



# 妊娠期用药 如何确保安全

妊娠期用药可能会对胎儿和孕妇产生不良影响，在妊娠期使用药物之前，首先应该咨询医生，医生根据具体情况判断药物的安全性，并给出相应的建议，安全合理地使用药物。在这篇文章中，我们将探讨如何保证妊娠期用药安全，并提供一些建议和注意事项。

## 妊娠期用药要点

**1. 避免不必要的药物使用** 在妊娠期间，应尽量避免使用不必要的药物。这是因为一些药物可能对胎儿和孕妇的健康带来风险，孕妇应尽量寻找其他非药物方法来控制症状或疾病，并选择更安全的替代方案。例如，孕期头痛可以通过休息、放松、按摩或热敷等方法来缓解，避免使用药物治疗。对于感冒和咳嗽等常见疾病，可以试着增加液体摄入、保持室内湿度、经常洗手等措施来缓解症状，而不是过度依赖药物治疗。

**2. 咨询专业人士** 咨询医生或医疗保健提供者是确保妊娠期间正确使用药物的关键。根据孕妇的医疗历史、妊娠期和特定情况为其提供个性化的建议和指导。孕妇应主动与医生交流，详细地描述症状和疾病，并询问所有可能的治疗选择。对于处方药物，孕妇应向医生询问药物的安全性和任何潜在的风险，并确保明确知道正确的剂量和服用频率。在咨询医生时，孕妇应提供尽可能详尽的医疗历史，包括过去和现在使用的药物，以及处方药、非处方药和保健品。这样，医

生可以更好地评估和监控可能的药物相互作用，以确保药物的使用是安全的。在使用药物期间，如果出现任何异常症状或不适，例如恶心、呕吐、头晕等，应立即向医生报告，医生可以对药物进行必要的调整或停止使用，以保护胎儿和孕妇的健康。

**3. 了解药物的风险等级和安全性** 不同的药物可能会对胎儿产生不同程度的影响，了解药物的风险等级和安全性可以帮助您做出明智的决定。美国食品药品监督管理局（FDA）和其他机构提供了关于药物在妊娠期的安全性的指南和数据库，可以参考这些资源以获取更多信息。

**4. 避免过度使用药物** 孕妇应避免过度使用药物。当遇到健康问题，应该始终按照医生的建议使用药物，并遵循正确的剂量。过度或不正确地使用药物可能会增加不良反应的风险，对胎儿和孕妇的健康造成危害。如果孕妇怀疑自己是否需要使用特定药物或是否存在不适当的药物剂量，应该立即咨询医生。

**5. 注意药物相互作用** 某些药



物可能会与其他药物发生相互作用，并增加不良反应的风险。因此，孕妇在妊娠期使用药物时，应告诉医生正在使用的所有药物，包括处方药、非处方药和保健品。这样，医生可以评估潜在的相互作用，确保药物的使用是安全的。

**6. 监测药物的效果和副作用** 在使用药物期间，注意观察药物的效果和出现的副作用。如果注意到任何异常症状或不适，应立即向医生报告。这样，医生可以对药物进行必要的调整或停止使用，以保护胎儿和孕妇的健康。

## 药物使用的一般原则

药物使用的一般原则可以帮助确保在妊娠期安全使用药物。

**1. 在妊娠早期尽量避免药物使用** 妊娠初期是胎儿器官发育的关键阶段，在这个阶段使用药物可能

对胎儿产生更大的风险，因此，应尽量避免在妊娠初期使用药物。

**2. 选择安全的药物** 在妊娠期使用药物时，请遵循医生的意见，选择已经经过临床试验和被确认为安全的药物。

**3. 注意药物的剂量和频率** 在使用药物时，确保按照医生的建议和剂量使用，避免过度使用药物。

**4. 定期进行产前检查** 定期进行产前检查，包括超声检查和血液测试等，以监测妊娠期间的孕妇健康状况和胎儿的发育情况。

总结起来，妊娠期用药是一个复杂的问题，安全至关重要。通过咨询专业人士，了解药物的风险等级和安全性，并遵循医生的建议和指导，可以确保孕妇在妊娠期的用药安全。

玉林市玉州区城西街道社区卫生服务中心 郑光海

# 得了胃癌该怎么办？

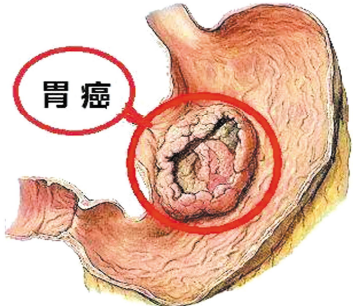
老王刚过 50 岁就被查出了胃癌，这让他心情十分焦虑，认为自己没有多少天可活了。后来在医生的精心治疗和家人关心帮助下，老王的状态慢慢变好，虽然无法彻底恢复，但生活质量明显变好了。由此可见，正确的胃癌认知有利于胃癌患者的治疗与康复。

## 胃癌到底是什么？

胃癌是一种恶性肿瘤，通常起源于胃内黏膜的正常细胞。当这些细胞发生异常变化，失去正常的生长和分裂控制时，就会形成癌症。胃癌的发病原因多种多样，其中包括长期的胃炎、幽门螺旋杆菌感染、吸烟、饮酒、高盐腌制食物摄入以及一些遗传因素。同时，这些因素可能相互作用，增加患胃癌的风险。早期胃癌可能没有明显症状，但随着病情恶化，患者可能出现食欲减退、消化不良、腹部不适、呕吐、体重下降等症状，而晚期胃癌可能导致严重的并发症。

## 得了胃癌之后该怎么处理？

**1. 尽快就医治疗** 出现胃癌症状时，应及时就医，进行全面身体检查以明确诊断。在这个过程中，



医生会进行一系列检查，包括胃内窥镜检查、CT 扫描和生物化验，以确定是否存在胃癌。一旦确诊，医生会与患者详细讨论病情的各个方面，包括胃癌的具体类型，因为不同类型的胃癌可能需要采取不同的治疗方法。此外，医生还会评估疾病的严重程度，以确定病情的扩散情况，这将有助于确定适合的治疗计划。在治疗上，医生会介绍可行的治疗选项，这可能包括手术、放疗、化疗或靶向治疗等。

**2. 家庭心理支持** 建立支持体系对于胃癌的治疗和康复至关重要。首先，与家人的联系和支持对于应对身体和情感上的压力非常重要。家人可以提供情感支持，鼓励患者坚强面对困难，帮助应对日常生活中的挑战。朋友也可以在患者

需要倾诉和交流的时候提供帮助，缓解孤独感。医疗团队也是建立支持体系的关键一环，与医生、护士和其他医疗专业人员建立紧密联系，可以确保患者获得最佳的医疗护理。他们将监测病情，解答疑虑，并制定合适的计划。定期的医疗随访和交流有助于了解治疗进展，并及时应对任何问题或副作用。此外，胃癌患者还可以考虑参加支持团体或癌症社区组织，这些团体为患者提供一个可以与其他人分享经验、情感和信息的平台，可以互相了解和鼓励。

**3. 生活习惯调整** 在接受胃癌治疗期间，需要特别关注生活方式的管理，因为不同的治疗方式可能会引发不同的不适症状，如恶心、呕吐、乏力等。这些症状可能对日常生活造成一定的困扰，但遵循医生的建议可以帮助患者更好地应对。比如对于恶心和呕吐的管理，医生通常会建议采取特定的饮食策略，包括分次小餐，避免辛辣、油腻和刺激性食物，以及选择清淡、易消化的食物。医生还可能建议采用抗恶心药物，这可以有效减轻这些症状。其次，乏力是另一个常见的问题，治疗期间

可能会感到身体虚弱和疲劳，在这种情况下，医生通常会强调休息和合理的活动。充分休息可以让身体有充足的恢复时间。适度的运动，如散步，可以帮助恢复精力。此外，因为治疗期间可能会导致脱水，保持充足的水分摄入也很重要，多喝水有助于缓解一些不适症状。

**4. 饮食管理** 首先，饮食方面的调整包括限制某些食物，特别是那些可能引发恶心、胃灼热或不适的食物，这些食物通常包括辛辣、油腻、咖啡因和酸性食物。避开这些食物可以减少不适，并提高餐后的舒适感。另外，增加对身体有益的食物摄入也是饮食调整的一部分，如摄入足够的蛋白质，以帮助维持肌肉和免疫系统的健康。此外，要确保摄入足够的维生素和矿物质，以支持身体的康复。医生或营养师通常会建议患者多摄入适量的蔬菜、水果、全麦产品和高纤维食物，以满足营养需求。分食也是一种常见的饮食策略，多次进食小份量的食物有助于减轻胃部不适感和胀气。

总而言之，胃癌治疗通常是一个复杂的过程，需要患者、医生、家庭的长期配合，应做好长期治疗和康复的准备。

贺州市钟山县人民医院 朱富佳