

乙肝病毒感染者可以结婚生子吗?

上周门诊,我的诊断室来了一个年轻的女患者,刚坐下,她就哭了,哽咽地说道,她马上要结婚了,结果婚检发现自己感染了乙肝,并且她的母亲两年前因为肝癌去世,最近每天失眠,不知道这婚该不该结?结婚后能不能要孩子?万一也像母亲一样发展成肝癌怎么办?其实,她所担心的这些事,也是很多乙肝病毒感染者关心的问题。那么,今天我们就来一一解答这些疑问。

乙肝病毒感染者可以结婚吗?

可以。乙肝病毒的传播途径主要有血液传播、性传播及母婴垂直传播,如果婚前发现自己感染了乙肝病毒,应该立即让对方做乙肝两对半检查,如果都是阴性,需及时接种乙肝疫苗,直至产生乙肝抗体为止,这是目前预防乙肝感染最有效的措施。另外,性生活时采用避孕套,也可以在很大程度上降低感染几率。

乙肝病毒感染者可以生小孩吗?

可以。乙肝是传染性疾病,不是遗传病,通过规范的防治可以有效阻断母婴垂直传播链条。目前主要通过给新生儿注射乙肝疫苗及乙肝高效价免疫球蛋白的联合免疫治疗,阻断成功率高达90%。对于高病毒载量的孕妇,在妊娠24~28周时给予母婴阻断抗病毒治疗,可以进一步降低乙肝母婴传播概率。

正在进行抗病毒治疗的慢性乙肝患者是否可以备孕,分两种情况:1)正在使用妊娠B级抗病毒药物的(如替诺福韦、替比夫定),可以继续使用,正常备孕;2)如果使用的是非妊娠B级抗病毒药物(如恩替卡韦、阿德福韦酯、干扰素等),可换成妊娠B级抗病毒药物半年后再备孕。

妊娠期间使用抗病毒药物安全吗?

研究显示,替诺福韦及替比夫定等妊娠B级抗病毒药物在动

物实验中未发现生殖毒性,同时孕期血肌酐异常、产后出血和剖宫产率及婴儿出生缺陷、早产率等不良事件的风险与普通人群无差异。妊娠

期接受这类药物抗病毒治疗的孕妇所生婴儿5年不良事件发生率与普通人群无差异。因此,妊娠期选用这类药物抗病毒治疗对孕产妇、婴儿都是安全的。

乙肝病毒感染者产后能母乳喂养吗?

乙肝病毒感染者所生的婴儿在接受联合免疫治疗后,且产妇未用药的情况下,可以母乳喂养;如产妇处于抗病毒治疗期间(服用抗病毒药物),不建议母乳喂养。但根据目前指南推荐,产妇服用替诺福韦抗病毒治疗期间,母乳喂养不是禁忌,具体请咨询专科医生。

乙肝病毒感染者会发展成为肝癌吗?

目前,乙肝病毒感染仍是引起肝癌的主要病因,但并不是说所有的乙肝病毒感染者最终结局都是肝癌。肝硬化、合并糖尿病、直系亲属中有肝癌者、血清HBsAg高水平、接触黄曲霉毒素、饮酒等都是肝癌的高危因素,最大限度抑制病毒复制,可以明显降低肝癌发生率。

对于有肝硬化、肝癌家族史的乙肝病毒感染者,专家建议:



1) 30岁及以上且病毒DNA阳性者,应积极进行抗病毒治疗;2) 低病毒复制与肝病进展有关,通过高精度检测病毒控制情况及调整用药,可以最大限度抑制病毒复制;3) 针对干扰素治疗优势人群,可考虑干扰素治疗,进一步降低肝癌发生风险;4) 定期规律随访。

发生意外HBV暴露后该怎么办?

如果怀疑自己接触到乙肝病毒感染者的血液、体液,发生意外HBV暴露,可以按以下步骤处理:1) 在伤口周围轻轻挤压,排出伤口中的血液,再对伤口进行冲洗、消毒;2) 立即检测HBV-DNA、HBsAg,并在3~6个月后复查;3) 如接种过乙肝疫苗,且已知HBsAb阳性者,可不进行处理;4) 如未接种过乙肝疫苗,或虽接种过乙肝疫苗,但HBsAb阴性或HBsAb水平不详者,应立即注射乙肝高效价免疫球蛋白200~400IU,同时在不同部位接种1针乙型肝炎疫苗(20微克),并于1个月和6个月后分别接种第2针和第3针乙肝疫苗。

四川省人民医院感染科
主治医师 周巧灵

产后康复莫入四大误区

分娩会带来腹直肌分离、耻骨联合分离、产后盆底肌松弛、子宫脱垂、漏尿、阴道松弛等一系列尴尬的问题,很多女性会在产后开始康复之旅。但是,很多产后妈妈们为了追求效果,往往容易陷入各种误区,反而引起更多问题,一定要避免。

误区一 产后康复越早越好
很多女性为了产后能更好更快地恢复到产前状态,认为越早康复越好,甚至有人会在月子里就开始运动,殊不知过早锻炼可能带来二次损伤。专家建议,会阴撕裂者在产后12周内不要做凯格尔

运动,腹直肌分离在产后半年内不要做卷腹运动,耻骨联合分离在8周内不要做过多的腿部运动。

误区二 产后漏尿是正常现象
女性产后漏尿的现象很普遍,尤其是在咳嗽、打喷嚏、跳跃时,但普遍不代表正常。漏尿的根本原因是盆底肌松弛,严重者还会伴有子宫脱垂盆底疾病,所以,一旦出现漏尿,一定要尽快做盆底功能筛查,根据自己的情况进行盆底修复。

误区三 盆底肌松弛是因为耻骨联合分离 盆底肌是骨盆底部的肌肉,它像吊床一样承托和支撑着

膀胱、子宫、直肠等盆腔脏器,控制排尿和排便,维持阴道的紧缩度。耻骨联合分离有可能引起盆底肌松弛等一系列盆底问题,但盆底肌松弛不一定是耻骨联合分离引起。

误区四 束腹带可以帮助恢复身材 束腹带的确可以起到固定骨盆的作用,也可以保护剖腹产术后的手术切口,但它并不能帮助我们恢复身材,还有可能因腹压增加而加重盆底肌松弛和内脏脱垂。想要尽快恢复身材,还要靠饮食、运动、徒手恢复手法。

株洲市妇幼保健院
产后康复科 漆倩茹

■女性话题

人工破膜为哪般?

“破水”是临产的征兆之一,医学上称为胎膜破裂,是指羊膜破裂,羊水流出现象。一般情况下,怀孕晚期随着胎儿的成熟,临产后强烈的宫缩会使羊膜破裂,不必人工刺破。但有时因产程中宫缩不协调导致产程停滞时,就需要人工破膜,以加速产程进展。

哪些情况需要人工破膜?

1. 准妈妈有妊娠合并症需要提前分娩,或者预产期延期需要终止妊娠。
2. 产程停滞,宫口不再继续开大,胎头没有继续下降。
3. 产程中或分娩前胎心监测异常或者超声提示羊水处于临界值以下,可以人工破膜并观察羊水的情况,包括羊水量和颜色,以确定分娩方式。
4. 宫口开全后仍未破膜者,需要人工破膜才能顺利娩出宝宝。

人工破膜后,羊水会流完吗?

不会。羊膜腔的羊水分为前羊水和后羊水,人工破膜是刺破或钳破前羊膜囊,破水后一般都是前羊水流出现象。而宫颈就像一个瓶颈,当临产后胎头紧贴宫颈口,相当于一个球紧贴在瓶颈口,可以有效阻断羊水流出现象。

人工破膜后能下床活动吗?

人工破膜后如胎头已入盆,且紧贴宫颈,可以下床活动,不会导致脐带脱垂,也有利于产程的进展。如胎头未完全入盆者,则不能下床活动。

人工破膜后需要注意什么?

1. 保持外阴清洁。
2. 观察羊水的性状、颜色、气味。
3. 监测胎心、宫缩情况。
4. 破膜后12小时未结束分娩者,适当用抗生素预防感染。

湖南省妇幼保健院产房 张梓妮 陈超
(审核:副主任护师 龙旭胤)

宝宝喝什么水最合适?

李女士:我家宝宝一岁多,特别喜欢喝带甜味的水,请问这么大的孩子喝什么水最合适呢?

北京儿童医院妇儿中心新生儿科王立娟:临幊上经常遇到家长询问:应该给宝宝喝什么水?其实,最适合宝宝喝的水就是白开水。自来水在煮沸过程中杀死了致病性微生物,保留了钙、镁、磷等矿物质,对宝宝的生长发育有积极作用。以下三种水尽量不要给宝宝喝。

一是矿物质含量过高的水,如矿泉水。因为矿泉水中的元素含量和比例并不适合婴幼儿,某些元素过量还会对婴幼儿有害。二是纯净水。因为纯净水中没有自来水中的矿物元素,而人体所需的微量元素很多必须从水中吸收。三是加糖的水。一岁以内的宝宝不能吃糖,否则会影响钙和锌的吸收,还会让宝宝养成不好的口味习惯。

来源:本报微信公众号