

# 如何正确使用母乳强化剂

□潘灵霞

早产儿是指出生胎龄不足37周的新生儿。中国早产儿的生发率为6.9%。早产儿住住在器官发育尚未成熟的情况,这为他们以后的健康状况埋下了隐患。早产儿的治疗和综合管理涉及诸多方面,其中,早期的营养支持是早产儿救治的重要组成部分,也是早产儿存活及远期生存质量的基础。

### 什么是母乳强化剂

母乳是婴儿的最佳食品。母乳喂养有助于早产儿尽快建立肠道营养、减少住院期间感染及坏死性小肠结肠炎等疾病的发生,并有利于远期神经系统发育。虽然母乳是早产儿喂养的首选,但部分早产儿母亲的母乳不足,无法满足宝宝的营养供给需求。母乳强化剂,又称母乳营养补充剂,是一种包含多种营养素的添加剂,根据早产儿相关营养指南推荐的营养素要求而设计,可弥补早产儿母乳中营养成分不足的问题。在母乳中添加母乳强化剂,可提高母乳中部分营养素含

量及能量密度,满足早产儿的生长发育需求。

### 如何选择母乳强化剂

按照制备原料的不同,母乳强化剂可分为人乳来源、牛乳来源或其他哺乳动物乳来源;按照剂型的不同,母乳强化剂可分为粉状的和液态的;按照蛋白质特性,母乳强化剂可分为水解蛋白的和非水解蛋白的,还包括在某些特殊情况下使用的蛋白质补充剂。目前,我国市场上的母乳强化剂为牛乳来源的粉状产品,根据母乳强化剂制剂的可获得情况,母乳喂养的早产儿使用牛乳来源的母乳强化剂是安全、有效的。非水解蛋白或水解蛋白强化剂均可使用。

### 什么情况下可使用母乳强化剂

母乳强化剂适用于出生体重低于1800克的早产儿。包括宫外生长迟缓早产儿、尚未完成追赶生长的小于胎龄早产儿、因疾病状况限制液体入量的早产儿、出院后早期生长落后的早产儿。

对于有使用指征的早产儿,母乳喂养量达50毫升~80毫升/千克/天时可以开始使用母乳强化剂,同时需注意早产儿个体差异。出生早期不符合使用指征的早产儿,如后期出现生长落后,或因疾病限制液体入量而需要使用相对高能量密度喂养时,可在医生指导下择时使用。母乳强化剂从半量开始,如耐受良好,可在3天~5天达到标准的足量强化。如耐受差,可适当延长到达足量强化的时间。

### 使用母乳强化剂的注意事项

母乳强化剂只能加入母乳中使用,不能加入到配方奶中使用。为保证母乳强化剂使用的安全性,常规添加时应按母乳添加剂使用说明进行。强化后的母乳冷藏过程中渗透压会增高,建议使用母乳强化剂时采用现配现用的方式。母乳强化剂用量需遵医嘱,添加剂量要准确,使用前需充分溶解、混匀。家庭中添加母乳强化剂需遵循清洁操作原则。使

用母乳强化剂期间,应对早产儿体格生长及生化水平进行检测,对营养素进行差额补充。避免强化不足或过度。

### 如何配制母乳强化剂

母乳强化剂使母乳能量密度达80千卡~85千卡/100毫升为足量强化,通常是100毫升母乳添加4支强化剂,或25毫升母乳添加1支强化剂;用量减半、母乳能量密度72千卡~74千卡/100毫升为半量强化,每100毫升母乳添加2支强化剂,或50毫升母乳添加1支强化剂。母乳强化从半量强化开始。如早产儿耐受半量强化,3天~5天内应达到标准的足量强化;如早产儿对母乳强化剂耐受性差,可适当延长达到足量强化的时间。早产儿出院后,营养强化强度及时间需根据生长状况决定及调整,如体重增长仍欠佳,请及时到医院复查。

### 使用母乳强化剂时要监测哪些指标

在生长指标监测中,除需关注体重、身长、头围的绝对增长

外,还需关注各指标水平之间的关系。早产儿体重增长速率在住院期间应达到15克~20克/千克/天,出院后早期,早产儿体重增长速率应达到25克~30克/天。血生化监测内容包括血尿素氮、血钙、血磷和碱性磷酸酶,还需进行血红蛋白水平监测。

### 何时可停用母乳强化剂

母乳强化剂使用时限主要由早产儿体格生长状况决定,当适于胎龄儿体重、身长及头围位于同性别同龄儿的第25~50百分位时、小于胎龄早产儿达到第10百分位时,可逐渐停止添加母乳强化剂。母乳强化剂减停期间,需监测早产儿的生长情况和血生化指标,如生长速率、各项指标的百分位数下降或血生化指标出现异常等,可酌情恢复部分母乳强化。如果减停期间监测到早产儿的体重百分位明显下降,则需要重新恢复部分母乳强化。

(作者供职于南宁市武鸣区妇幼保健院)

## 小儿支气管炎反复发作怎么办

□邱 瑜

小儿支气管炎是儿童常见的病症之一,发病时,轻则没有什么明显症状,重则发热至38摄氏度~39摄氏度,偶尔会达到40摄氏度。大多数患儿发热2天~3天会自行消退,还有的患儿会伴随身体疲劳、厌食、呕吐、腹泻、腹痛等消化道症状。虽然小儿支气管炎看似不是什么严重的疾病,但是长久拖下去会对患儿的身体造成严重伤害,如果治疗不彻底,病情很容易反复。病情反复的主要原因可能与儿童所处环境的不适、免疫力低下、治疗不彻底、再次受到感染、患上慢性支气管炎等原因有关,在弄清原因之后,家长要采取积极的措施,让孩子配合专业医生接受治疗,同时对孩子进行合理科学的家庭护理,可以加速孩子的痊愈,也能在一定程度上防止病情复发。

### 小儿支气管炎易复发的原因

在换季时,儿童很容易感冒,

一感冒就容易导致小儿支气管炎反复发作。小儿支气管炎反复发作的主要原因有以下三点:

**环境因素** 若孩子居住的环境不够舒适,没有定时对房间进行通风,也没有保持房间内的湿度,这就会直接导致小儿支气管炎反复发作。因此,家长一定要经常给孩子的房间通风,必要时可在屋内安装加湿器。

**饮食不合理** 有些孩子在日常生活中不注意合理科学的饮食,经常吃一些辛辣或刺激性的食物,就会导致支气管黏膜受到严重刺激,进而出现嗓子不舒服的情况,尤其是在支气管炎没有被治愈的情况下,更容易导致支气管炎反复发作。

**免疫力低下** 在身体免疫力低的情况下,孩子很容易受到细菌或病毒的感染而导致感冒,加之支气管炎没有被彻底治愈,就容易反复发作。建议家长多带孩子进行体

育锻炼,注意孩子的保暖工作,防止孩子受凉,同时也要遵循医嘱进行药物治疗。

**治疗不彻底** 在治疗期间,如果孩子没有遵循医嘱按剂量服用,相应的药物,可能会直接影响药物的疗效,有的家长还私自让孩子停止服用药物或者减少药物剂量,这就会出现治疗不彻底的情况,导致气管炎反复发作。建议家长按照医嘱,定时、定量给孩子服用药物,不要私自减少药物的剂量或者私自停止服用药物。

**再次感染** 如果家长在治疗期间不注重对孩子的护理,很容易让孩子再次受到细菌或者病毒的感染,从而使疾病反复发作。建议家长在孩子治疗期间给予良好的护理,让孩子得到充足的休息,避免让孩子接触容易引起过敏的物质,如花粉、动物毛、螨虫等。

### 如何避免小儿支气管炎复发

**饮食调理** 家长应多给孩子吃

一些新鲜蔬菜和水果,不要让孩子吃辛辣、油腻和刺激性的食物,防止刺激呼吸道黏膜,加重病情。同时,家长在日常生活中要督促孩子多喝水,这样可以促进新陈代谢,有助于身体的恢复。

**日常护理** 家长要将孩子的房间打扫干净,注意对孩子进行保暖,防止病情反复。当孩子卧床休息的时候,可以定时对孩子进行翻身和拍背,帮助孩子顺利将痰液排出,防止出现呼吸不顺畅的情况。

**少去公共场所** 小儿支气管炎具有一定的传染性,在冬春季节比较容易复发,建议尽量少带孩子去公共场所,避免接触太多的人群,这样能减少感染的机会。

**接种疫苗** 如果孩子的身体免疫力比较低,可以在流感流行期间接种流感疫苗。

**坚持运动** 可以经常带孩子去户外锻炼身体,来增强身体的抗病能力和抵抗力,降低感染性疾病的

发生率。

**物理操作** 在 孩子支气管炎症状比较严重的情况下,家长可以在专业护理人员的指导下为孩子进行推拿、按摩等物理治疗,以促进气道内的痰液排出,帮助孩子缓解不适症状。

**定时让孩子服药** 一定要谨遵医嘱让孩子接受药物治疗,以帮助孩子止咳、化痰,促进支气管炎的恢复。

**雾化治疗** 若孩子支气管炎症状比较严重,可以在专业医务人员的指导下对孩子进行雾化治疗,将痰液稀释以便更好地排出,进而缓解孩子的不适症状。

**保持口腔卫生** 孩子患上支气管炎后会出现痰多且粘稠的情况,因此一定要保持孩子的口腔卫生。可以让孩子进食后适当喝些开水来清洁口腔。

(作者供职于贺州市昭平县妇幼保健院)

## 剖宫产后的护理注意事项

□韦艳丹

剖宫产是一种常见的分娩方式,术后护理对于产妇的身体恢复至关重要。正确的护理可以帮助产妇减轻不适,降低并发症的发生。本文将介绍剖宫产及剖宫产后的护理注意事项,希望能够帮助产妇快速恢复。

### 什么是剖宫产

剖宫产是通过手术在产妇的腹部和子宫上做切口,然后将胎儿从子宫中取出的分娩方式。根据原因的不同,剖宫产可以分为紧急剖宫产和计划剖宫产,这两种方式在现实中的适用范围不同。

### 紧急剖宫产 紧急剖宫产是指

在分娩过程中出现突发情况,需要迅速进行手术干预以确保母婴安全。这些紧急情况包括胎儿窘迫、胎盘早剥、羊水栓塞、严重的胎位异常等。在这些情况下,医生会迅速评估产妇和胎儿的状况,如果自然分娩存在风险,医生就会立即决定实施紧急剖宫产,以最大程度地保护母婴的生命健康。

**计划剖宫产** 计划剖宫产是在提前安排下进行的手术,医生通常会与产妇共同协商决定。在这种情况下,医生可能会考虑多种因素,如产妇的身体状况、分娩史、医学因素等。计划剖宫产可能会在预产期前的一段时间内安排,这样可以更好地控制分娩过程,减少紧急情况的发生,从而保障产妇和胎儿的安全。

不管是紧急剖宫产还是计划剖宫产,医生会根据具体情况选择最适合的分娩方式,以确保产妇和胎儿的安全与健康。剖宫产是一项外科手术,需要在专业医生的指导下进行,在术前、术中和术后都需要密切监测和护理,以确保整个过程顺利进行。此外,产妇和医生之间的有效沟通,以及合理的选择决策,都是保障母婴健康的关键因素。

### 剖宫产后的护理注意事项

**休息和恢复** 剖宫产手术后,产妇需要充分休息来促进身体康复。在术后的数天至数周内,要避免过度劳累和剧烈运动。根据医生的建议,可逐步增加日常活动的时间和强度。

**创口护理** 要保持剖宫产切口的清洁和干燥,以预防感染。在恢复期两周左右,可用温水和无刺激性的肥皂轻轻清洁切口周围的皮肤,然后用柔软的毛巾轻轻拍干。避免使用刺激性的洗涤剂 and 沐浴露。

**规律进食** 剖宫产后,产妇需要充分的能量和营养来促进身体的康复。要保持规律的进食时间,摄入富含蛋白质、维生素和矿物质的食物。

**高纤维饮食** 剖宫产后,产妇容易出现便秘,因此应保持高纤维饮食。多摄入蔬菜、水果、全麦食物和豆类等高纤维食物,以促进肠道健康,减轻腹部不适。

**避免负重** 剖宫产后,腹部的肌肉和切口需要时间来愈合,因此,要避免承担过重的物品,以免增加腹部的压力和不适。在拿物品时,尽量采取蹲下的姿势,避免弯腰。

**避免穿紧身衣物** 在术后的初期,要避免穿紧身衣物,尤其避免穿戴紧绷的腹带。紧身衣物可能会对切口施加过大的压力,阻碍创口的愈合,要选择宽松、舒适的衣物。

**逐渐增加活动量** 在术后恢复期间,产妇应该遵循医生的指导。医生会根据产妇的身体状况和手术情况,提供个体化的运动建议和时间表。产妇可以从轻度的活动开始,如散步和简单的伸展运动。逐渐增加运动的强度和时间,不要急于恢复原来的运动水平。在术后一段时间内,应该避免剧烈运动,特别是需要承受较大压力和冲击力的运动,以防创口裂开。

**注意疼痛管理** 剖宫产术后可能会伴随着一些疼痛等不适。医生会根据产妇的情况开具适当的止痛药物。产妇应按照医生的建议及时服用药物,以减轻不适,同时要注意药物的使用剂量和频率。

**心理支持** 剖宫产对于产妇来说可能是一次身体和心理上的挑战。产妇应寻求心理支持,与家人、朋友或专业的心理健康专家交流,以此来减轻精神压力,促进心理健康。

**定期复诊** 术后定期复诊是确保康复进展正常的关键。产妇应遵循医生的建议,定期参加复诊和检查。医生会评估切口的愈合情况、身体恢复状况以及可能存在的问题,确保康复进程顺利。

综上所述,剖宫产后的护理非常重要,可以通过合理的休息、创口护理、适当的饮食、逐渐增加活动量、心理支持等措施减轻产妇不适,降低并发症的发生风险。

(作者供职于广西河池市宜州区中医医院)

## 宫外孕的超声图像特征和诊断标准

□黄惠益

宫外孕,也被称为异位妊娠,是一种常见的妇科疾病。宫外孕在输卵管中的发生率最高,但也可能发生在卵巢、腹腔、子宫颈等部位。宫外孕在早期不会引发明显的症状,但随着病情的发展,可能会出现阴道流血、腹痛等表现。因此,通过超声图像进行宫外孕的诊断就显得尤为重要。

### 宫外孕的病因

**输卵管异常** 输卵管异常是导致宫外孕最常见的原因之一。例如,输卵管管可以因感染、手术、结扎术或先天畸形而导致狭窄、堵塞或积水,从而使受精卵无法正常通过输卵管进入子宫腔而在输卵管内

着床。

**妊娠相关因素** 一些妊娠相关因素也可能导致宫外孕。例如,宫颈肥大、子宫内膜异位、子宫畸形或妊娠囊胚异常等情况,都可能导致受精卵无法在子宫内嵌入。

**药物使用和辅助生殖技术** 某些药物(如抗雌激素药物)的使用,以及辅助生殖技术(如试管婴儿)也会增加宫外孕的风险。

**生殖道感染** 生殖道感染(如性传播感染)可引起输卵管、子宫和附件区域的炎症,导致输卵管通畅性受损,增加宫外孕的发生风险。

**其他因素** 年龄、吸烟、多次终止妊娠、宫内节育器的使用以及先

前的宫外孕史等都被认为与宫外孕的发生有关。

### 宫外孕的超声图像特征

宫外孕的超声图像会随着宫外孕的不同阶段而变化。以下是不同类型宫外孕的超声图像特征:

**未破裂型** 在宫外孕早期,超声图像可能无明显异常,这是因为宫外孕的胚胎尚未发育到足够大的程度。然而,有时可以在宫外孕找到小而无回声的孕囊,这可能是由于胚胎着床部位出血而形成的血肿。

**流产型** 如果宫外孕发生流产,在超声图像上可看到盆腔内有混合回声包块,这是由于胚胎着床部位出血和炎症反应所致。有时

可以在包块内看到胚芽和原始胎心搏动,这是由于胚胎未完全排出。

**破裂型** 当宫外孕破裂时,超声图像上可见腹腔内有大量积液,这是由于胚胎着床部位破裂所致。子宫周围可看到不规则的混合回声包块,这是由于胚胎着床部位出血和炎症反应所致。

**陈旧型** 如果宫外孕未被发现并自然流产,胚胎可在腹腔内存活,形成陈旧性宫外孕。超声图像上可见子宫周围有不均匀回声的包块,这是由于胚胎着床部位炎症反应和纤维化所致。有时包块内可见到胎囊或胚芽,这是因为胚胎着床部位出血和炎症反应导致包

裹性积液形成。

### 宫外孕的诊断标准

**临床表现** 宫外孕的临床表现包括腹痛、阴道出血、晕厥、休克等,但这些症状也可能因人而异。因此,医生会根据患者的具体表现和病史进行初步诊断。

**人绒毛膜促性腺激素检测** 血液中的HCG(人绒毛膜促性腺激素)水平是怀孕的重要指标,也可以帮助诊断宫外孕。在正常宫内妊娠中,HCG水平会随着妊娠时间的增加而升高。然而,在宫外孕中,由于胚胎着床部位的供血不足,HCG水平往往比正常宫内妊娠低。因此,通过检测HCG水平的变化,可以帮助诊断宫外孕。

**超声检查** 超声检查是诊断宫外孕的主要手段。怀孕6周后,通过阴道超声检查可以观察到宫腔内的孕囊和胎芽,而在正常宫内妊娠中则无法看到。如果超声检查未能看到宫腔内的孕囊和胎芽,而子宫外可见混合回声包块,则可能提示宫外孕。此外,医生还会观察患者是否有腹腔积液等其他宫外孕的典型表现。

孕的问题,如子宫肌瘤、卵巢囊肿等。

**及时治疗生殖系统疾病** 子宫肌瘤、子宫内膜异位症等生殖系统疾病会影响输卵管的形态和功能。炎症是造成输卵管狭窄的主要原因,人工流产等宫腔操作更是增加了炎症和子宫内膜进入输卵管的概率,进而导致输卵管粘连、狭窄,增加了宫外孕的可能性。及时治疗这些疾病可以减少宫外孕的发生。

### 如何预防宫外孕

**保持健康的生活方式** 均衡的饮食、适量的运动和充足的睡眠有助于维持身体健康,提高生育能力。此外,避免过度饮酒和吸烟也可以降低发生宫外孕的风险。

**控制性传播疾病** 性传播疾病,如淋病、衣原体感染和支原体感染等会增加宫外孕的风险。因此,避免多个性伴侣、使用避孕套等措施可以帮助预防宫外孕。

**接受生育检查** 定期接受生育检查可以及时发现可能导致宫外孕

的因素,了解宫外孕的超声图像特征和诊断标准非常重要。通过早期识别和及时处理,可以降低宫外孕的风险。同时,预防宫外孕的措施也有助于维护女性健康,提高生育能力。在日常生活中,女性可通过保持健康的生活方式、控制性传播疾病、定期进行生育检查等措施来预防宫外孕的发生。

(作者供职于南宁市第八人民医院)