

解密胎儿健康筛查的奥秘

□黄继华

产前筛查是预防出生缺陷、实现优生优育的关键环节。作为一种无创、安全、实时的检查手段，超声技术在胎儿健康筛查中发挥着越来越重要的作用。本文将从超声技术的原理、检查方法、诊断价值及注意事项等方面进行阐述。

超声技术的原理与优势

原理 超声技术是利用高频声波进行图像扫描，通过发射超声波并接收反射回来的声波，利用计算机技术形成图像。这种技术能够清晰地显示胎儿在子宫内的结构和活动情况，为医生提供直观的诊断依据。

优势 超声检查不会对孕妇和胎儿造成任何伤害，是一种安全可靠的检查手段。超声检查能够实时观察胎儿的动态变化，有助于及时发现异常情况。随着技术的进步，超声图像的分辨率不断提高，能够更清晰地显示胎儿的细微结构。超声检查可以反复

进行，便于随访观察胎儿生长发育情况。

在胎儿健康筛查中的应用

检查方法 超声检查通常在孕期不同阶段进行，以全面评估胎儿健康状况。孕早期(孕6周~8周)：了解妊娠囊位置、胎心搏动情况，判断是否为正常妊娠。孕11周~14周：进行NT(颈项透明层)筛查，预测胎儿患染色体异常的风险，并进行早期结构筛查。孕20周~24周：进行III级产前超声检查(俗称“大排畸”)，对胎儿各个解剖结构进行系统性筛查。孕晚期(孕28周~40周)：监测胎儿生长发育情况、胎盘成熟状况、羊水量及胎位等。

诊断价值 超声检查在胎儿健康筛查中具有极高的诊断价值。它能够发现多种胎儿畸形，包括神经系统畸形(如无脑儿、脑积水)、心血管系统畸形、泌尿系统畸形、四肢畸形及消化道畸形等。此外，超声检查还能评估

胎儿的生长发育情况，监测羊水量及胎盘功能，为临床决策提供重要依据。

注意事项 在孕期不同阶段，孕妇需要进行有针对性的检查。因此，选择合适的检查时间非常重要。例如，早期妊娠期需要进行唐氏综合征筛查、B超检查等，中期妊娠期需要进行四维彩超检查、糖耐量试验等，晚期妊娠期需要进行胎心监护、羊水穿刺等。选择合适的检查时间可以确保检查结果的准确性和可靠性。

在进行孕期检查时，需要由经验丰富的医生进行操作。这样可以确保检查结果的准确性和可靠性。经验丰富的医生可以根据孕妇的具体情况，选择适当的检查方法和设备，解读检查结果，为孕妇提供专业的建议和指导。

在进行孕期检查前，孕妇需要保持良好的心态和情绪稳定。这样有利于检查的顺利进行。如

果孕妇情绪紧张或焦虑，可能会影响检查结果的准确性。因此，孕妇可以通过听音乐、阅读等方式来放松自己的心情，保持积极乐观的态度。

对于可疑或异常情况，需要进行随访观察以明确诊断。例如，如果在孕期检查中发现胎儿发育异常或存在其他问题，医生会建议孕妇进行进一步的检查和治疗。在随访观察期间，孕妇需要按照医生的建议进行检查和治疗，并及时向医生汇报病情变化。这样可以确保及时发现和处理问题，保障母婴健康。

超声技术的局限性

尽管超声技术在胎儿健康筛查中展现出显著的优势，但它也不可避免地存在一些局限性。例如，对于某些较小的染色体畸形、进展性病变，以及胎儿在宫内的功能评估(比如智力、听力和视力等)，超声检查可能存在筛查盲区，无法提供全面的

宝宝咳嗽不止与小儿支气管肺炎

□连利媛

小儿支气管肺炎是儿童常见的一种呼吸道感染疾病，主要由细菌、病毒、霉菌及肺炎支原体等病原体直接入侵呼吸道，进而侵害支气管壁或肺泡引起的炎症反应。该病起病可急可缓，主要表现为咳嗽、发热、气促、呼吸困难等症状，严重时危及生命。

症状

咳嗽 早期多为干咳，后期逐渐有痰，且咳嗽可能加重。新生儿或早产儿可能无咳嗽，仅表现为口吐白沫。

发热 体温多在38摄氏度~39摄氏度，但也可能不发热。

气促 多发于发热、咳嗽之后，呼吸表浅且频率加快。

呼吸困难 严重时可出现口

周发紫、发绀等症状，呼吸时间延长。

其他症状 烦躁、呕吐、胸痛等也可能出现。

成因

病原体感染 细菌、病毒、霉菌及肺炎支原体等病原体直接入侵呼吸道。

密切接触 儿童在家庭、学校、幼儿园等集体环境中，如与患者密切接触，容易通过空气飞沫或直接接触传播病原体。

不良卫生习惯 如不勤洗手、不清洁玩具和用品等，容易导致病原体在手部和物品表面滋生。

季节变化 秋冬季节天气寒冷，儿童更容易感冒，而感冒是引

起支气管肺炎的常见前驱症状。

预防

增强免疫力 保持良好的生活习惯，保证充足的睡眠，合理的饮食，适当的运动，以增强孩子的免疫力。

避免接触感染源 尽量避免让孩子接触到有呼吸道疾病的人，尤其是患有肺炎、流感等传染病的人。

定期接种疫苗 给孩子接种预防肺炎的疫苗，比如肺炎球菌疫苗和流感疫苗。

保持室内空气清新 定期开窗通风，避免孩子长时间待在空气不流通的环境中。

注意个人卫生 教育孩子养成良好的卫生习惯，比如勤洗手

手、不随地吐痰等。

治疗

及时就医 在宝宝咳嗽不止时，应及时带他到医院就诊，通过C反应蛋白、支原体检测、拍片等检查确诊是否患有支气管肺炎。

药物治疗 对于细菌感染，可选用青霉素类、头孢菌素类等抗生素。目前尚无特效抗病毒药物，流感可选择奥司他韦、止咳平喘药物及其他对症治疗药物。

中医治疗 中医对小儿支气管肺炎有一定的疗效，可根据具体情况选择合适的中药方剂或针灸疗法。

生活护理 保持室内空气清新、温度及湿度适宜，勤开窗通

风；给宝宝保暖，避免前往人群密集的地方；保证宝宝充足的睡眠等。

注意事项

密切观察病情 家长应密切观察宝宝的病情变化，如有加重趋势应及时就医。

遵医嘱治疗 家长应严格按照医生的指导给宝宝用药，切勿自行增减药量或更换药物。

饮食调理 让宝宝保持均衡、规律的饮食习惯，多喝水，进食清淡、营养、容易消化的食物。**心理支持** 家长应给予宝宝足够的心理支持，帮助宝宝保持积极乐观的心态。

(作者供职于河南省新乡市中心医院儿科)

许多女性被一些难以启齿的问题困扰，尿失禁和慢性盆腔痛是其中较为常见的。这些问题不仅影响着女性的身体健康，还对她们的心理和生活质量造成了极大的负担。阴道筋膜手法松解作为一种有效的治疗方法，为解决这些问题带来了新的希望。

尿失禁与慢性盆腔痛

尿失禁，即不自主地排尿，可能在咳嗽、打喷嚏、大笑或运动等情况下发生。这让女性在社交场合中常常感到尴尬和不安，严重影响了她们的自信心和生活品质。慢性盆腔痛则表现为下腹部、腰骶部等部位的长期疼痛，疼痛程度不一，可持续数月甚至数年。这种疼痛不仅影响日常生活，还可能导致焦虑、抑郁等心理问题。

阴道筋膜与盆底功能的关系

要理解阴道筋膜手法松解的作用，首先需要了解阴道筋膜与盆底功能的密切关系。阴道筋膜是盆底结构的重要组成部分，它像一张网一样，支撑着盆腔内的器官，比如子宫、膀胱、直肠等。当阴道筋膜出现紧张、粘连或损伤时，就会影响盆底肌肉的正常功能，从而导致尿失禁、慢性盆腔痛等问题的出现。

阴道筋膜手法松解的原理

阴道筋膜手法松解是通过专业的手法，对阴道筋膜进行轻柔地按摩和拉伸，以达到缓解紧张、解除粘连、恢复筋膜弹性的治疗方法。这种方法可以促进局部血液循环，增加组织的营养供应，加速损伤组织的修复。同时，通过调整筋膜的张力，还可以改善盆底肌肉的协调性和收缩力，从而提高盆底的整体功能。

治疗过程与注意事项

在进行阴道筋膜手法松解治疗时，通常需要由专业的医生或康复治疗师进行操作。治疗前，医生会对患者进行详细的评估，包括病史询问、体格检查、盆底功能评估等，以确定是否适合进行这种治疗。治疗过程中，患者需要放松身体，配合医生的操作。医生会轻柔地触摸和按摩阴道筋膜，感受筋膜的紧张程度和粘连情况，并根据具体情况进行相应的处理。

需要注意的是，阴道筋膜手法松解治疗并非适用于所有患者。患有急性炎症、阴道出血、恶性肿瘤等疾病的患者不宜进行这种治疗。此外，治疗过程中可能会出现一些轻微不适，比如疼痛、酸胀等，但一般都在可忍受范围内。如果出现严重的疼痛、出血等异常情况，应立即停止治疗，并及时告知医生。

预防与保健

除了进行阴道筋膜手法松解治疗外，女性还可以通过一些预防和保健措施，来减少尿失禁和慢性盆腔痛的发生。例如，保持良好的生活习惯，避免长时间站立或坐着，定期进行盆底肌肉锻炼，注意饮食健康，避免便秘等。

(作者供职于广东省江门市新会区第二人民医院)

中医的润肺防燥措施

□万世超



资料图片

随着秋季的来临，天干物燥的气候逐渐显现。对于娇嫩的宝宝来说，这样的季节转换会造成呼吸系统的不适。中医讲究“天人合一”，强调顺应自然、调和阴阳。在这个季节，借助中医知识，可采取润肺防燥措施，帮助宝宝适应气候变化。

多吃润肺的食物

随着秋季的到来，昼夜温差增大。这种变化会让外界的凉气通过皮肤毛孔侵入体内，影响肺部健康。因此，秋季养生的核心在于润肺防燥。中医认为，白色食物对肺部有益，比如莲藕、银耳、百合等，具有滋阴润燥、滋养肺部的功效。为让宝宝更好地吸收食材的营养，可以将它们混合在一起煮粥。如果宝宝不喜欢银耳和百合的口感，可以将其打成糊状，再添加到粥中，这样既能保留食材的营养，又能改善口感。

另外，如果宝宝已经出现咳嗽症状，并感到咽喉不适，尝试使用白萝卜煮水。白萝卜具有清热化痰、润肺止咳的作用，将熬制的萝卜汤给他们饮用，能有效缓解咽喉疼痛，恢复舒适。

清肺热和滋阴手法

如果宝宝舌尖呈现鲜红色，并且咳嗽时呈现为干咳、无痰音，通常表明宝宝正处于燥咳状态。对此，可采用中医推拿方法来清肺热和滋阴。首先，让宝宝伸出左手或右手，沿

着无名指的指根向指尖方向推拿，该过程被称为清肺经。建议推拿的次数控制在200次至400次，来刺激肺经，帮助清除肺部的燥热。其次，关注宝宝手背上的二人上马穴，该穴位位于无名指和小指掌关节的凹陷处。每次按揉穴位300下至500下，会起到温和而有效的滋阴补肾作用，有助于缓解燥咳带来的不适。

多吃五谷杂粮

随着秋季的到来，以碳水化合物为主的食物会引起一些问题。由于碳含量相对较高，过度摄入会增加宝宝发胖的风险，如果过度依赖细粮也不利于孩子的全面发育。因此，家长应该注重调整宝宝的饮食结构，增加五谷杂粮的摄入。这些杂粮富含维生素B族，对宝宝的生长发育至关重要。通过用紫薯、芋头、山药等薯类作为主食的替代品，不仅可以丰富他们的饮食选择，提供更全面的营养，还能有效预防口角生疮等问题。另外，家长还要尝试将五谷杂粮和米饭或面食结合，制作更健康、营养的主食。如在米饭中加入一些燕麦、小米等杂粮，或在面食中添加一些豆类、玉米粉等食材，来提高主食的营养价值，增加宝宝的食欲，促进他们健康成长。

(作者供职于山东省乐陵市中医院)

新生儿急救知识

□陈 妮

新生儿常见的突发状况包括窒息、呼吸困难、体温过低或过高、惊厥、出血和感染。由于新生儿呼吸道狭窄容易发生呼吸道阻塞导致窒息，家长在照顾时应特别注意避免容易窒息的环境。呼吸困难可能是由呼吸道阻塞、肺炎或先天性心脏病引起的，一旦发现应及时送往医院进行诊断和治疗。

急救基本知识
心肺复苏术 心肺复苏术是新生儿急救的基本技能之一。如果发现新生儿出现面色青紫或苍白，无反应，胸腹部没有呼吸起伏，没有触及颈动脉搏动，应立即进行心肺复苏术。具体操作步骤如下：首先进行胸外按压，将婴儿平放在硬板上，用双手掌根部重叠按压胸部中央(两乳头连线中点)，按压频率为每分钟100次~120次。然后进行人工呼吸，用口对口或口对鼻方式进行人工呼吸，每次呼吸时间为1秒~2秒。最后进行胸外按压和人工呼吸的交替操作，直到婴儿恢复心跳和呼吸为止。

止血方法 如果发现新生儿出现出血症状，应立即采取止血措施。具体方法如下：首先用干净的纱布或棉球压迫出血部位，然后使用止血带或绷带等物品加压包扎止血。如果出血严重或止血效果不佳，应及时送往医院进行进一步处理。

体温调节 如果发现新生儿出现体温异常症状，应立即采取措施调节体温。具体方法如下：首先将婴儿移至适宜的环境温度中，然后使用温水擦拭身体降温。如果体温过高或过低持续时间较长，应及时送往医院进行处理。

应对突发状况的步骤
在应对新生儿突发状况时，家长首先需要观察和评估状况。要密切关注婴儿的症状和表现，评估突发状况的严重程度。了解婴儿的呼吸、心跳、体温、出血等情况，以及是否伴随有哭声、抽搐等症状。在这个过程中，保持冷静和自信至关重要。家长不要惊慌失措，要相信自己的判断力和处理能力。同时，也要尽可能保持冷静，以便更好地应对突发状况。

一旦评估出突发状况的严重程度，家长应根据实际情况采取必要的急救措施。如果发现婴儿出现心跳骤停或呼吸骤停等状况，应立即进行心肺复苏术。如果发现婴儿出现出血症状，应立即采取止血措施。如果发现婴儿出现体温异常症状，应立即采取措施调节体温。在整个急救过程中，保持冷静和自信至关重要。家长不要惊慌失措，要相信自己的判断力和处理能力。同时，也要尽可能保持冷静，以便更好地应对突发状况。

预防措施
安全睡眠环境 为了预防新生儿窒息，家长应确保婴儿的睡眠环境安全。具体措施包括：不要在婴儿的睡眠环境中放置被

等状况，应立即进行心肺复苏术。如果发现婴儿出现出血症状，应立即采取止血措施。如果发现婴儿出现体温异常症状，应立即采取措施调节体温。这些基本的急救措施可以在等待专业医疗救助的过程中进行，为婴儿争取更多的生存机会。

如果突发状况比较严重，或者家长没有把握处理，应及时拨打急救电话或前往医院急诊室寻求专业医疗救助。在等待急救人员到场的过程中，可以采取一些基本的急救措施进行自救和互救。这些措施包括但不限于心肺复苏术、止血、调节体温等。同时，也要保持冷静和自信，相信自己的处理能力，保障婴儿的健康和安全。

处理原则
紧急手术修补或切除子宫，以抢救母婴生命。在手术过程中，医生会根据具体情况选择适当的手术方式，尽可能地减少对母体的损伤。同时，医生会监测母婴的生命体征和病情变化，以确保母婴安全。

纠正休克，补充血容量，维持生命体征稳定。医生会根据产妇的情况进行必要的治疗和护理，比如补充血容量、纠正休克等措施，以维持生命体征稳定。同时，医生还会监测伤口愈合情况和其他并发症的发生情况。

监测胎儿宫内状况，如有危险，尽快行紧急剖宫产，抢救母婴生命。
术后护理与康复
严密观察生命体征。在术后恢复期间，医护人员将密切监测患者的生命体征，比如心率、血

□杨 丹

的安全性。

症状与体征

子宫破裂的典型症状包括剧烈腹痛、阴道出血、血尿、宫缩消失、孕妇晕厥或休克等。这些症状可能导致产妇出现生命危险。如果发生子宫破裂，产妇可能会出现低血容量休克症状，比如头晕、心慌、面色苍白、脉搏细数等。这些症状是由于子宫破裂导致大量血液流失引起的。同时，还可能出现胎儿窘迫的情况，比如胎心异常、胎动减少甚至消失等。这些症状表明胎儿处于危险之中，需要及时采取措施。

体征方面，医生检查会发现子宫形态发生变化，腹部形成环状凹陷。这些症状表明子宫已经破裂。此外，还可能出现胎儿部分肢体露出阴道口、阴道流血等症状。这些症状表明胎儿已

子宫破裂是指分娩过程中，子宫体部或子宫下段发生的撕裂伤。这是一种严重的产科并发症，可对母婴健康造成严重威胁。

子宫破裂的原因与危险因素有多种。子宫手术史是一个重要的因素，比如剖宫产、子宫肌层剔除术等，这些都可能对子宫留下疤痕，在再次妊娠时增加子宫破裂的危险。其次，子宫发育异常也是子宫破裂的一个原因，比如子宫畸形、子宫发育不良等。此外，不当使用子宫收缩药物也是一个原因，如果子宫收缩药物使用不当，可能导致子宫破裂。另外，多胎妊娠、羊水过多、巨大胎儿等情况可导致子宫过度扩张，妊娠期高血压、糖尿病等并发症也可能增加子宫破裂的风险。了解这些原因和危险因素有助于预防和处理子宫破裂，提高母婴