,造成纤维环破裂或破裂,髓核组织从破裂之处突出,导致相邻的组织,如脊神经根、脊髓等遭受刺激或压迫,从而产生腰部疼痛、一侧下肢或双下肢麻木、疼痛等一系列临床症状,此病患者若能做到正确自我保护得当,可防止病情发展或逐渐恢复。

患有腰椎间盘突出日常生活中如何自我保护,应该注意些什么?会诊期间,专家将为患者亲自诊断,指导注意事项和自我保护、自我康复方案,望广大患者莫失良机。

■ 会诊主题项目二: 有关腰椎间盘突出的有效治疗方案

针对腰椎间盘突出的治疗技术,各地专家将进行经验交流和学术研讨,来自北京中国中医研究院王治华教授说到,有效治疗腰椎间盘突出症,选择一种对症、适合的治疗方案很关键,治疗腰椎间盘突出的疗法较多,根据病情程度,治疗方案完全不相同,比如,对腰椎间盘突出、膨出无明显粘连钙化的患者,可选择适合保守疗法治疗康复,智能定位的腰椎三维复位治疗床就是一种很好的疗法,不开刀、不需住院,无风险,治疗只需几分钟,经过几年来临床治疗万余例患者证实,疗效可靠。

王治华教授说,腰椎间盘突出症首先应选择以保守治疗为主,能保守治疗好的,千万别轻易手术,对超过保守治疗程度的病人,也尽量采取微创手术,降低风险,避免后遗症。活动期间,专家将亲自为患者做复位治疗等。

病友感受://////// 20天康复腰间盘突出 //////////

家住长沙市北京公馆,45岁的孙亚利大姐,患有严重的腰间盘突出,躺在床上不敢动,疼的直冒冷汗,根本下不了床,入院时只能趴着,了解她的病情后,王治华教授专家组研究做出了一个她根本不敢想的承诺:“一个月内康复”。20天后孙大姐康复出院,重返工作岗位。询问她的感受时,孙大姐高兴激动的说:“当时就想下地跑一圈。”

病友感受://////// 老腰突一个月独自下楼溜达 //////////

家住雨花区吉园小区的刘大爷患有严重的腰椎病已经很多年了,自从得腰间盘突出他从来不敢坐沙发,坐下去难,站起来更难,腰部根本撑不起来。近两年,冬季从来不下楼,也去过多家医院,都没有明显效果,反反复复病情更加严重了。没办法平时疼得严重时就打封闭。

在长沙方泰医院,治疗当天,腰部疼痛感明显减轻了,经过专家运用独特的“三源疗法”治疗一个月后,刘大爷已经可以下楼溜达了。



王治华教授
北京中国中医研究院

王治华教授:骨科专家,1975年毕业于广州医科大学医学系,同年进入武汉同济医学院及上海骨科医院工作,任中华骨科杂志副主编、《中华骨科杂志》编委,有着丰富的临床诊疗经验。擅长对颈椎病、腰椎间盘突出和脊柱畸形等脊柱疾病的诊断和手术治疗,获多项医疗成果奖项。近几年来开展智能腰椎微创复位治疗万余例患者,积累了丰富的临床经验。

○ 长沙方泰医院骨科中心 ○

长沙方泰医院是一所省级综合型医院,被定为医疗保险定点医院、新型农村合作医疗定点单位。在致力于保障人民的健康医疗的同时,医院发挥自身优势,为社会各界患者服务,治疗骨病腰腿疼痛一直是长沙方泰医院的强项。“不断提高诊疗技术,把治疗的痛苦和风险降到最低”,这是长沙方泰医院骨科的发展硬标准,几年来,医院不惜巨资引进多项尖端的诊疗技术,微创手术德国C臂X光机,开展PLDD微创技术、穿刺三氧消融术等微创技术和各项保守治疗技术,主要以治疗腰椎间盘突出,尤其是我省率先引进智能腰椎三维复位治疗床国际先进技术,以不开刀、不住院,轻松治好腰间盘突出症,广大患者的口碑相传,现已是全省腰椎间盘突出患者日门诊量最大的医院。