

听市妇幼保健院产科专家讲—— 最幸“孕”的事

■记者 胡恬波

近日,丽敏(化名)抱着刚满月的宝宝到市妇幼保健院复查,说起这个宝宝,还真是“得来不易”。这是丽敏的第三胎宝宝,前两胎都在孕26周时自然流产,让她的身心遭受很大的打击。第三次怀孕后她小心地呵护着这个孩子,在孕25+周时住进市妇幼保健院产科,接受了十周的保胎治疗,在孕36周时她顺利生下了一个健康的宝宝。“虽然还不足月,但在医护人员的精心照顾下我和宝宝都很好,感谢她们!”

“生个健康宝宝”是每个准妈妈最朴实的想法,然而怀孕生子这件事没有那么简单,孕前和孕期的各项检查有多重要,十堰市妇幼保健院产科副主任邹海琼想跟大家聊聊。

孕前检查筛除不良因素

在孕育宝宝的过程中,既充满希望和快乐,还存在很多未知风险,我们该如何规避它,这就要说说孕前检查的重要性了。

邹海琼介绍,孕前检查一般是指夫妻在备孕前3个月进行,针对自身生殖系统和遗传基因所做的检查。比如血、尿等常规检查可以帮助排除一些基础疾病;内分泌检查主要是针对激素水平测定,比如甲状腺功能过高或过低都不适宜怀孕,不仅对胎儿神经系统发育障碍、新生儿智力发育有影响,甚至还会引发流产、早产、死

胎、妊娠期高血压疾病等妊娠并发症;TORCH检查最好是在怀孕前3个月做,以防止引起母婴感染,导致胎儿发育异常,出现早产、流产等异常妊娠结局。“当然,孕前检查不仅女方要做,男方同样需要做相应的泌尿生殖系统和精液检查。”

邹海琼解释,通过孕前检查,备孕夫妻可以更好的了解自身情况,发现问题及时治疗,避免贻误最佳受孕时机,影响备孕心情,同时还能有效降低新生儿出生缺陷的发生几率,更有利于优生优育。此外,备孕夫妻还要告知医生自己的既往病史和家族遗传病史,以便更全面的了解情况。

补充叶酸降低生育风险

随着二胎政策放开,高龄产妇越来越多,生育风险也随之增加。“女性的最佳受孕年龄在23-30岁,这个时候身体发育成熟,激素水平稳定,生育能力良好。而到35岁以后,生育成功率下降,母婴并发症风险增高。”邹海琼说。除了年龄因素之外,精神因素、体重过重或过低,都会影响受孕。

众所周知,备孕时要补充叶酸,那么叶酸到底有什么作用,该如何补也是有讲究的。邹海琼介绍,在怀孕前3个月女性就应该补充叶酸。缺乏叶酸,孕妇发生巨幼红细胞性贫血、胎盘剥离、妊娠期高血压等风险增加,还可能导致流产、胎儿生长发育迟缓,神经管畸形等,补充叶酸必须遵循医嘱。同

时,备孕期间应该注意休息,保持良好的心情,饮食要营养丰富,多吃些新鲜的水果和蔬菜,合理运动,避免去污染嘈杂的环境,忌烟酒。

羊水监测保护胎儿发育

在孕期,羊水主要作用是保护胎儿,缓冲外界压力,是维持胎儿生命不可缺少的重要成分。在胎儿的不同发育阶段,羊水的来源也各不相同。在妊娠早期,羊水主要来自母体的血清经过胎膜进入羊膜腔内;之后,随着胚胎的器官开始成熟发育,胎儿的尿液成为羊水的主要来源,其他诸如羊膜、胎肺的活动、胎儿皮肤的渗出液等等,也都成为了羊水的来源。

邹海琼说,“在不同孕周,医生会通过彩超来监测羊水多少,羊水过多或过少都不好。”羊水过多,孕妇可能存在负担过重,呼吸困难、血糖代谢异常,如妊娠糖尿病;羊水过少会造成胎儿宫内缺氧,胎儿宫内生长发育迟缓,甚至会导致胎儿发育异常。

邹海琼建议,准备怀孕的家庭要做好孕前检查,已经怀孕的女性,最好通过十堰妇幼孕妇学校了解更多孕期保健常识,生一个可爱健康的宝宝。



专家简介

邹海琼 市妇幼保健院产科妊娠并发症保胎治疗专科副主任医师,在妊娠期并发症特色有效保胎治疗方面独有建树,她一直致力于减少孕妇因妊娠期并发症所造成的风险及危害,降低早产发生率,提高了自然分娩率,同时也降低了新生儿相关疾病发生率,温柔细致的她赢得了患者及家属的较高肯定。

咨询电话:0719-8663773



扫码看专家讲座



做好个人防护 抗击新冠肺炎疫情

(每个人是自己健康的第一责任人)

外出购物 您做好防护了吗?

- 提前列好购物清单
- 配合做好体温检测
- 全程佩戴口罩
- 不拥挤,不扎堆,减少逗留时间
- 排队有序,少乘坐厢式电梯
- 错峰结账,少乘坐扶梯
- 错峰使用电子支付
- 回家后及时洗手

做好个人防护 抗击新冠肺炎疫情

(每个人是自己健康的第一责任人)

施工作业 您做好防护了吗?

- 配合做好体温检测
- 注意手卫生
- 正确佩戴口罩(医用或防护面具)
- 加强通风换气
- 错峰分开就餐
- 错峰做、分批洗澡盥洗
- 错峰排队减少外出,不聚餐,错峰乘坐社交类交通工具

做好个人防护,外出戴口罩,不凑热闹,少聚集,错峰乘坐交通工具