

怀了一串“葡萄”？ 揭秘葡萄胎 一场伪怀孕风暴

听到“葡萄胎”这个词，很多女性可能会感到陌生又恐惧，这究竟是一种怎样的疾病？下面，我们就来揭开它的神秘面纱。

什么是葡萄胎

“葡萄胎”并不是真正的葡萄，而是一个形象的俗称，医学上称为妊娠滋养细胞疾病。它确实与怀孕有关，但是一种异常妊娠，是因妊娠后胎盘绒毛滋养细胞增生、间质水肿，而形成大小不一的水泡，水泡间借蒂相连成串，形似葡萄而得名，又称水泡状胎块。

葡萄胎的病因

葡萄胎的病因尚不完全清楚，可能与受精卵的染色体（遗传物质）异常有关。葡萄胎主要有两种情况：

1. **完全性葡萄胎** 胎盘的绒毛全部变成水泡，但没有正常的胎儿组织。通常是一个“空卵”（无遗传物质）与一个精子结合后，这个精子的遗传物质自我复制而成。所以，染色体完全来自父亲，形成单亲二倍体。

2. **部分性葡萄胎** 存在部分正常的胎盘绒毛，同时可能有发育异常的胎儿组织。通常是一个卵子与两个精子或一个减数分裂异常的二倍体精子同时结合所致，导致多出一套染色体（三倍体）。

因为葡萄胎妊娠多合并胚胎染色体异常，阻碍正常胎儿的发育。

所以，葡萄胎是一种无法继续妊娠的疾病。

葡萄胎的“警报信号”

葡萄胎的早期表现和正常怀孕很像，会有停经、早孕反应等，但它还会发出一些“危险信号”：

1. **停经后阴道流血** 这是最常见的症状，通常在停经 8~12 周开始出现不规则的阴道流血，和先兆流产很像，有时血中还会混有“葡萄样”水泡。

2. **剧烈恶心、呕吐** 早孕反应比正常孕妇剧烈得多，甚至达到无法进食、引起电解质紊乱的程度。

3. **子宫异常增大** 由于水泡迅速增生，子宫体积往往大于相应的停经月份。

4. **腹痛** 由于子宫快速增大，会引起下腹坠胀痛。

5. **卵巢黄素化囊肿** 由于大量绒毛膜促性腺激素（HCG）的刺激，双侧卵巢可能会出现良性囊肿。

6. **其他症状** 少数情况可能出现心动过速、震颤等甲状腺功能亢进的表现，或者妊娠期高血压疾病的早期症状，如高血压、蛋白尿、水肿。

出现心动过速、震颤等甲状腺功能亢进的表现，或者妊娠期高血压疾病的早期症状，如高血压、蛋白尿、水肿。

确诊葡萄胎该怎么办

超声下出现典型的“落雪状”或“蜂窝状”影像，以及血 HCG 水平异常增高，可确诊为葡萄胎。一旦确诊，治疗原则是及时清宫，定期随访。

清宫是首选的治疗方法。医生会通过“吸刮术”彻底清除子宫内的葡萄胎组织，就像彻底给子宫进行“大扫除”。

清宫后定期随访也是治疗中不可或缺的一环，因为有一小部分葡萄胎可能持续存在，甚至发展为滋养细胞肿瘤。随访过程中应严密监测血 HCG，具体为每周查一次，直至连续 3 次阴性，之后的半年至 1 年内，仍需每月复查。随访期间需严格避孕至少半年，推荐使用避孕套和短效口服避孕药，避免使用宫内节育器。

云南省妇幼保健院 转黎

中西医结合 双管齐下治疗乳腺炎

乳腺炎是女性常见的哺乳期疾病，不仅会引起乳房红肿热痛，还会影响母乳喂养，常常让新手妈妈陷入“哺乳焦虑+病痛”的双重折磨中。如果单独应用中医调理或西医抗炎，通常不能获得理想的治疗效果，只有中西医结合，双管齐下，充分发挥中西医协同作用，“急则治标、缓则治本”，才能迅速控制炎症，更快恢复乳腺功能。

中西医对乳腺炎的认知差异

中医理论认为，乳腺炎属于“乳痈”范畴，一般是由于胃热壅滞、肝气郁结或外邪侵袭、乳汁淤积不通等导致气血瘀滞，最终引发疾病。

西医则认为，乳腺炎是因细菌感染引起的乳腺组织炎症，通常是链球菌、金黄色葡萄球菌通过乳头感染所致，也可因乳头破损、乳汁淤积等导致。

急性期西医为主 快速控制炎症

乳腺炎急性发作期（发病后 1~3 天），体温常超过 38.5℃，乳房明显红肿热痛，此时的治疗需以“快速抗炎、解除阻塞”为原则，精准打击病灶，避免炎症扩散。可以用头孢克洛等头孢菌素类，或阿莫西林等青霉素类药物抗感染，这两类药物具有较高安全性，适合哺乳期应用。同时还可通过冷敷改善局部充血水肿，并结合热敷促进血液循环，利于炎症吸收。如果不能有效控制炎症，甚至乳房出现波动感，应在超声引导下实施穿刺抽脓处理或切开引流术，同时联合抗生素抗感染、中医调理等综合治疗。

全程中医为辅 修复乳腺功能

乳腺炎治疗过程中，全程都要贯穿中医治疗方法。

急性期阶段，通过中药外治和口服迅速缓解症状。对于热毒壅盛证，需予以五味消毒饮合透脓散治疗，起到托毒排脓、清热解毒的作用；如合并肝气郁结，需额外加入疏肝理气药，如郁金、柴胡、香附等；对于局部红肿未化脓者，可外敷金黄散，起到清热消肿的作用。

缓解期阶段，可采用针灸联合按摩的方法，疏通乳络，避免疾病复发。控制炎症后，可选择内关、太冲、膻中、乳根等穴位实施针灸，每次留针 20 分钟，每周 2~3 次。同时用揉、推、挤、按等手法从乳房外侧向乳头按摩，力度以无痛、乳汁能排出为宜。

恢复期阶段，可通过食疗联合情志调理，进一步强化治疗效果。如食用黄芪当归乌鸡汤、陈皮麦芽茶、蒲公英瘦肉粥等；通过与亲友沟通交流、冥想、听音乐等方法来舒缓情绪，释放压力，保持稳定情绪。

总之，乳腺炎并非哺乳期的噩梦，只要采取中西医结合的方法，掌握“急性期西医控制炎症、全程中医辅助调理”的基本原则，如同双剑合璧，不仅可迅速缓解乳腺炎引起的痛苦，还能从本质上治愈疾病，完全能够让新手妈妈在乳腺炎治疗阶段实现母乳喂养，让母婴健康同时得到保障。

邵阳市邵东宋家塘佰骏医院
蔡能登

乳腺癌化疗期间的饮食策略

乳腺癌是一种常见的恶性肿瘤，化疗是治疗乳腺癌的主要方法。但是，化疗药物在杀死癌细胞的同时，也会对患者正常细胞产生一系列毒副作用，引起恶心、呕吐、腹泻、便秘等不良反应。合理安排饮食对乳腺癌化疗患者来说，既可以一定程度缓解上述不良反应，又可以给机体提供所需营养支持，增强机体抵抗力，帮助患者更好地耐受化疗，改善生活质量，促进机体恢复。因此，重视化疗过程中的饮食具有重要意义。

化疗过程中的饮食原则

化疗过程中的饮食要以清淡易消化、营养均衡、多样化为原则。在食物选择方面，应确保优质蛋白质的摄入量，如瘦肉、鱼类、蛋类、豆类等，这些蛋白质既可以修复机体受损组织，又能在维持正常生理功能方面提供强有力的支持；同时要保证新鲜蔬菜、水果的摄入，以补充维生

素、矿物质，提高机体免疫力；适量摄取膳食纤维丰富的食物，如全谷物、燕麦，加强肠道蠕动，预防便秘。忌食辛辣刺激、油腻及生冷食物，以减少胃肠道刺激。

常见副作用的饮食应对策略

1. **恶心呕吐** 饮食应以清淡易消化为主，如小米粥、大米粥、软面条等，这类食物口感松软，不会对胃肠道造成太大负担。忌吃油腻辛辣刺激食物，如油炸食品、辣椒、大蒜等，以免刺激肠胃，加重恶心呕吐症状。可适当进食酸味食物，如山楂、柠檬，酸味可在一定程度上减轻恶心感，但不能过多，避免刺激肠胃。进食遵循少食多餐原则，以免一次吃得太多而引起肠胃不适。

2. **腹泻** 腹泻时的饮食应以减少肠道负担，避免脱水为原则。一要选择低纤维低脂肪食物，如白米饭、馒头和稀饭，这类食物易消化，且对肠道没有太

大刺激。二是尽量避免高纤维、高脂肪及产气食物，如豆类、全麦面包及油炸食品、碳酸饮料等，这类食物易加重腹泻症状。三要注意补充水分及电解质，可适量喝些淡盐水或口服补液盐来保持体内水电解质平衡。腹泻时，进食量要适当减少，同样遵循少食多餐的原则。

3. **便秘** 增加膳食纤维摄入量，多吃富含纤维的食物，如蔬菜、水果、全谷类食品，它们能促进肠道蠕动，有助于排便。保证的水分的摄入量，一天最少喝 1500~2000 毫升水，以软化粪便，缓解便秘。适当吃些含油脂丰富的食物，如坚果、种子类食物等，帮助润滑肠道，促进排便，但不能过多，以免增加肠胃负担。便秘时，食物避免过于精细，如精制米面和糕点，否则会加重便秘症状。

常德市石门县妇幼保健院
郑家顺