

小儿心脏超声前 注意些什么?

我们的心脏像一间两室两厅的房子——左、右心房和左、右心室，房里还配有电路、水路、门窗、墙壁等配套设施。房子基础建设没搞好或是住久了，总会出现这样或那样的问题，但肉眼看不到，这时就需要做个心脏彩超，通过心脏彩超可以动态显示出心脏结构、心脏搏动和心内血液流动情况，对于心脏疾病的评估具有重要意义。同时，因彩超具有无创、简便、可重复性、基本无禁忌症、价格便宜等优点，常是评估心脏结构和功能的首选检查。那么，小儿在什么情况下需要做心脏彩超？做彩超前需要注意些什么呢？



小儿在什么情况下 需要做心脏彩超？

当小儿有口唇青紫、血氧饱和度低、心脏杂音，或存在胸闷胸痛、头痛头晕、乏力不适、体质较差、发育迟缓等症状，或其他检查（如胸片）提示心影饱满、心电图异常等情况时需要及时做心脏彩超。其次，川崎病或怀疑川崎病者（重点检查冠状动脉），以及心脏病患者复查时，都要做心脏彩超。

心脏超声检查前 需要注意些什么？

1. 检查前，需测量小儿体重和身高。
2. 带好以往的检查资料以供参考，如超声报告、胸片、手术记录、化验报告等，并按

检查时间顺序放好，便于医生查找、对比。

3. 检查前无需空腹，但也不要吃太饱，因气体太多不利超声图像的显示。经食管心脏超声检查需禁食4~6小时。
4. 不要穿连体衣，否则不方便检查。建议穿开衫款式的外衣以及宽松内衣，方便暴露胸膛，且不会惊醒孩子。

5. 心脏彩超检查时要暴露左前胸壁的肌肤，检查时室内温度应控制在适宜范围内。

6. 检查一般需要10~20分钟，复杂的先心病可能需要半小时或更长。

7. 不能配合检查的孩子，通常需要药物镇静，检查完后需经医务人员观察评判已苏醒安全后方可离开。

湖南省岳阳市妇幼保健院
超声科 蔡芳

妊娠期高血压 威胁母婴安全

妊娠期高血压作为妊娠期女性常见问题之一，若不及时合理干预，可能对母婴生命安全造成严重影响。由于缺乏相关医学知识，部分女性对于妊娠期高血压的危害往往不够重视，从而不利于患者配合医生调整自身血压。为此，笔者对妊娠期高血压的相关知识进行了系统整理，希望可以帮助广大孕妇加强对该病的认识。

妊娠期高血压是妊娠与血压升高并存的一种疾病，该病的致病因素较为复杂，可能与营养缺乏、遗传等因素有关，会对母体的脏器功能造成影响，同时对胎儿的发育造成一定威胁。妊娠期高血压的危害主要有以下几方面。

1. **影响孕妇肾功能** 研究表明，妊娠期高血压往往会对孕妇肾脏造成极大影响，增加管腔狭窄、肾小动脉硬化以及肾脏缺血，使孕妇肾脏血流量降低，从而诱



发肾功能不全、肾衰等问题。

2. **增加脑组织缺氧几率** 由于受到血压升高的影响，孕妇大脑组织血管可出现痉挛与颅内压增高等现象，出现头晕、头痛以及恶心呕吐等症状，进而诱发脑出血和脑水肿等脑血管意外，对孕妇的生活质量造成严重影响，对生命安全造成了极大的威胁。

3. **增加孕妇心脏负担** 由于受到血压升高的影响，孕妇的冠状动脉可出现痉挛，从而诱发心肌缺血，影响孕妇心脏血氧供

给。与此同时，随着心肌阻力的不断增加，心肌收缩力可出现相应的减弱，从而增加了心衰的发生几率。

4. **危害胎儿生命安全** 从新生儿的角度来看，妊娠期高血压往往是导致新生儿早产或夭折的重要因素。妊娠期高血压可导致新生儿出现宫内生长受限与宫内缺氧等问题，继而对新生儿的生命安全造成了极大威胁。同时，随着该病的不断发展，产妇还可出现胎盘早剥，增加了早产和死胎的几率。

总的来看，妊娠期高血压对母婴健康均造成了极大的威胁与影响。因此，女性怀孕后应定期到医院检查，并积极配合医生开展药物干预与生活习惯的调节，以实现对血压指标的控制，为自身与胎儿的健康奠定坚实的基础。

湖南省怀化市
溆浦县中医医院 谢玲

产科护士教你 科学“坐月子”

“坐月子”是我国历来的传统。所谓坐月子，主要是指产妇胎盘娩出后至全身各器官（除乳腺外）恢复到正常未孕状态时所需的一段时期，医学上称为产褥期，一般需要42天，而非一个月。关于怎样坐月子，老一辈有很多讲究，如不能洗头、不能洗澡、不能吹风，否则以后会头痛、浑身痛；也不能刷牙，否则将来会牙痛等等。真的是这样吗？怎样坐月子才是科学的呢？

月子期间有哪些特殊表现？

1. **恶露** 产后随子宫蜕膜脱落，含有血液、坏死组织等经阴道排出称为恶露，产后3~4天的恶露为红色，称为血性恶露；之后颜色会变为淡红色，持续10天左右，称为浆液性恶露；14天左右颜色变为白色，约持续3周左右，称为白色恶露。正常恶露有血腥味，无臭味，共持续约4~6周，总量为250~500毫升。如恶露有臭味，或量多、时间长者需就诊。

2. **产后宫缩痛** 在产褥早期，因子宫收缩引起下腹部阵发性疼痛称为产后宫缩痛，俗称“血气痛”，一般于产后1~2天出现，持续2~3天；多见于经产妇，哺乳时疼痛加重，不需要特殊处理。

3. **褥汗** 产后1周内，产妇会表现出汗多，夜间睡眠和初醒时明显，称为褥汗，是正常现象，不属于病态。

如何科学坐月子？

1. 为产妇提供安静、舒适的休息环境。室温保持在25℃~26℃，湿度50%~60%。每天定时开窗通风，夏季天气炎热时可以开空调，但不要直吹凉风。

2. 饮食均衡营养。增加鱼、禽类、蛋、奶等食物的摄入，多吃蔬菜和水果，不宜食用辛辣刺激性及生冷食物，忌食过咸及含咖啡因的饮料。

3. 加强个人卫生。每天刷牙1~2次，保持口腔清洁；产后可以擦浴或淋浴，剖腹产者注意保护伤口；淋浴时间不宜过长，以5~10分钟为宜；禁止盆浴；洗头后用毛巾及时把水擦干。

4. 鼓励产后尽早活动。顺产者可在产后6~12小时下床活动，剖宫产及会阴侧切有伤口者，可适当推迟活动时间。产后康复锻炼有助于排尿及排便，避免栓塞性疾病发生，但活动量应循序渐进。

5. 产后及早开奶。提倡母乳喂养，尤其是6个月内的婴儿。

6. 禁止性生活，保证外阴清洁。产后应保持良好的生活习惯，注意外阴清洁，勤换内裤和卫生垫，禁止性生活。另外，家人还要多关心产妇，理解产妇焦虑的情绪，做好疏导工作，让产妇保持身心愉快，并于产后42天去医院复查。

湖南省桑植县妇幼保健
计划生育服务中心产科 张春红