

你了解妊娠期合并贫血的危害吗

□马艳芳

贫血是妊娠期较为常见的一种合并症，亦属于高危妊娠范畴。此类并发症不仅对母体和胎儿的伤害大，在分娩时，病情还有可能随之加重。因此，部分患者选择在分娩前对此类病症进行治疗和改善，以防在分娩时，病情出现失控，从而给母体及胎儿带来不可逆的伤害。那么妊娠期合并贫血的危害具体有哪些？身患此症时又该怎么办？

妊娠期合并贫血的原因

孕吐反应 孕吐体内的孕激素和雌激素水平会发生较为明显的变化，易引发孕妇出现恶心、反胃、呕吐等负面情况。当孕妇的孕吐症状持续时间过长时，就会导致孕妇体内的营养物质大量流失，造成其营养摄入量不足。由此便可引发妊娠期合并贫血。

生理改变 随着孕龄的增长，胎儿便会从母体的组织中吸收铁元素，从而满足其生长发育的需要。同时，胎儿还会为出生后提供暂时性的生长需求，将吸收到的一定量的铁储存进体内。导致孕妇对铁的需求增加，加上孕期生理性血液稀释引起的补铁不及时或补充量小，便可引发妊娠期合并贫血。

妊娠期合并贫血的症状

孕期贫血症状与普通贫血症状没太大区别。轻症者具体的体征表现并不明显，一般会出现皮肤、结膜及口唇处苍白；重症者则会出现乏力、气短、心悸、腹胀、腹泻、皮肤毛发干燥等问题。

妊娠期合并贫血的危害

影响胎儿发育 虽然孕妇贫血属于妊娠期比较常见的一种并发症，但由于母体本身的血液与胎儿相互连接，如果孕妇长时间贫血，就会导致胎儿吸收不到自身所需足量的营养物质。长此以往，足以减缓或停止胎儿的生长发育。

贫血性心脏病 孕妇一旦出现贫血，身体的载氧能力便会出现明显下降，从而造成身体各个系统的供氧量不足。同时，母体的心排血量会出现明显增多，极易引发心肌代偿性肥厚。长时间下来，便会造成心肌因长时间缺氧而发生退行性病变，诱发贫血性心脏病。

其他类并发症 妊娠期本就属于极其特殊的时期。结合其特殊的生理变化，若母体长时间处于贫血状态，可能引发：妊娠高血压、失血性休克、产后大出血、母体贫血性心脏病功能衰竭、胎盘生长受损、感染等疾病。更容易导致胎儿早产、贫血、窒息、宫内生长受限等问题。

妊娠期合并贫血的注意事项

谨遵医嘱 患者应严格遵照主治医师的治疗方案，做到定期产检，按期复查，积极配合检测贫血的变化情况。日常多留意自身或胎儿有无出现其他不适，并及时前往医院向医生予以说明。轻、中度贫血患者以口服铁剂治疗为主；重度贫血患者可以以口服铁剂或注射铁剂作为主要治疗方案，还可以结合医生的建议，少量多次地输入浓缩红细胞。治疗至血红蛋白恢复正常后，继续口服铁剂3个月~6个月或直至产后。（以上建议仅供参考。具体的治疗方案，应由医生结合患者自身的贫血情况进行考量。）

改善饮食 患者应加强餐食的营养调配，改善不良饮食习惯。平时可多吃一些新鲜的蔬菜瓜果及豆类食物，如：菠菜、海带、紫菜、木耳、黄豆、黑豆等。及含铁量高的动物内脏类，如：猪肝、鸭血、猪血、鸡胗、鸡心等。同时，患者应保持每日适量的蛋白质摄入量，适量进食一些瘦肉、牛肉、鱼肉、牛奶、蛋白等，争取做到餐品种类丰富且多样。同时，患者自身应少食辛辣油腻类食物，严格做到忌烟忌酒，确保所食食品的卫生充分达标。

调整作息 患者应及时调整作息，保证自身拥有充足的睡眠。部分患者因孕期反应或强烈胎动，导致睡不安稳，可在医生指导下购入一些对胎儿无任何损伤的纯天然草本助眠香薰，给患者提供一个安稳的睡眠环境。

适量活动 患者需保持自身机体的正常运动量，切勿出现猛站或猛坐等行为。吃过饭后，患者可在专业人士的指导下简单进行一些瑜伽类运动，平时多在环境宜人的公园里或小区楼下散步。家属尽可能做到每晚入睡前为患者适当按摩腿部，防止患者在睡眠中出现腿部抽筋等情况。

调整心态 患者应尽量保持身心愉悦，出现病症带来的负面情况时，也不用过度紧张和害怕，放平心态，冷静应对一切突发问题。切勿出现情绪起伏过大、孕中焦虑、忧心难寝等心理变化。

妊娠期合并贫血的种类较多，出现上述症状时，患者需要第一时间前往医院就诊，进行全面详细检查后，再由医生治疗判断。切不可妄下定论，更不能无故拖延病情。患者对自身负责的同时，家属也要给予一定程度的关心和爱护。（作者供职于隆安县人民医院）

要做好准备，包括但不限于谨遵医嘱进行眼科检查，排除一些手术禁忌，术前3天用抗生素眼药水滴双眼，禁食等。术后会有眼睛肿胀、疼痛、水肿、充血、眼痒等情况，应及时护理，如果出现并发症，要及时联系医生，以此达到更好的治疗效果。

日常注意事项

除了必要的治疗手段外，家长还要做好一些日常生活管理工作，如关注儿童的眼睛变化，若有斜视趋势，要及时干预；在婴幼儿断奶、发热时，要注意护理，要特别关注婴幼儿双眼的协调性；注意眼部保护，如不能用强光照射，儿童看书、看电影时，不能距离太近，不要长时间看电视、看电脑、打游戏等；若有斜视家族遗传倾向，即便儿童本身没有斜视，也要在2岁前带儿童到医院进行检查，消除隐患，保证儿童健康。

（作者供职于广西壮族自治区妇幼保健院眼科）

儿童斜视的治疗与注意事项

□黄信

做的就是尽早带孩子去医院进行检查，确定病情的严重程度等，接受治疗，尽量控制病情恶化。治疗方法如下。检查是治疗的第一步。两岁半以下的儿童，如果斜视明显，是能看出来的。进行仪器检查时，需要患儿配合，眼位随着光标移动。专科检查包括第一眼位、第二眼位、歪头试验、Parks三步法（目前垂直性麻痹性斜视的定性检查中，较为准确而简便的一种方法）、仪器检查；也可用手电筒来测量斜视度数。特别要注意的是，要在儿童情绪良好时进行检查。如果儿童比较抗拒或者情绪比较激烈，不但会影响正常诊断，还会给后续治疗带来较多麻烦。

斜视的治疗

药物治疗 主要适用于一些斜眼不是特别厉害的儿童，具体用哪些药物，要根据儿童的实际情况而定，不存在较好、较快的特效药，适合的才是最好的。应

用较多的药物主要包括以下几种：局部用的药物，如散瞳剂、缩瞳剂，主要用于矫正内斜视。A型肉毒素，主要发挥化学去神经的作用。要去专业医院，在肌电图的监视下，由医生将药物注射到儿童拮抗肌内。因药物的作用，肌肉会出现短暂时麻痹，实现拮抗肌、麻痹肌平衡，可有效减轻甚至治好斜视。这种药物已经通过国家验证，在活动期甲状腺相关性眼病、周期性内斜视、急性麻痹性斜视、术后残余斜视、中小度数内外斜视等治疗中取得不错的效果。

手术治疗 在其他治疗方法难以取得预期效果后，可以在医生指导下进行手术治疗。主要是结合患儿斜视的病因、检查结果、斜视角度与方向等，进行外科手术，调整眼外肌，再以切断、移位、缝合的方法来缩短、延长其长度，移动着力点，改变其对眼球的牵拉力量，以此来实现斜视矫正。在手术时，还要注意一些事项，如术前

吃避孕药后怀孕怎么办

□蔡海廷

孕失败率升高。

避孕失败的处理

当服药后发现怀孕时，要慎重考虑是否继续妊娠。由于紧急避孕药的药物剂量相对较大，是普通短效避孕药剂量的多倍，会导致腹中胎儿出现畸形等。

如果当事人因自身意愿想要保留胎儿，可以承担一定风险，应在孕期注意做好各项检查，让医生来评估胎儿发育是否正常。如定期进行超声检查，了解胎儿生长发育情况及有无结构异常。必要时进行介入性产前诊断，对胎儿进行遗传学检查，如染色体核型、染色体拷贝数变异等检查。若检查发现胎儿有重大出生缺陷，则要慎重考虑胎儿去留问题。早期，药物也可能造成流产，甚至导致胚胎停止发育。遇到此类情况时，建议不要盲目进行保胎。发生此类情况，说明药物可能对胎儿已经造成一定影响。当事人不想保

留胎儿，建议尽快去医院妇科进行B超检查，查看是异位妊娠还是宫内妊娠，以及孕囊的大小等。若为异位妊娠，则建议及时处理；若为宫内妊娠，则可以考虑行人工流产手术。术后可以服用相关药物，帮助子宫快速恢复。

避孕药对胎儿的影响

目前，市面上较为常见的避孕药主要是口服的短效避孕药，需要连续口服21天，而这些药物所含的孕激素及雌激素较少，在停止服用后即可恢复生育能力。服用这类药物对胎儿的健康可能有一定影响，一般影响不大，但后续还是要做好定期产检及各项筛查。

如果是在受精后的1周~2周服用避孕药，则对胚胎的影响为“全”或“无”，否则会导致胚胎停止发育或流产；若在后续检查中胎儿状态良好，则胎儿有异常的风险相对较低。受精后的3周~

12周是胎儿发育的敏感期，外界的刺激大小容易对胎儿造成影响。外界刺激大时，容易造成胎儿先天性畸形。若服药时间是在胎儿发育的敏感期，要做好心理准备，由于胎儿发育异常风险增加，要慎重考虑是否继续妊娠。

当事人确定留下胎儿时，要坚持服用叶酸，叶酸能够预防胎儿神经系统等畸形。在日常生活当中要保持心情愉快，每日适量运动，注意每餐饮食均衡，作息规律。要按照医嘱定时到医院进行评估。

总而言之，在服用避孕药后仍然出现怀孕情况时，当事人不要紧张，要放松心情，避免胎儿出现异常。应第一时间到医院接受专业性的检查及咨询，再根据相关结果做出决定。

（作者供职于钦州市妇幼保健院）

哪些原因可能导致胎膜早破

□陆柳明

怀孕十月，临近预产期，准爸妈们都会格外小心。

玲玲（化名）是一位怀孕39周的孕妇，产检基本都是正常。一天夜间，她突然发现阴道流出大量清亮液体，她和老公都很害怕，急忙呼叫救护车，来到医院。产科医师检查后告诉她，这种情况叫胎膜早破，俗称破水。其实，羊水破了并不一定意味着宝宝要马上出生了。但不论是哪种情况，孕妇和家属都要冷静应对。

什么是胎膜早破

胎膜早破是指在临产前胎膜自然破裂的情况。胎膜早破是围生期常见的并发症，可以对孕妇、胎儿和新生儿造成严重后果。典型症状是孕妇突然感到较多液体自阴道流出，增加腹压时阴道液增多，有时可混有胎脂及胎粪，可无腹痛或阴道流血。阴道液通常为持续性，持续时间不等，开始量多，逐渐减少，少数为间歇

性流血。阴道流血通常与胎膜破裂的位置、孕妇体位改变等有关。破膜后，孕妇需要注意保持会阴部清洁，避免感染发生。同时，孕妇需要密切观察胎儿的情况，包括胎心、胎动等，确保胎儿的安全。如果孕妇出现发热、羊水减少、胎心异常等症状，要及时就医处理。

妊娠达到及超过37周发生者称为足月胎膜早破；未达到37周称为未足月胎膜早破。未足月胎膜早破是早产的主要原因之一。发生胎膜早破的孕周越小，围产儿的预后越差。

胎膜早破的原因

生殖道感染 这是较常见的病因。有些孕妇在怀孕前就患有阴道炎，导致怀孕后身体抵抗力下降，阴道病原菌再次出现，入侵胎膜，从而导致胎膜局部张力下降，引起胎膜早破。

羊膜腔压力增高 部分怀双胎或多胎妊娠的产妇肚子较大，

或者患有妊娠期糖尿病，会造成羊水过多、巨大儿，均可造成羊膜腔内压力增高而发生胎膜早破。

胎膜受力不均 胎位异常、头盆不称等可使前羊膜囊所受到的压力不均匀，宫颈机能不全、前羊膜囊嵌入、胎膜受压不均可导致胎膜早破。

创伤 羊膜腔穿刺不当、性生活的刺激、撞击腹部等都会造成胎膜早破。

缺乏营养 有些孕妇在怀孕后因妊娠反应进食量减少，会造成微量元素缺乏，导致胎膜抗张能力下降，稍微受到一些外来刺激就很容易发生胎膜早破。

胎膜早破的影响

对母体的影响 随着胎膜破裂时间的延长，感染的风险就会增加，严重时会导致羊膜腔感染、母体败血症，甚至危及孕妇生命；胎膜早破导致宫腔压力骤减，可能发生胎盘早剥，严重时引起弥散性血管内凝血，可能导

致产后大出血；胎膜早破还可能

导致脐带脱垂，需要立即终止妊娠，剖宫产率随之增加。

对胎儿的影响 早产。胎膜早破是早产的主要原因之一。发生胎膜早破的孕周越小，围产儿的预后也越差。感染。围产儿由于胎膜早破引发的绒毛膜羊膜炎，出现新生儿吸入性肺炎、颅内感染甚至败血症。胎儿受压。胎膜早破可使羊水继发性减少，脐带受压导致胎儿宫内窘迫甚至死亡。若胎膜早破时间长，羊水严重减少，可导致胎儿骨骼发育异常，出现弓形腿、铲形手等胎儿受压表现。脐带脱垂和胎儿胎肺发育不良。臀位、横位、胎先露未衔接、羊水过多者发生胎膜早破时，易出现脐带脱垂。破膜时孕周越小，胎肺发育不良的风险就会越高。

胎膜早破的处理

如果胎膜早破，尽量不要随意走动，躺在床上并将臀部垫高，尽早拨打急救电话，请救护车帮忙转运，及时去医院（尤其

小儿鼻炎的危害有哪些

□潘淑枝

成为过敏性哮喘。如果不及控制，会对儿童的身心造成伤害。

小儿鼻炎的预防措施

对小儿鼻炎，可通过药物治疗等手段进行改善。可以对儿童进行物理治疗，或者让儿童口服药物、外用药物，以及改善日常饮食习惯和生活习惯等。

当儿童有过敏性鼻炎时，较为直接的治疗方式为避免与过敏原直接接触。

物理治疗 蒸汽吸入能够使儿童的鼻充血现象暂时减轻，增加气流；盐水喷雾，盐水能够稀释

鼻腔内部的黏性分泌物，可以在一定程度上改善嗅觉。

口服药物 当鼻炎是由病毒或者细菌引起时，可以在医生的指导下口服利巴韦林颗粒、头孢等药物进行治疗。

口服抗过敏药物进行治疗 当小儿鼻炎属于过敏性鼻炎时，可以在医生的指导下口服氯雷他定片、马来酸氯苯那敏片等药物进行治疗，能够明显减轻毛细血管充血水肿，改善鼻炎的症状。

外用药物 儿童能够在医生的指导下使用鼻腔外部用药，外用0.5%~1%的麻黄素滴鼻液、复

方麻黄素滴鼻液，能够在一定程度上减轻鼻炎的症状。

特异性免疫治疗 主要适用于过敏性鼻炎儿童，在一定时间间隔内，给予儿童过敏原提取物，并在后续逐渐增加剂量，让儿童在后续再次接触过敏原时，症状能够明显减轻。

皮下免疫治疗 主要通过通过对儿童皮下注射过敏原疫苗的方式进行治疗，此治疗方式通常适用于5岁以上的儿童。

改善日常饮食习惯和生活习惯 在日常生活中，家长要叮嘱儿童多喝水，天气寒冷时要注意保暖，避免感冒。养成良好的生活习惯，规律生活；饮食上多食用高蛋白、高维生素食物；加强运动锻炼。运动能够促进血液循环，避免鼻腔内部血流阻滞的情况。在花粉较多的季节，家长要叮嘱儿

童出门戴口罩，避免导致过敏性鼻炎发作。

小儿鼻炎主要是由于病毒、细菌、过敏原等一系列外界因素刺激引起的鼻黏膜炎症性疾病。不同类型的鼻炎，有不同的类别，当家长发现儿童有鼻炎的临床症状时，应及时将儿童带往医院进行检查，避免儿童的疾病向严重的方向发展，从而对其身心健康造成严重影响。在日常

生活中，要让儿童多运动，增强体质，要养成良好的生活饮食习惯。小儿鼻炎的预防具有重要意义，通过预防，可以有效地降低儿童的患病风险，改善其生活质量。如果出现症状，需要及时治疗，以防病情加重，避免影响儿童的身心健康和学习成长。（作者供职于平果铝医院）

小儿鼻炎主要是由于病毒、细菌、过敏原和各种刺激性气体及某些全身性疾病引起的鼻腔黏膜炎症，主要有鼻塞、鼻痒、流鼻涕、喷嚏多等症状。过敏性鼻炎通常为急性发作；过敏性鼻炎通常在接触过敏原后数分钟后出现，并且在脱离过敏原后数小时一直持续。目前，临床上治疗小儿鼻炎的方式有物理治疗、药物治疗，以及特异性免疫治疗、皮下免疫治疗等。当儿童不停流鼻涕、鼻塞及打喷嚏时，家长要注意其是否有鼻炎，应及时带孩子到医院进行检查。

小儿鼻炎的症状

急性鼻炎 主要症状为局部鼻塞、流浓鼻涕，并且在发作严重时儿童会出现发热、寒战、脱水、喉咙疼痛、咳嗽、食欲不振、呕吐、腹泻等症状。在医院进行

鼻腔检查，医生能够看到患儿童鼻腔黏膜有很多脓或者黏稠的鼻涕。

慢性鼻炎 主要症状为鼻塞、经常性张嘴呼吸，还会有鼻出血症状。部分儿童会出现长期且反复的咳嗽、食欲不振、慢性腹泻、营养不良等。同时，儿童还可能

小儿鼻炎的危害

鼻塞对儿童的正常呼吸有一定影响，特别是在睡眠状态下。夜间睡眠时，由于鼻塞，儿童只能

用嘴巴进行呼吸，造成睡眠质量不好，导致第二天儿童精神状态不佳，影响正常的生活和学习，从而对儿童的生长发育造成一定影响。

长时间的鼻塞，容易导致儿童腺样体肥大，对儿童的上下颌发育造成影响，容易出现腺样体面容。由于鼻炎会对儿童的面容造成一定改变，会在一定程度上影响儿童自信心，从而使儿童产生自卑的心理。

儿童有过敏性鼻炎时，会出现过敏性鼻炎。相关数据显示，40%的儿童过敏性鼻炎会发展