

# 妊娠期心脏病的表现

□聂玉美

女性在怀孕期间,体内的激素会发生很大的变化,容易引起各种身体不适,并出现疾病,如妊娠期心脏病。结构异常性的心脏病较为常见,孕妇怀孕后期,及分娩期间,心脏负担较重,如果存在妊娠期心脏病,不能及时处理,有可能引发心力衰竭,需要引起重视。那么,妊娠期心脏病有哪些表现,如何治疗呢?

## 疾病表现

**呼吸困难** 这是妊娠期心脏病常见的症状之一,特别是在体力活动之后症状更为明显。随着疾病的发展,患者在休息的时候也会感觉呼吸困难、烦躁不安且

大汗淋漓。同时还会出现咳嗽的症状,且咯出粉红色或者白色泡沫痰。

**心悸** 也就是心慌,患者总是感觉自己的心跳明显,心跳加速且不规律。

**发热** 如果是真菌或者细菌感染,导致心瓣膜及心壁内膜炎症,患者还会出现发热的情况。

**水肿** 主要为腰部、下肢等部位水肿,症状严重的患者,可能出现全身性水肿。

**胸痛** 在冠状动脉狭窄或者心肌缺血的情况下,容易出现胸痛症状。

**其他** 如食欲不振、体重不增

加,以及活动后乏力及胸闷、咯血等。

## 如何治疗

**急性期治疗** 妊娠期心脏病容易引发心力衰竭,需要密切关注,做好随时抢救的准备。

**一般治疗** 如果患者症状不严重,可以考虑继续妊娠,但是需要注意休息,做好孕期保健措施,且定期检测心功能。如果患者不适合继续妊娠,需要马上手术终止妊娠。

**药物治疗** 根据患者的综合情况,及具体严重程度,选择适合的药物。对于恶性心律失常的患者,可以采用利多卡因、胺碘酮等

抗心律失常的药物进行治疗。房颤、妊娠期血栓的患者,则需要服用抗凝药物,如肝素、华法林等。患者过于紧张的情况下,可以适当使用镇静药物。如果患者出现感染性心内膜炎,则需要使用抗生素进行抗感染治疗。心力衰竭患者适当使用洋地黄类强心剂,病情好转后需要马上停药。

**手术治疗** 如果患者不适合妊娠,或者妊娠时间小于12周,建议进行人工流产。妊娠晚期,则需要根据患者的心脏功能决定是否进行剖宫产。

## 注意事项

患者需要保持良好心态,积

极配合医生治疗,在用药方面,一定要注意严格遵医嘱,不宜随意增减药量,避免引起不良反应。注意保持室内空气流通,多休息,保证充足的睡眠,在身体条件允许的情况下,可以适当运动,如散步,提高自身免疫力及抵抗力。

饮食需要清淡,不宜吃辛辣、油炸的食物,也不宜吃刺激性过大的食物,多吃新鲜的蔬菜水果。多关注自己的身体情况,出现任何异常或者不适症状,都要注意及时就医。

(作者供职于泰安市中心医院)

# 哪些因素容易引起难产

□朱双双

难产指的是产程延长、产程进展缓慢或无进展,导致胎儿难以通过产道顺利分娩的情况。如果没有及时处理难产的情况,不仅会危及胎儿安全,还有可能导致产妇产后出现大出血的情况。为了避免难产的情况,笔者将介绍容易引起难产的因素及相关的保健护理措施。

## 引起难产的因素

**盆腔结构异常** 如盆腔狭窄、骨盆畸形等盆腔结构异常,会使胎儿难以通过产道。

**子宫肌痛** 子宫肌痛是指子宫内的肌肉痛,如果位置和大小影响了胎儿下降通道,可能导致

难产。

**前置胎盘** 前置胎盘指的是胎盘位于子宫颈口,阻碍胎儿的下降,从而引起难产。

**子宫收缩力不足** 子宫收缩力不足或产程进展缓慢,使胎儿难以通过产道。

**妊娠期疾病** 妊娠期疾病主要包括妊娠期糖尿病及妊娠期高血压病。其中,妊娠期糖尿病可能导致胎儿生长过大,增加难产的风险。另外,妊娠期高血压病可能引发子痫前期,导致子宫功能异常,增加难产的风险。

**胎位异常** 如臀位、横位、悬吊臂等,使胎儿难以下降。

**孕产过程管理不当** 不合理的分娩指征、过早进行剖宫产等医疗干预可能导致难产。

**心理因素** 过度焦虑、恐惧和压力过大,会增加紧张情绪,对产程进展产生负面影响。

## 护理措施

**建立健康的生活方式** 主要从饮食、体重和休息3个方面下手。

**保持良好的饮食习惯**,需要摄入均衡的营养,并且增加蛋白质、维生素和矿物质的摄入量。

**合理控制体重**,避免过度肥胖或过瘦,维持适当体重。还需要定期锻炼,适度的运动帮助保持良好的体力和体重,保证产程

的顺利进行。

**合理安排工作和休息**,避免长时间站立或久坐,适当休息和放松。

**定期产前检查** 接受规范的产前检查,及时了解孕期的身体变化和胎儿情况。

**控制妊娠期疾病** 如妊娠期糖尿病和妊娠期高血压病,积极治疗并定期随访。

**孕产保持情绪稳定** 避免过度焦虑和恐惧,保持积极的心态,可以通过心理疏导和支持来缓解压力。

**参加产前教育课程** 了解分娩的过程、技巧和注意事项,增加

自信心。

**与医生沟通** 与医生充分沟通,了解自己的身体状况和分娩计划,确保医生了解个体化需求。

**家人的支持** 家人的陪伴和支持可以减轻产妇的焦虑和紧张情绪。

孕妇应定期接受规范的孕期检查,注意胎儿的生长情况、胎动和宫缩等变化。如果出现胎动减少、阵痛间隔时间变短等情况,要及时就医并告知医生。最重要的是遵循医生的产程管理和分娩指导,合理安排分娩方式。

(作者供职于聊城市东昌府区妇幼保健院)

# 宫颈炎的症状与治疗方法

□李传瑞

宫颈炎是一种常见的妇科疾病,是由于宫颈受到细菌、病毒等感染引起的炎症,是女性生殖系统常见的病症之一。宫颈炎的症状多样,如果不及时治疗,会对女性的健康造成一定的危害。本文将详细介绍宫颈炎的原因、症状、危害及治疗方法。

## 宫颈炎的原因

宫颈炎的原因主要是由细菌、病毒、霉菌、滴虫等引起的感染。这些病原体可以通过性行为、不良卫生习惯、生活环境不卫生等途径进入女性体内,导致宫颈炎。除了感染,其他一些因素也可能导致宫颈炎,如过度清洁、过度使用化妆品、避孕器械使用不当等。

## 宫颈炎的症状

宫颈炎的症状通常包括以下几个方面。

**白带异常** 宫颈炎患者的白带通常会出现异常,包括颜色、量、质地等方面的变化。通常来说,白带会变成黄色或绿色,质地较为稠厚,并且会有异味。

**下腹部疼痛** 宫颈炎的患者会出现下腹部疼痛的症状,这是由于宫颈炎引起的炎症导致尿道口处出现炎症所致。

**性生活不适** 宫颈炎会导致阴道出现炎症,使得性生活时会感觉不适或疼痛。

**尿频** 宫颈炎患者会出现尿频的症状,这是由于宫颈炎引起的炎症导致尿道口处出现炎症所致。

**月经不规律** 宫颈炎还可能导致月经不规律、性欲降低等问题。

## 宫颈炎的危害

如果宫颈炎不及时治疗,它会对女性的健康造成一定的危害,包

括以下几个方面。

**妊娠期并发症** 宫颈炎会对女性的生育能力造成影响,其中较重要的一项影响就是增加妊娠期并发症的风险。宫颈炎可能导致宫颈松弛,增加早产和流产的风险,对胎儿的健康也会产生不良影响。

**宫颈腺炎** 长期宫颈炎不及时治疗,会导致子宫颈腺炎。子宫颈腺炎是一种恶性肿瘤,发病率较高,且患者多为年轻女性。

**对生活质量产生影响** 宫颈炎会导致患者在性生活、生育等方面出现一系列问题,给患者的生活带来极大的不便和影响。

## 治疗方法

宫颈炎的治疗方法主要包括药物治疗和手术治疗两种。

**药物治疗** 药物治疗是宫颈炎的首选方法,通常使用抗生素、

抗病毒药物等进行治疗。其中,使用抗生素是较常见的治疗方法之一,抗生素可以有效地杀灭细菌,减轻宫颈炎的症状。抗病毒药物通常用于病毒感染导致的宫颈炎。

**手术治疗** 手术治疗通常是宫颈炎治疗的最后手段,主要是在宫颈炎治疗无效或者病情严重的情况下进行。手术治疗包括宫颈切除术、宫颈凝固术等方法。

## 日常护理

除了药物治疗和手术治疗之外,日常的生活护理也是宫颈炎治疗的重要环节之一。患者应该保持良好的卫生习惯,注意个人卫生,不要过度清洁阴道等部位,避免使用刺激性强的化妆品和清洁剂等物品。

预防宫颈炎包括保持个人卫

生,避免性生活不洁、定期体检等措施。女性应该定期进行宫颈癌筛查,及时发现宫颈癌的早期症状,加强对宫颈炎的预防和治疗。

宫颈炎是一种常见的妇科疾病,由于症状不明显,很多女性可能忽略了它的存在。如果长期不加以治疗,宫颈炎会给女性带来很多危害,包括影响生育能力、增加妊娠期并发症、导致子宫颈腺癌等。因此,女性应该加强对宫颈炎的认识,定期进行妇科检查,及时发现和治疗宫颈炎。同时,女性也应该注意个人卫生,避免性生活不洁等不良习惯,预防宫颈炎的发生。只有保持良好的生活习惯和规律检查,才能更好地保护女性的健康和生活质量。

(作者供职于枣庄市妇幼保健院)

# 警惕威胁女性生命安全的“杀手”——宫外孕

□李艳

近年来,异位妊娠的发病率呈上升趋势。由于宫外孕不会有明显症状,因此很多人都忽视了它。宫外孕如果处理不当或病情严重会危及女性生命安全,因此应引起高度重视。

## 什么是宫外孕

宫外孕是妇产科的常见病,在育龄期女性中发病率为1%~3%。宫外孕是指受精卵在子宫腔体以外着床的妊娠,又称异位妊娠。宫外孕可分为输卵管妊娠、腹腔妊娠和卵巢妊娠,其中以输卵管妊娠较常见。输卵管妊娠是较常见的异位妊娠,占所有异位妊娠的95%以上。

## 宫外孕的病因

导致宫外孕的原因很多,包括输卵管炎症、输卵管发育不良或畸形、输卵管管腔阻塞、输卵管周围粘连、子宫内膜异位症等。

## 宫外孕的症状

停经 与正常妊娠一样,宫外孕也会出现停经症状。

**腹痛** 由于宫外孕的受精卵着床在子宫以外的部位,会导致输卵管、卵巢等部位的扩张和疼痛,因此会出现腹痛症状。表现为单侧下腹有轻度的刺痛,或者单侧下腹有撕裂感。

**阴道出血** 宫外孕的受精卵

着床不牢固,容易引起阴道出血症状,通常会少于正常的月经量,个别患者的出血量与月经相似。

**晕厥和休克** 患者因腹部大出血和腹部疼痛而晕厥,随着出血量的增多,病情加重,甚至有可能威胁患者的生命安全。

## 宫外孕的检查

**血HCG** 血HCG(人绒毛膜促性腺激素)是一种由卵巢黄体分泌的激素,肾上腺分泌的β-HCG和卵巢分泌的人绒毛膜促性腺激素组成,两者共同作用于黄体,促使其分泌雌激素和孕酮。在宫外孕早期,若血HCG持续升高而B超未见孕囊回声或孕

囊大小与超声显示不相符时应考虑宫外孕的可能。

**阴道B超检查** 宫外孕在超声下可以看到孕囊,但很难分辨孕囊是宫内孕还是宫外孕。而且宫内孕时,孕囊会在子宫内壁生长,而宫外孕时,孕囊会被异位的妊娠组织包围、包裹,因此无法看到孕囊的具体位置。此外,异位妊娠的包块和周围的组织结构密切相关。因此超声检查不能确定异位妊娠的具体位置。

## 宫外孕的治疗

对于早期患者,药物保守治疗的成功率可达90%以上。对于破裂比较严重的患者,需要紧急

手术。腹腔镜手术是一种微创手术,可以在短时间内完成输卵管妊娠的切除。切除输卵管后,再在子宫中植入一条人工血管,可保证患者术后恢复良好。药物保守治疗适用于输卵管妊娠中、晚期患者,并能有效预防输卵管妊娠破裂。目前,常用的药物有甲氨蝶呤、米非司酮、阿普唑仑、氯硝西泮等。腹腔镜下手术适用于输卵管妊娠的破裂或异位妊娠合并休克者,可在直视下直接切除病变部位,减少对患者的创伤。

(作者供职于山东省枣庄市滕州市中医医院)

# 宫腹腔镜术后如何护理

□陈素媛

妇科宫腹腔镜手术是一种常见的微创手术,广泛应用于妇科疾病的治疗和诊断。相比传统开腹手术,宫腹腔镜手术具有创伤小、恢复快、并发症少等优势。然而,手术后的护理也同样重要,它直接关系到手术效果和患者的康复速度。因此,早日了解妇科宫腹腔镜手术术后护理的相关知识对患者来说至关重要。本文将介绍妇科宫腹腔镜手术术后护理的一些要点,帮助患者更好地进行术后护理,加速康复过程。

## 术后护理

妇科宫腹腔镜手术术后护理对于患者的康复至关重要。通过

遵循医生的建议和正确的护理方法,患者可以更好地应对手术后的恢复期,并尽快回归正常生活。在此过程中,密切观察自身病情变化、合理用药、保持良好的伤口护理和注意心理状况都是非常重要的。同时,家人和朋友的支持与理解也将给患者带来更多的力量。患者要有耐心和信心,相信自己能够通过康复期,重获健康和幸福生活。

**伤口护理** 宫腹腔镜手术通常通过腹壁上几个小切口进行,因此术后需要注意伤口的护理与换药。在医生指导下,患者应每天保持伤口处辅料清洁,如发现伤口有

明显红肿、渗液、发热等异常情况,应及时就医。

**药物控制** 术后患者会遇到一些不适,如腹部疼痛、恶心、呕吐等,医生会根据情况开具相应的药物来缓解这些不适。患者要按时按量服药,并注意遵医嘱进行指导。如果疼痛无法缓解或出现其他不适,应及时向医生咨询。

**病情观察** 术后患者需要密切观察自身的病情变化。如果出现持续性发热、剧烈腹痛、明显的出血、呕吐、排尿困难或尿量明显减少等异常症状,应立即就医。这些症状可能提示术后并发症或感染的存在,需要及时处理。

**心理状况** 术后康复期间,患者的心理状况也需要重视。手术会带来一定的身体和情绪上的不适,患者会感到焦虑、恐惧或情绪低落。因此,患者应积极与家人、朋友沟通,寻求他们的理解和支持。如果情绪问题严重影响到了日常生活,可以考虑寻求心理咨询师的帮助。

**饮食与作息** 妇科宫腹腔镜手术后,患者需要适当休息,减少剧烈活动。一般建议术后休息1~2周,避免剧烈运动和长时间站立。此外,术后饮食也需注意,可以适当进食易消化的食物,多喝水

以促进排尿,但避免过量饮水引起水肿。

## 注意事项

妇科宫腹腔镜手术术后需要有一个适当恢复期。在恢复期间,患者应注意以下几点。

**避免性生活** 手术后阴道需要适当休息和愈合时间。避免举重和过重的体力活动,以免对伤口造成压力。

**避免长时间坐卧**,可以适当地站立和走动,以免血栓形成。

**定期复诊**,根据医生的指示进行术后随访,确保康复进展顺利。

(作者供职于鄄城县人民医院)

胎盘粘连是指胎盘与子宫壁之间的异常粘附或连接,会导致胎盘完全或部分无法正常剥离。在临床上属于发病率较低,但发病程度比较严重的妊娠并发症,甚至可能危及孕妇及患者的生命安全。下面,笔者将详细介绍胎盘粘连是怎么回事及护理方法。

## 发病原因

多次进行剖宫产或者流产手术 如果孕妇曾进行过剖宫产或者流产手术,胎盘粘连的风险会增加。另外,剖宫产和流产手术进行的次数较多,会导致增加发生胎盘粘连的概率。

**子宫内层损伤** 子宫内层的损伤会影响子宫的正常生理功能,从而可能导致胎盘与子宫壁粘连。常见的子宫内层损伤包括有子宫内膜炎、子宫肌痛或子宫手术等。

**子宫畸形** 像子宫纵隔、子宫双角等某些子宫形态异常的疾病,也有可能增加胎盘粘连的风险。

**高龄孕妇** 临床上认为35岁以上的孕妇属于高龄孕妇,高龄孕妇的各项身体机能较差,从而导致面临胎盘粘连的风险增加。

## 如何护理

**孕前筛查** 对于有胎盘粘连风险的孕妇,特别是多次生产或者高龄孕妇,建议在孕前进行详细的评估和筛查。这包括了解孕妇的病史、手术史和子宫形态等。

**定期产检** 在孕产期定期前往医院妇产科进行产检,包括超声检查、阴道检查等。可以帮助医生定期监测胎盘的位置和情况,及早发现胎盘粘连的迹象。其中,比较常见的检查是B超检查,B超检查可以确定胎盘的位置、厚度及是否存在粘连迹象。

**注意身体有无异常症状** 孕妇需要密切关注自身的症状变化,如异常出血、腹部疼痛及胎动减少等。如果身体出现这些异常症状,应立即就医寻求医生的帮助。

**提前制定分娩计划** 对于已确诊为胎盘粘连的孕妇,为了降低分娩风险,不仅需要多学科团队管理,还需要提前制定分娩计划,才能最大程度保障分娩时孕妇和胎儿的生命安全,确保孕妇得到全面的护理和适当治疗。

**注意休息和减压** 保持良好的心理状态,避免过度劳累和紧张,帮助维持孕妇和胎儿的健康。

**不盲目用药** 出现胎盘粘连的孕妇如果有任何不适症状时,不能盲目用药,应该避免自行使用药物,尤其是对于孕妇和胎儿可能有影响的药物。应该遵从医嘱服用药物,在使用任何药物之前,应咨询医生的意见。

**饮食调理** 需要注意的是,具有胎盘粘连迹象的孕妇还应该注重日常的饮食和生活调理。良好的饮食调理为孕妇应该注意摄入足够的营养,包括蛋白质、维生素和矿物质。遵循医生的建议,合理搭配食物,帮助提供孕妇及胎儿所需的营养支持;而健康的生活调理包括静养和减少活动,避免剧烈的运动和过度劳累,达到减少胎盘的位移和分离的风险。

(作者供职于山东省德州市陵城区妇幼保健院)

# 如何避免孕妇感染乙肝

□王翠荣

孕期是母婴健康较为关键的时期之一,孕妇的身体状况不仅关系到自身的健康,还会影响到胎儿的发育和健康。而孕妇也有可能会感染乙肝,而且感染乙肝对孕妇和胎儿可能造成影响,需要引起足够的重视。本文将探讨孕妇感染乙肝的相关问题,包括孕妇感染乙肝的原因、症状及如何确诊。

## 发病原因

**抵抗力下降** 女性怀孕后抵抗力会下降,身体容易受到各类病毒感染,患乙肝的概率也会提高。

**传染性疾病** 如果孕妇密切接触急、慢性乙肝患者和病毒携带者,可能造成乙肝病毒的传播。

**血液、体液传播** 微量污染的血液进入孕妇体内即可造成感染,如输血、血制品、注射、针刺、共用牙刷等均可造成乙肝感染。

**性传播** 与乙肝病毒携带者或乙肝患者发生无防护的性接触,特别是多个性伴侣者,其感染乙肝的风险明显增高。

## 疾病症状

全身乏力、食欲下降、厌食、恶心、呕吐、腹胀等消化系统症状。部分孕妇出现皮肤和巩膜变黄,这是由于大量胆红素在体内积聚所致。上腹部或肝区不适。体重下降。

## 如何诊断

临床症状 孕妇如果出现

现黄疸、腹胀、食欲不振、恶心、呕吐等症状,应该及时就诊。

**体格检查** 观察孕妇的面色、皮肤、巩膜,触孕妇的诊肝区等部位。

**实验室检查** 检查肝功能,乙肝病毒标志物、病毒量等方式来确诊是否患有肝炎。

**影像学检查** 进一步行肝胆胰脾彩超及肝脏弹性测定观察肝脏形态及硬度。

## 如何治疗

**药物治疗** 根据病毒类型和病情,进行保肝、降酶及抗病毒药物治疗。

**营养支持** 孕妇感染乙肝会导致食欲不振和营养不良,需要注意饮食调理和营养支持。

**充分休息** 孕妇感染肝炎需要充分休息,避免过度劳累。

**确定分娩方式** 乙肝会通过母婴垂直传播给新生儿,因此怀孕期间要严格检测,如果感染乙肝病毒,孕妇要积极配合治疗,并且在新生儿出生后积极注射乙肝疫苗和免疫球蛋白,阻断母婴传播。

孕期孕妇要做好日常卫生。做各种检查时,要注意选择一次性产品,如注射器、针头等。另外保持营养均衡,提高抵抗力,还要定期检查了解肝脏情况,一旦发现感染乙肝,需要积极配合治疗。

(作者供职于济宁市公共卫生医疗中心)