

反复自然流产女性 如何实现“母亲梦”

本报记者 冯金灿 通讯员 郭梁洁

很多年轻夫妇结婚后，一直想赶快生个宝宝，但好不容易怀孕了，没过多久却突然流产或胎停育了。

是什么原因引起频频流产？反复自然流产的女性，如何实现做妈妈的梦想？日前，在河南省人民医院牵头举办的“反复自然流产的诊疗治疗新进展培训班”上，来自我国妇科、遗传等领域的专家为全省300多名医务人员奉上10余场专题学术报告，分享反复自然流产诊疗领域的新技术、新经验。与会专家表示，反复自然流产多发，对其可采用多学科诊疗模式。

反复自然流产，平均5个生育女性中就有1人发生

“反复流产的发病率很高，这种流产再发风险随着流产次数的增加而上升。为了帮助更多女性摆脱流产困扰，这次培训中，我们专门请了妇科、内分泌、甲状腺等领域的专家，试图从多角度解读反复流产的原因，以便提高基层医务人员的诊疗水平，进而让更多女性摆脱流产的困扰。”河南省人民医院医学遗传研究所所长廖世秀说。

据廖世秀介绍，流产分自然流产和人工流产。自然流产的发病率非常高，占全部妊娠的15%~20%，这就相当于每5个人中，约有1人会遇到此困扰，而反复性流产率约为5%，其异常症状主要是停经后出现阴道流血和腹痛。早期自然流产一般先出现阴道流血，而后腹痛，继之排出胎

儿。晚期自然流产一般先出现腹痛，后出现阴道流血，最后排出胎儿。连续自然流产3次或以上者称为习惯性流产，国际上常用复发性流产取代习惯性流产定义。

到底是什么原因引起了流产？“自然流产的原因很复杂，主要与遗传因素、女性内分泌、解剖结构异常、免疫紊乱、感染、凝血功能异常六大因素息息相关，患者多为30~45周岁的女性，其中约20%患者为内分泌异常造成，20%的患者是免疫的问题，10%的患者是解剖结构异常所致。”廖世秀说，随着生殖免疫学的快速发展，已经发现过去不明原因的复发性流产大多数是由免疫紊乱所致，而最近的临床观察还发现血栓前状态也可导致复发性流产的

生。

据廖世秀介绍，妊娠12周以前的早期流产多由遗传因素、内分泌异常、生殖免疫功能紊乱及血栓前状态所致。在妊娠12周至28周之间的晚期流产中，胚胎停止发育者，多因血栓、感染、妊娠附属物异常(包括羊水、胎盘异常等)、严重的先天性异常(如巴氏水胎、致死性畸形等)所致。胚胎组织新鲜甚至娩出胎儿仍有生机者，多数是由于子宫解剖结构异常所致，根据具体情况又可分为两种：一是宫口开大之前或胎膜破裂之前没有明显宫缩，其病因主要为子宫颈机能不全；二是先有宫缩，其后出现宫口开大或胎膜破裂，其病因多为生殖道感染、胎盘后血肿或胎盘剥离等。

经过规范治疗，85%的女性可正常妊娠

兰州大学第二医院教授王芳说，近年来，在生活压力、不良生活习惯、环境以及高龄二胎等多种因素的共同影响下，习惯性流产发病率正不断上升；尽管大部分自然流产原因不明，但研究发现其中80%以上都与免疫因素有关。

“流产通常令人沮丧、悲伤，但流产并不意味着就此失去了做妈妈的资格，经过规范治疗，85%的女性可有正常的妊娠过程，并分娩健康的宝宝。”廖世秀提醒，对于复发性流产及早期自然流产的女性，应该首先明确流产的原因，有部分女性需要进行产

前遗传学检查来确定有无导致流产的遗传学因素。

那么，如何诊断反复自然流产呢？郑州市妇幼保健院优生遗传科主任张富青说，诊断早期反复自然流产有两种方法：一是B型超声检查，可根据妊娠囊形态、有无胎心搏动，确定胚胎或胎儿是否存在；若妊娠囊形态异常或位置下移，提示预后不良。还有一种是妊娠试验，可选用敏感方法连续测定血HCG(人绒毛膜促性腺激素)水平，正常妊娠6~8周时，其值每日应以65%的速度增长；若48小时增长速度<66%，提示妊娠预

后不良。对于其治疗，首先要治疗原发病，其次要参照既往孕产史，结合本次孕期超声及必要的血液学检查指标，综合分析判断胚胎发育情况，根据个体特征的差异，制定有针对性、个性化的保障方案。

王芳说，对于习惯性流产的初诊患者，要详细询问病史，全面化验检查，尽可能找到病因；另外，习惯性流产是异质性疾病，每个患者的病因不尽相同，即使相同的病因，也有着非常大的个体差异。因此，要尽可能个体化治疗，特别是用药方案要个体化。

中国公民健康素养66条(3)



万里/制图

健康生活方式主要包括合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡4个方面。

健康生活方式，是指有益于健康的习惯化的行为方式。主要表现为生活有规律，没有不良嗜好，注意个人卫生、环境卫生、饮食卫生，讲科学、不迷信，平时注意保健、生病及时就医，积极参加健康有益的文体活动和社会活动等。

合理膳食是指能提供全面、均衡营养的膳食。食物多样，才能满足人体各种营养需求，达到合理营养、促进健康的目的。国家卫生计生委(现为国家卫生健康委)发布的《中国居民膳食指南》为合理膳食提供了权威的指导。

适宜运动是指运动方式和运动量适合个人的身体状况，动则有益，贵在坚持。运动应适度量力，选择适合自己的运动方式、强度和运动量。健康人可以根据运动时的心率来控制运动强度，最大心率=220-年龄，每周至少运动3次。

不论吸烟多久，都应该戒烟。戒烟越早越好，任何时候戒烟对身体都有好处，都能够改善生活质量。

过量饮酒，会增加患某些疾病的风险，并可导致交通事故及暴力事件的增加。建议成年男性一天饮用的酒精量不超过25克，女性不超过15克。

心理平衡是指一种良好的心理状态，即能够恰当地评价自己，应对日常生活中的压力，有效率地工作和学习，对家庭和社会有所贡献的良好状态。乐观、开朗、豁达的生活态度，将目标定在自己力所能及的范围，建立良好的人际关系，积极参加社会活动等，均有助于个体保持自身的心理平衡状态。

(据《中国公民健康素养66条》)

多学科诊疗是反复自然流产诊疗的新模式

廖世秀说，习惯性流产常常是多因素的，同一病例多因素同时存在，同一病例不同胎次的流产病因也可不同。对于习惯性流产的诊治目前取得了一定的进展，但是机制仍不清楚，临床诊疗具有不确定性及探索性。目前，进行孕前病因治疗、孕期规范化管理以及心理疏导等习惯性流产综合治疗十分必要。

廖世秀提醒，有些自然流产是一种胚胎自我淘汰的结果，但对于反复流产的患者，她们自身往往会有一种疾病造成流产，只是自己没有注意和重视。因此，建议有复发性流产经历的女性，孕前要仔细排查原因，孕后也需要及时就诊，通过妇科、生殖、遗传等多科室的医生指导来保护母子平安。特别是随着全面两孩政策的实施，年龄偏大又想生育宝宝的夫妇更需要进行遗传优生相关检查，因为年龄的增加会带来身体健康状况的变化，要确保身体健康、具备孕育条件后再生育。

廖世秀说，看诊中，经常会遇到精神严重紧张的患者，一种药如何吃要反复问很多次；不需要卧床休息的非要吃喝拉撒全在床上；常常在网上搜索相关信息，不放过每一个可能和自己症状相似的细节，自说自话地用药；医生不让用的药，自己非要偷偷用，甚至引发严重的后果；医生不让抽血，非要每天跑到医院求医生给自己验血……这些都是过分焦虑的表现。事实上，患者完全不必如此紧张，过度紧张反而不利于妊娠。此外，运动也很重要，一些女性严重缺乏运动，患有现代都市“富贵病”，这其实不利于自身的系统治疗。

虽然没有100%的治疗成功率，但一旦明确病因，对症治疗，顺利当妈妈的可能性为90%左右。

南乐县开展血清流行病学调查

本报讯(记者陈述明 通讯员郭慧卿)10月10日，南乐县疾病预防控制中心组织专业人员在西邵乡开展了“河南省疫苗可预防疾病人群血清流行病学调查”调查工作。

为了确保采样工作顺利开展，按照调查方案要求，南乐县疾病预防控制中心成立了调查采样工作领导小组，制定了详细的分组、分工及实施方案，共设置西邵乡里村、西邵乡五花营村、西邵乡中心幼儿园及西邵乡中心小学

4个采样点，对年龄<1岁、1~2岁、3~4岁、5~6岁、7~14岁、15~19岁、20~39岁、40~59岁、60~79岁共9个年龄组的对象进行了采样调查，对目标人群共采集了210份血清标本；并为每名采样对象发放了礼品杯。

通过开展调查采样工作，可以了解目标人群对疫苗可预防疾病的抗体水平，为完善和制定相应疫苗的免疫接种程序、免疫策略提供依据，也可对5岁以下儿童乙肝表面抗原携带率降至1%的目标完成情况提供依据。

以赛促学 以赛促练

本报讯(记者丁宏伟 通讯员李明华 邢小宝)为了进一步做好基层妇幼健康服务工作，全面提高危重孕产妇和危重新生儿救治中心救治能力，全力保障母婴安全，推动妇幼健康事业高质量发展，10月11日，驻马店市驿城区卫生健康委员会、区总工会主办了“驿城区妇幼健康知识技能竞赛”。该竞赛在驻马店市第一人民医院举办。

来自驿城区直各医疗机构的14个代表队参加比赛，竞赛分为理论考试和团体操作技能比拼两个部分。比赛项目有孕产妇保健服务及危重孕产妇急救处置、新生儿窒息复苏等。参赛团队通过抽签确定比赛项目、比赛顺序。本次比赛评委来自驿城区直医院的妇幼保健专家担任。

整个竞赛过程组织严密、井然有序、精彩纷呈，参赛队员沉着冷静、认真投入、技能娴熟。评委们通过认真观摩选手的每一个操作环节，现场严格按照标准评分。经过近5个小时的激烈角逐，参赛队员赛出了水平，赛出了风格！这充分展现了驿城区基层妇幼健康工作者勇于奉献的精神和精益求精的职业素养，达到了以赛促学、以赛促练的预期效果，对驿城区基层妇幼健康服务水平和质量的提升起到积极的促进作用。

新县专项督导艾滋病扩大检测工作

本报讯(记者王明杰 通讯员吴向东)日前，新县艾滋病防治工作委员会办公室组织县疾病预防控制中心、县中医院、城中社区卫生服务中心、千斤乡卫生院、沙石镇卫生院等12个医疗机构艾滋病扩大检测点进行督导检查。

据介绍，本次督导重点询问工作人员检测程序、查阅检验室扩大检测登记原始资料、查

看HIV(人类免疫缺陷病毒)抗体检测份数网络直报规范性等内容，进一步加大实验室和疫情上报工作人员面对面技术培训指导的力度。通过督导检查发现，大部分艾滋病检测点HIV抗体检测工作宣传、原始记录、资料管理和网络直报等工作比较规范，但也存在一些问题。针对督导中发现的问题，督导组现场提出了限期整

改意见，并对相关技术问题现场给予指导。新县卫生健康委员会要求，各医疗机构要高度重视艾滋病扩大检测工作，明确目标，责任到人，落实到位，加大宣传力度，扩大检测人群，规范检测流程，提高检测水平，做到防治关口前移下沉，力争早期发现感染者和病人，减少疫情传播。

漯河市源汇区

积极开展艾滋病医疗救治工作培训

本报讯(记者王明杰 通讯员纪雨辰)日前，漯河市源汇区卫生健康委员会(简称源汇区卫生健康委)开展了2019年艾滋病医疗救治工作培训及督导检查活动，全面培训辖区内医疗机构相关医务人员及定点医院、门诊部医务科、定点救治机构接诊医生、药品管理人员40余人进行集中培训。此次，李金炎和警永军针对艾滋病职业暴露的预防和处理，以及艾滋病抗病毒治疗等相关内容进行了详细讲解，并对与会人员进行了详细讲解，并对与会人员进行了详细讲解，并对与会人员进行了详细讲解。

为了确保此次培训督导活动顺利、有效开展，源汇区卫生健康委积极进行安排部署，特邀临颍县卫生健康委员会艾防办主任警永军和临颍县人民医院感

染科主任李金炎进行专题授课，参与督导检查。首先，源汇区卫生健康委积极举办全区2019年艾滋病医疗救治工作培训班，在艾滋病救治定点医院空家乡卫生院对辖区内医院、乡镇卫生院、门诊部医务科、定点救治机构接诊医生、药品管理人员40余人进行集中培训。此次，李金炎和警永军针对艾滋病职业暴露的预防和处理，以及艾滋病抗病毒治疗等相关内容进行了详细讲解，并对与会人员进行了详细讲解，并对与会人员进行了详细讲解。

据介绍，通过开展培训与督导，各参会单位进一步规范了定点医院艾滋病抗病毒治疗与随访工作的科学化、规范化、制度化，确保该区域艾滋病抗病毒治疗工作有效开展。

平顶山市2019年健康素养促进巡讲

首场报告会走进舞钢

本报讯(通讯员段泓涛 陈会召)“健康=60%生活方式+15%遗传因素+10%社会因素+8%医疗因素+7%气候因素。世界卫生组织(WHO)在《维多利亚宣言》中正式提出健康基石的16字格言，即“合理膳食、适量运动、心理平衡、戒烟限酒”；在此健康宣言原则下建立起来的生活方式，就是健康的生活方式……”

11月1日，平顶山市2019年健康素养促进巡讲机关舞钢市首场报告会在该局教育局新

时代文明实践所健康大讲堂开讲。舞钢市卫生健康委员会相关领导和该局市直单位200多人参会。

为了进一步推进舞钢市创建全国文明城市工作的深入开展，提升单位职工对个人健康的重视水平，传递健康生活的理念，平顶山市疾病预防控制中心健康教育所所长马海宇、副所长、健康教育副主任医师马红梅一行来到舞钢市，讲授健康素养

等健康知识。此次报告会围绕健康的基本知识和技能、亚健康等，详细解读健康生活方式与行为、健康人的生命指数和亚健康的表现，以及如何消除亚健康以应对日常工作生活中的各种压力，并详细介绍慢性病非传染性疾病的预防知识，包括慢性病人的心理特点。

会后，大家饶有兴趣地就健康素养与专家进行了现场交流。

国家专利，艾灸专业设备
专利号：ZL 2016 2 1384826.3

多功能红外线灸疗床
Multi-Functional Infrared灸疗床

- 督灸
- 火龙灸
- 周天大艾灸

现代科技与传统中医完美结合

河南龙菲医疗器械有限公司
电话：13298305907
邮编：1119564171@qq.com

灸疗外：灸疗、灸药、任督行一体
中国原创自主研发器械
大艾健康 生生不息

郑州市疾病预防控制中心

真抓实干解民忧

郑州市疾病预防控制中心坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，扎实开展“不忘初心、牢记使命”主题教育，转变作风，深入基层开展疾病监测调查，真抓实干解民忧。

一是开展感染性腹泻病病原菌监测，重点做好肠道传染病防控工作。郑州市疾病预防控制中心加强与霍乱为重点的肠道传染病监测工作、开展预防分诊及肠道门诊专项督导。目前，已采集5岁以下儿童腹泻样本158份、5-10月霍乱常规监测共采集样本305份，其中重点人群200份，食品、外环境样本共采集105份，实验室检测结果全部为阴性。

二是开展慢阻肺调查，对重点人群进行干预指导。围绕健康郑州行动，郑州市疾病预防控制中心于9月组织慢阻肺调查、干预和指导工作，调查范围包括王村、城关、广武3个乡(镇)6个村600户。通过调查发现慢阻肺病人，了解郑州市慢阻肺患病率，并对病人进行健康宣传和指导，降低慢阻肺发病率。

三是开展免疫规划流行病学监测，提升疫苗针对传染病防控效果。目前，郑州市疾病预防控制中心已完成方案制定、前期调研和技术培训等工作，已选定中牟县、荥阳市、登封市3个现场，正在积极协调街道或村安排二级采样现场，同时准备知情同意书、调查表、标签等。通过该项工作可以了解人群中疫苗可预防疾病的血清学抗体水平，为评价免疫规划工作质量、完善免疫程序和制定免疫接种策略等提供科学支撑，对落实健康中国行动、提升疫苗针对传染病防控效果具有重要意义。

四是坚持联防联控，持续消除地方病危害。针对荥阳市马寨村水源性高碘现象，郑州市疾病预防控制中心扎实开展“不忘初心、牢记使命”主题教育，转变作风，深入基层开展疾病监测调查，真抓实干解民忧。

郑州市疾病预防控制中心把开展主题教育同中心各项业务工作结合起来，确保主题教育取得实实在在的成效。(刘战伟)

协办：郑州市疾病预防控制中心

健康视点