

■女性话题

前置胎盘威胁母婴健康 做好避孕措施可预防

前置胎盘是指胎盘位置过低，部分或完全覆盖了子宫颈口的一种严重妊娠并发症，是导致产妇产后出血的主要原因之一，若处理不当会对母婴生命构成威胁。那么，前置胎盘的原因有哪些？会对母婴造成哪些危害呢？

前置胎盘的原因有哪些？

1. 多次流产、宫腔操作史：多次流产、刮宫等可能导致子宫内膜炎或萎缩性病变。受精卵植入受损的子宫内膜，子宫蜕膜血管形成不良造成胎盘血供不足，为摄取足够营养，胎盘就会移至子宫下段以增加面积。
2. 子宫手术史：曾经进行过剖腹产、子宫肌瘤切除等手术者，会导致子宫内膜疤痕形成，这些疤痕会影响胎盘的正常定位。
3. 多胎妊娠：多胎妊娠时，子宫内空间相对较小，导致胎盘容易移位。
4. 子宫畸形：一些女性患有先天性子宫畸形，如双角子宫、子宫纵隔等，异常的子宫形态也可能导致胎盘定位异常。
5. 高龄：年龄较大的孕妇患上前置胎盘的风险相对较高，可能与子宫组织的衰老和其他生理变化有关。

前置胎盘有哪些症状？

1. 阴道出血：阴道出血是前置

胎盘最常见，也是最重要的症状，一般为无痛性阴道出血，出血可能是间歇性的，也可以是持续性的，量多少不一，颜色鲜红或暗红，通常发生在妊娠晚期（28周后），有时也可能在孕早期出现。

2. 腹痛：前置胎盘引起的腹痛为持续性或阵发性，腹痛的性质和强度存在个体差异，有的可能是轻微的不适感、刺痛、灼热感，有的则可能是剧烈的绞痛。

3. 子宫收缩：前置胎盘会导致子宫过度兴奋，产生频繁和强烈的子宫收缩，收缩可能是规律的，也可以是不规则的，并伴有腹痛、腰痛或下腹部紧张感。

4. 胎动减少：前置胎盘会导致胎儿活动减少，甚至完全停止，可能是由于胎盘位置阻碍了胎儿的自由运动。如果产妇察觉到胎动明显减少或没有胎动，请立即就医进行评估。

5. 胎位不正：正常情况下，临产的胎位应为头位，即胎儿头朝下，但前置胎盘位于胎先露下方，



阻碍胎头入盆，易出现胎位不正，如臀位、横位。

前置胎盘对母婴有哪些危害？

1. 产后出血：行剖宫产时，当子宫切口无法避开附着于前壁的胎盘时，会导致出血明显增多。胎儿娩出后，子宫下段肌层组织菲薄，收缩力差，附着处胎盘不易完全剥离，一旦剥离，因开放的血窦不易关闭，常发生产后大出血，不易控制。

2. 围产儿预后不良：出血量多可导致胎儿宫内缺氧，甚至死亡。

如何预防前置胎盘？

无怀孕计划的女性应做好避孕措施，尽量避免流产及多次刮宫；怀孕后应定期产前，如果出现任何异常症状，应及时就医进行评估和处理。

邵阳市邵阳学院附属第一医院
产科 陈艾蒂

儿童换牙期， 家长应注意哪些问题？

人的一生要长两次牙，分别是乳牙和恒牙。儿童换牙期是指乳牙脱落、长出恒牙的阶段，通常在儿童的6~12岁之间。许多妈妈们并不了解关于换牙期的护理知识，导致儿童牙齿出现许多问题。那么，儿童换牙期到底该注意些什么呢？

1. 关注牙齿发育情况 儿童换牙期间，妈妈们应时刻关注孩子牙齿发育情况，询问孩子进食时有无异常感觉，并定期到医院做口腔检查，查看乳牙是否正常脱落，以及恒牙长出情况。乳牙一旦延迟脱落，会严重影响恒牙生长，必要时需要通过外力（如拔牙）来帮助乳牙脱落。

2. 养成良好卫生习惯 养成早晚刷牙的习惯对于儿童一生的牙齿健康都有好处，妈妈们应从小注意培养。在此过程中，妈妈应引导孩子自主刷牙，并让其喜欢刷牙；刷完牙后，妈妈还要让孩子张开嘴巴，对其口腔进行检查，看看是否刷干净，有无遗漏的食物残渣。同时，妈妈们要为孩子选择一款适合的儿童的牙膏和牙刷，尤其是牙膏，不能和成人用相同的。

3. 出现问题及时就医 恒牙是要伴随人一生的，换牙期间，妈妈们一定要提高重视程度，一旦发现任何问题，都要及时就医，不能马虎大意，特别是乳磨牙、“六龄牙”（6岁左右萌出的第一颗恒磨牙），如果出现问题，不仅会影响恒牙生长，还会对儿童的面部发育产生影响。

4. 注意合理饮食结构 儿童在换牙期间，身体需要大量的营养来支持恒牙的生长，因此，饮食结构一定要合理，不能出现挑食、偏食现象。妈妈们可以为孩子多准备一些富有硬度的食物，如胡萝卜、苹果、黄瓜等，既能补充维生素，还能刺激乳牙脱落。另外，补钙也不可少，可以让孩子们多喝牛奶、豆腐，并适量运动，促进钙的吸收。

5. 纠正错误的口腔习惯 许多儿童有咬舌头、啃手指、张嘴呼吸等不良习惯，这些习惯看上去无伤大雅，但实际上很容易导致牙齿变形，甚至出现地包天、天包地的情况。因此，妈妈们一旦发现孩子有这类习惯，一定要及时纠正，并向其阐明利害关系。

海南医学院第一附属医院
口腔科 庞红霞



夏日炎炎 家长如何为孩子防晒？

夏日炎炎，有研究表明，儿童时期的紫外线照射量相当于终身累积剂量的1/3，且皮肤肿瘤的发病率与儿童时期接受紫外线照射的量密切相关。由此可见，儿童防晒是其健康成长不可缺少的一环。那在日常生活中，家长应如何帮助孩子做好防晒呢？

避免太阳光暴晒 小于6月龄的婴儿皮肤缺乏黑色素的保护，应避免阳光暴晒或直射，户外活动时应撑起手推车的顶棚，或利用伞、树荫等遮蔽阳光。

物理防晒是首选 家长可以给宝宝穿上轻薄、透气的长袖衣服和长裤，也可以选择标有紫外线防护系数（UPF）的防晒服，同时戴上宽帽檐的帽子和防紫外线的太阳眼镜，防止太阳直射在皮肤上。

正确使用防晒霜 年龄6个月以上的儿童在户外活动时，可以给暴露部位涂抹足量的广谱防晒霜；外出戏水或游泳时，选择有防水功能的防晒霜。需要提醒的是，涂抹防晒霜前，应先在手臂内侧、耳后等皮肤薄的地方少量涂抹，看是否会出现局部红肿、瘙痒等过敏反应。

选择适宜的户外活动时间 每天上午10点至下午4点是紫外线最强的时段，这段时间应尽量避免在带孩子户外活动。

上海市儿童医院皮肤科 华圣元

新生儿反复腹泻 可能是乳糖不耐受

引起新生儿腹泻的原因有很多种，乳糖不耐受就是其中一种。那么，什么是乳糖不耐受，哪些原因可引起乳糖不耐受呢？

哪些原因可引起宝宝腹泻？

母乳和配方奶粉中含有乳糖和乳蛋白，有些新生儿因为乳糖酶不足或完全缺乏，就会对其中一种或两种物质过敏或不耐受，导致腹泻；其次，新生儿的免疫系统尚未发育成熟，容易感染细菌、病毒或真菌，引起腹泻；另外，如果新生儿患有肠道疾病，如肠炎、肠易激综合征等，也会引起腹泻。

如何判断腹泻是否为乳糖不耐受引起？

如果宝宝经常腹泻，家长可以通过观察宝宝的症状和排便情况，来初步判断是否为乳糖不耐受引起。

乳糖不耐受引起的腹泻通常伴随腹胀、肠鸣音、排便次数增多等症状，大便呈稀水状。这种方法只能初步判断，不能作为最终的诊断依据。临床上，在排除了因感染、肠道疾病引起的腹泻后，常用以下方法来辅助诊断。

- 1) 乳糖负荷试验 让新生儿喝一定量的含乳糖的液体，并观察其反应。如果出现腹泻、腹胀

等症状，说明可能是乳糖不耐受。

- 2) 粪便检查 对新生儿的粪便进行检查，观察其中是否含有未消化的乳糖。

新生儿乳糖不耐受该怎么办？

- 1) 暂停母乳喂养：如果新生儿是纯母乳喂养，可以暂停母乳喂养一段时间，期间用配方奶粉代替，让肠道得到暂时的休息和恢复，之后再逐渐恢复母乳喂养，或用低乳糖或无乳糖的配方奶粉喂养。

- 2) 添加乳糖酶 乳糖酶是一种酶类物质，可以帮助人体分解乳糖，使其被消化吸收。对于乳糖不耐受人群，添加适量乳糖酶可以帮助消化乳糖，减轻腹泻等症状。对于新生儿来说，乳糖不耐受是比较常见的问题，因为他们的肠道功能还不够完善，乳糖酶的分泌也不足。一些婴儿配方奶粉中会添加乳糖酶，以帮助消化乳糖。需要提醒的是，使用含有乳糖酶的配方奶粉前最好先咨询医生，以免引起不必要的风险。

湘潭市妇幼保健院
新生儿科 易锡良