



高龄产妇，做好预防，控制风险

高龄产妇易发生的妊娠并发症

1. 妊娠期间易发高血压和糖尿病

高龄妊娠并发症发生风险较高，常见的并发症有妊娠期高血压、妊娠期糖尿病。

2. 心理问题

35岁以上的高龄孕妇怀孕的心理压力比年轻的孕妇要大很多，加上家庭和身边人也会施加一些压力，会导致高龄孕妇产生焦虑抑郁的心理。

3. 自然流产率增大

高龄女性的卵子容易发生基因突变，导致易发生流产的现象。

4. 早产率增大

高龄孕妇的子宫内环境相对较差，有可能影响到宝宝的生长发育，未足月出生的概率也显著增加。

5. 乳腺癌率增大

高龄产妇患有乳腺癌的几率与年轻孕妇相比显著增加。

6. 先天性痴呆儿发生率增大

女性在35岁以后，由于身体原因，卵子的成熟过程会不断延长，染色体容易发生老化、衰退或畸变，易导致宝宝智力存在问题。

高龄孕检的关键时间点

1. 第一个时间点 是在11周~14周之间，此时间段需要做超声检查。

高龄产妇是指到预产期的时候，年龄超过35岁的产妇，这部分产妇孕期容易出现高血压、糖尿病等一些并发症。甚至有一些会发生前置胎盘、胎盘早剥。在生产时也容易发生难产、产后出血。所以我们对高龄的孕产妇，要加强孕期的保健，尽量地减少并发症的发生。即使发生我们也要把它的影响降到最低程度。

2. 第二个时间点 产前筛查：

一是唐氏综合征筛查，在妊娠15周~20周；二是无创DNA筛查，在妊娠12周~23周。

3. 第三个时间点 是在妊娠20周~24周，这期间需要做孕期B超，对胎儿整体进行多个系统的超声筛查，主要排除胎儿异常畸形等情况。

4. 第四个时间点 是在妊娠24周~28周，这期间做孕期糖尿病筛查。通过对孕妇的糖耐量实验，来筛查有没有妊娠糖尿病的风险。

5. 第五个时间点 是在妊娠29周~32周，要再完成一次孕期B超检查，主要为了了解胎儿生长发育状况，也要再次排查胎儿有没有异常风险。

6. 每周胎心监护检查 从妊娠36周~41周每周都需要做胎心监护检查。

另外，对于高龄孕妇，或者是既往分娩过或者怀孕过不健康孩子

的孕妇，需要在妊娠期完成产前诊断的检查。产前诊断的检查有两个关键时间点：一是在妊娠13周+6天，即不超过14周时要完成绒毛穿刺。另外一个时间点是妊娠16周~22周+6天，即23周之间，要完成羊水穿刺检查。两项检查的目的是为了排除胎儿染色体异常。

高龄产妇如何预防妊娠并发症

1. 产前诊断 高龄女性宝宝出现染色体异常的风险会增大，一定要根据医生诊断结果，来判断你是否具备怀孕的条件。

2. 糖尿病筛查 高龄孕妇发生糖尿病的几率明显增加，高龄孕妇要重视妊娠期糖尿病的预防，按时做好筛查。

3. 监测血压 高龄产妇非常容易患上妊娠期高血压疾病。如果收缩压大于等于140mmHg（毫米汞柱），或者是舒张压≥90mmHg，或有头痛、腿肿的情况，应该尽快去医院诊治。

3. 注意休息，均衡饮食 高龄

女性发现怀孕后，需注意休息、营养均衡，避免提拉重物及大幅度的运动；注意补充叶酸。保持良好的心情，避免过度紧张及压力过大，必要时在医生的指导下用药安胎治疗。

4. 定期产前检查 及时发现异常及时治疗，降低宝宝出生后发现问题的概率。高龄孕妇孕期发生流产、早产、妊娠合并症和并发症的风险较大，需要加强产前检查，在医生指导下做好围产期保健，降低母婴风险。

5. 营养与体重管理 保持良好的饮食习惯，摄入充足的营养，特别是叶酸、铁、钙等对胎儿发育至关重要的营养素。同时，要维持自身的体重平稳上涨。

6. 心理调适 保持自心情愉悦，避免情绪波动对胎儿造成影响。可通过咨询、阅读、交流等方式，了解孕期相关知识，为顺利分娩做好准备。

对于那些高龄女性，如果自己合并有各方面明显影响妊娠的疾病，但同时自己大龄身体健康，我建议还是尽量避免妊娠，如果实在想生，最好就诊于当地正规医院行孕前咨询，如果身体状况不允许生育，还是应该避免生育。

防城港市防城区人民医院 陈荣雪

麻醉前后那些不得不说的事儿

手术是医疗救助中的一种重要手段，而麻醉则是手术中不可或缺的一部分。在麻醉和手术前后，有许多需要注意的事项，这些细节关系到手术的顺利进行和患者的安全。本文将带您了解麻醉及手术前后那些不得不说的重要事项，以便患者和家属能够做好充分的准备。

麻醉前的注意事项

1. 一般准备 患者在麻醉手术前，如果有戴假牙、或者有饰品要及时摘除。

2. 提供详细病史 麻醉前，患者应提供详细的病史信息，包括过去的疾病、手术史、药物过敏史等。这些有助于医疗团队制定适合的麻醉方案，减少并发症的风险。

3. 告知用药情况 患者需要告知医生和护士正在使用的药物，无论是处方药、非处方药还是补充剂。某些药物可能会与麻醉药物发生相互作用，因此医生需要了解患者的药物使用情况。

4. 禁食和禁水时间 根据医生的建议，患者需要在手术前规定的时间停止进食和饮水。防止麻醉过程中恶心、呕吐，引起误吸，导致呼吸道梗阻，危及患者生命安全。

5. 体检和检查 在手术前，患者可能需要进行一些必要的体检和

检查，以确保身体状况适合手术。这些检查可能包括心电图、血液检查等。

6. 咨询医生和护士 如果患者对麻醉过程有任何疑虑或问题，应及时咨询医生和护士。他们会解答患者的疑问，并提供必要的信息。

7. 遵循医生的建议 医生会根据患者的情况制定最合适的麻醉方案，患者需要严格遵循医生的建议，不要随意更改或停用药物。

麻醉及手术的进行

一旦进入手术室，麻醉和手术的进行将需要医疗团队的协调和患者的配合，以下是一些手术室麻醉的基本情况。

1. 麻醉方式的选择 根据手术类型和患者的情况，麻醉医生会选择合适的麻醉方式。可能是全身麻醉、局部麻醉、复合麻醉等，医生会向患者解释所选麻醉方式的细节。

2. 监测生命体征 在手术过程中，医疗团队会全程监测患者的生命体征。有助于及时发现异常情况并采取必要的措施。

3. 麻醉药物的管理 麻醉医生会根据患者的体重、年龄和手术情况，合理计算和调整麻醉药物的剂量。药物的管理需要严格遵循医生

的指导，以确保用药安全和效果。

4. 手术过程的协调 麻醉医生会与外科医生和护士密切合作，确保手术过程的协调和顺利进行。在手术中，麻醉医生会不断调整麻醉深度和药物剂量，以适应手术的需要。

5. 术中的舒适和安全 在麻醉及手术过程中，患者虽处于麻醉状态，但仍然需要保持舒适和安全。手术室护士会定时给患者适当微调体位，以保证呼吸道通畅，以及防止压力性损伤的发生等。

在麻醉和手术过程中，手术医生、麻醉医生和手术室护士将全力确保患者的安全和手术的成功。患者也需要配合医生的要求，保持放松和信任，以获得最佳的手术体验和治疗效果。

麻醉后的护理

麻醉后，患者需要特别的护理和观察，以确保恢复顺利和避免并发症的发生。

1. 恢复室观察 手术结束后，患者会被送往恢复室，护士会持续观察患者的生命体征，以确保患者的恢复状况稳定。

2. 呼吸道通畅 麻醉后患者的呼吸道可能受到影响，护士会确保患者的呼吸道通畅，防止窒息和呼

吸困难。

3. 意识恢复 手术结束后，要等待患者清醒，肌力恢复，各项生命体征平稳后才送回病房。

4. 体位管理 对于腰麻的患者，要去枕平卧6小时，防止术后头疼的发生。

5. 饮食方面 全麻术后由于麻醉药物作用会使肌肉一过性松弛，受药物影响较为明显的部位就是胃肠道的肌肉，所以术后要注意避免发生胃肠道的反流，或进食时发生误吸，根据手术类型决定患者术后的禁食、禁饮时间。

麻醉后的护理是手术过程的延续，需要医护人员的精心照料和患者的配合。患者在麻醉后要保持平静，遵守医生和护士的建议，不要过早行动，以免影响恢复效果。医护人员会根据患者的状况为其提供合适的护理，以确保患者的恢复过程顺利进行。

总之，在麻醉和手术前后，有很多细节需要患者和家人的重视。遵循医生和护士的建议，提供详细的医疗信息，遵守禁饮、禁食和用药的规定。同时，在术后恢复期遵循医生的指导，都有助于手术的顺利进展和疾病的康复。

广西壮族自治区工人医院 李春梅