

# 宫外孕的常见症状及防治方法

大多数人都听说过宫外孕，简单来说，它是指胚胎着床在子宫以外的地方。宫外孕是妇产科一种常见的急腹症，发生率为2%~3%，危害女性的健康，严重者还可危及生命。那么，宫外孕到底有哪些症状？女性又该如何预防宫外孕呢？

## 什么是宫外孕

正常情况下，精子和卵子在输卵管完成授精后，会移至子宫腔内着床发育。但现实情况是，由于种种原因，受精卵可能会“迷路”，跑到子宫以外的地方去“安家”，最常见的是输卵管，也可能是卵巢、腹腔、子宫颈等其他部位。

## 宫外孕有哪些症状

宫外孕的症状根据受精卵的着床部位、严重程度不同而有所不同。具体如下。

1. 停经 宫外孕女性多有6~8周停经史，但也有20%~30%的患者无明显停经史。

2. 腹痛 这是宫外孕最常见的症状之一，疼痛程度不一，有时可伴有肩部或颈部疼痛。

3. 阴道出血 大多数宫外孕女性会有不规则阴道出血，色黯红，量少，一般不超过月经量。停经、腹痛、阴道出血又被称为宫外孕“三联征”，如果女性同时出现这三种症状，应提高警惕，及时就医，排除宫外孕可能。

4. 晕厥和休克 在宫外孕破裂导致大量出血的情况下，患者还会出现晕厥，甚至休克。

## 宫外孕的原因有哪些

1. 输卵管炎症 输卵管炎症会

导致输卵管粘连或狭窄，从而阻碍受精卵正常进入子宫腔。

2. 输卵管手术 曾经进行过输卵管手术的女性，如输卵管结扎后再通术，也容易发生宫外孕。

3. 辅助生殖技术 通过辅助生殖技术（如试管婴儿）怀孕的女性，宫外孕的风险也会有所增加。

4. 生殖系统疾病 如子宫内膜异位症、子宫肌瘤、卵巢肿瘤等生殖系统疾病，也可增加宫外孕的风险。

## 如何预防宫外孕

1. 保持良好的卫生习惯 注意个人卫生，避免不洁性行为，减少性传播疾病的发生。

2. 及时治疗妇科炎症 如有妇科炎症，应及时就医治疗，防止炎症蔓延至输卵管。

3. 减少意外怀孕 做好避孕措施，避免频繁流产手术，减少对子宫内膜和输卵管的损伤。

4. 定期体检 育龄女性应定期进行妇科检查，及早发现并处理可能影响受孕的因素。

## 如何治疗宫外孕

1. 药物治疗 对于尚未破裂且无明显症状的宫外孕者，可尝试药物治疗。通过特定的药物干扰胚胎的养分供应或者激素环境，从而使胚胎停止发育。一旦胚胎停止发



育，便可被母体吸收，从而避免了手术的风险。

2. 手术治疗 对于药物不能治疗的宫外孕者，可以采取手术治疗，临床主要有腹腔镜手术和开腹手术两种方式。腹腔镜手术是一种微创手术，通过小切口和腹腔镜器械进行操作，创伤小，恢复快，但对医生的技术要求较高。而开腹手术则适用于更复杂或紧急的情况，虽然恢复时间相对较长，但能够更直接地处理病灶。

隆回县中医院妇产科 刘萍

# 人流清宫术前后护理要点

在妇科门诊，越来越多的女性因疾病、药物或避孕失败而选择终止妊娠，而人工流产手术是最常见的解决方法。然而，手术会给女性的身心健康带来严重负面影响，让患者长时间处于恐惧和焦虑之中，不利于康复。为了减轻患者的痛苦，术后护理非常重要，本文将介绍人工流产清宫手术前后的护理要点，以促进患者身体早日康复。

## 人流清宫术前

1. 禁食禁水 医生术前应该告知患者相关术前要求，如禁食6小时、禁水2小时等，并向患者讲解不禁食禁水的危害。

2. 做好术前检查 医生要充分了解患者的既往病史，做好血尿常规、心电图等基础检查。如患者有发热、咳嗽或阴道炎症等急性感染症状者，应暂缓手术，待感染控制后再行人流术。

3. 做好心理准备 大部分患者术前容易产生焦虑、恐惧等心理问题，医护人员应有针对性地帮助患者缓解心理压力，引导患者正确看待手术，并与患者建立和谐友好的关系。

4. 提前准备好术中所需物品 辅助医生做好各项准备工作，并严密监测身体情况，一旦发现异常，第一时间联系医生，并采取积极处置手段。

## 人流清宫术中

为了确保手术的安全顺利进行，首先必须准备好手术所需的器械，并严格遵循消毒隔离制度和无菌操作技术，确保手术环境的安全卫生。其次，护理人员要与患者和医生紧密配合，密切关注患者术中的生命体征变化，如血压、脉搏、呼吸等指标，确保患者的生命安全，为患者提供更加舒适、高效的手术治疗体验。

## 人流清宫术后

1. 合理安排休息 术后早期避免剧烈活动，尽量卧床休息，保证充足的休息时间。多食用一些容易消化、营养价值高及维生素含量高的食物，如鱼类、蛋类、新鲜蔬菜等，禁食辣椒等刺激性食物。

2. 保持外阴清洁卫生 每日用温水清洗外阴，避免使用刺激性强的洗涤用品，勤换内衣内裤。如果

出现腹部微痛、阴道流血等症状属正常现象，可自行缓解，患者无需过于担心。

3. 禁止性生活 术后1月内禁止性生活，以免引起感染或损伤子宫内膜。

4. 复查 术后应遵医嘱复查，以判断术后恢复情况。如出现剧烈腹痛、阴道大量出血等异常现象，应立即就医。

随着医疗水平的不断提高，人流手术的风险也明显降低，但要注意的是，术后如果护理不当，仍可能诱发感染、子宫内膜损伤、大出血等并发症。因此，为了促进患者尽快恢复身体健康，医护人员应加强对患者的护理和康复指导，及时缓解患者的消极情绪，促进患者早日康复。

张家界市永定区妇幼保健院  
妇产科 李亚锦

## 带你详细了解无痛分娩

人们常说的无痛分娩，在医学上指的是“分娩镇痛”，即利用各种医学措施使产痛减轻甚至消失。这种分娩方式可以让产妇不再承受剧痛的折磨，能消减女性对分娩的恐惧以及产后疲倦感，还能让产妇在第一产程得到足够的休息，为之后娩出胎儿存储体力。

“无痛分娩”起源于国外，至今有100余年的历史，国外已经普遍应用，国内也有很多医院已经开展无痛分娩，有的已经占了顺产的30%~40%。目前的分娩镇痛方法主要包括非药物性镇痛和药物性镇痛两大类，前者包括导乐分娩、按摩、呼吸练习、水中分娩等，后者包括椎管内麻醉、吸入麻醉、口服或注射镇痛药物等。

椎管内麻醉是所有分娩镇痛方法中最常用，也是效果最确切的，操作必须由有资质、且经验丰富的麻醉医生进行，5~10分钟左右完成。麻醉医师在腰椎间隙进行穿刺成功后，在蛛网膜下腔注入少量局麻药或阿片类药物，并在硬膜外腔置入一根细导管，导管的一端连接电子镇痛泵，由产妇根据疼痛的程度自我控制给药（麻醉医生已经设定了每小时的限量，不必担心用药过量），镇痛泵可以持续使用直至分娩结束。整个过程中，麻醉药的浓度较低，相当于剖宫产麻醉时的1/5~1/10，可控性强，安全性高，几乎不影响产妇的运动，产妇意识清醒，能主动配合、积极参与整个分娩过程，胎儿娩出时，还可以很清醒地感受到为人母的喜悦。这种局部麻醉方法主要作用于感觉神经，不麻醉运动神经，称之为“可行走式的麻醉”。

“无痛分娩”并不是整个产程无痛。不管用什么方法，都很难做到绝对不痛，无痛分娩的应用主要是为了让难以忍受的子宫收缩阵痛变为可忍受，或只是感受子宫收缩而不痛。只要产妇规律宫缩开始，无分娩镇痛禁忌症，且产妇要求镇痛，即可进入产房实施分娩镇痛，并全程管理。

很多人担心椎管内麻醉会对产妇和胎儿的健康带来不利影响。其实，绝大多数产妇进行椎管内麻醉不会发生不良反应，只有极少数人可能会有头痛、腰酸背痛、抽筋等不适，但这些情况发生率很低，且症状轻微，很快会消失，不会给产妇身体带来太大的影响。其次，虽然椎管内麻醉会影响产程和胎盘供血等，但麻醉药物的浓度远比其它一般手术的剂量低，且经过胎盘进入胎儿体内的药物量微乎其微，基本不会给宝宝带来不良影响。

最后需要提醒的是，并不是所有的人都能进行无痛分娩，对于有阴道分娩禁忌症、麻醉禁忌症、凝血功能障碍的人，都不可以采用无痛分娩。

古丈县人民医院 张健