

# 市中医院妇科为二孩家庭保驾护航

## 专家提醒 高龄夫妇想要健康二孩 孕前检查不能少



市中医院妇科医生应慧群为患者把脉。

### 绝经期女性别忘 合理补充激素

记者 李梦楚

围绝经期是指妇女绝经前的一段时期,包括临床特征上、内分泌及生物学开始出现绝经趋势的迹象(40岁左右),一直持续到最后一次月经后一年。40岁以上妇女,在10个月之内发生两次相邻月经周期长度的变化7天,就可以认为已经进入围绝经期。进入围绝经期后,女性卵巢功能开始衰退,雌激素下降到一定水平,就会出现绝经。市中医院妇科主任吴筱花介绍。

据了解,绝经近期症状可以表现为月经失调症状,如月经周期不规则、经期延长,血管舒缩症状如潮热、盗汗等,精神症状如睡眠障碍、易激怒、忧郁等,泌尿生殖道萎缩症状如尿频尿急、性交疼痛、阴道炎等。

缺乏雌激素带来的危害远不止这些,远期还会表现出骨质疏松症状如腰背疼痛、易骨折等,心脑血管疾病如冠心病、脑卒中等。

随着人们生活水平的提高及保健意识的增强,越来越多的妇女选择以激素补充的方式来缓解绝经相关症状,中医院妇科也从2013年开始与杭州第一人民医院一起做《绝经妇女健康管理及抗衰老综合干预体系的建立》课题研究。吴筱花说。

激素补充可以改善绝经引起的相关症状,缓解潮热出汗,改善睡眠、夫妻生活等。但值得注意的是,激素补充虽普遍用于临床治疗绝经,但并非人人适用。如已知或怀疑妊娠,原因不明的阴道出血,已知或可疑患有乳腺癌,已知或可疑患有性激素依赖性恶性肿瘤,患有活动性静脉或动脉血栓栓塞性疾病(最近6个月内),严重肝肾功能障碍,血卟啉症、耳硬化症,已知患有脑膜瘤(禁用孕激素)的妇女都不应该使用激素补充。

还需注意的是,超过60岁的妇女使用激素补充治疗会增加心血管疾病的发生率和死亡率,所以,激素补充最好在60岁以内,绝经十年内开始使用。在服用激素补充期间,必须定期进行相关的指控检查,及时了解身体变化。如出现不明原因生殖道异常出血应及时就诊。

吴筱花说,女性朋友应正确看待围绝经期,积极参加治疗。每周坚持体育锻炼,多吃些水果和蔬菜,适量补充钙质,通过有规律的生活调节身体和情绪,健康度过围绝经期。

随着二孩政策落地,备孕二孩成为很多家庭的大事。但是,生二孩尤其是高龄夫妇生二孩,可不是简单的事。市中医院妇科专家提醒,想要生二孩的家庭,须在孕前做足检查评估,在妊娠过程中要留意流产征兆,提高警惕,在专业医生指导下进行调理,以确保生个健康宝宝。

记者 李梦楚

### 高龄夫妇备孕二孩 须做足检查评估

二孩政策落地,不少家庭都有了再生育的想法,这不,市中医院妇科门诊更火了,除了妇科疾病患者外,还多了一群备孕的准妈妈们。

到妇科门诊咨询、取环、备孕的高龄女性增多,是市中医院妇科医生应慧群最直观的感受。她们多为35岁-45岁的女性,卵巢功能减退,受孕成功率偏低。再加上一些女性生育一孩时不注重调理身体,导致身体存在问题,也为生育二孩带来了困难。

不管是生育一孩还是二孩,夫妻双方都应在备孕前到正规医院做个检查。应慧群说,不仅高龄女性生育会有很多风险,男性年纪大了不育的概率也会增高。所以男性在准备生二孩之前最好到医院检查一下精子常规和性激素水平。高龄女性最好到医院测定bFSH(基础卵泡刺激素)、基础FSH/LH,并进行多普勒超声检查。

### 注意流产征兆 保胎因人而异勿跟风

生个健康的宝宝,是每个家庭的愿望。然而,准妈妈孕育宝宝的过程充满了艰辛,怀孕前3个月还可能会遇到先兆流产(自然流产)的问题。如有两次及两次以上自然流产,可能会引发更为复杂的复发性流产。如有流产征兆,患者夫妇需格外重视,尽早到专科检查。

市中医院妇科医生夏承芳介绍,引起流产的病因很多,主要包括遗传因素,胚胎或父母一方(双方)染色体异常是引起流产最常见的原因;外界因素,受射线、化学药品、感染、压力和一些不良生活习惯的影响,使流产概率增高;子宫因素,如子宫肌瘤、子宫畸形、宫腔粘连等;免疫因素,如母体自身免疫损伤;内分泌功能异常,如月经不规律、排卵不良、黄体功能不足等;

bFSH水平是指自然月经周期第2天至第3天的血清FSH水平,基础FSH > 10U/L是判断卵巢储备下降的标准,基础FSH > 15U/L是判断妊娠潜能和卵母细胞质量低下的标准;基础FSH/LH > 2时,常提示患者对超促排卵反应不良,FSH/LH > 3.6往往被作为评价卵巢功能下降的标志点,多普勒超声检查可测定基础AFC(窦卵泡计数,指月经周期第3天经阴道超声检测直径2毫米-9毫米的卵泡数目),基础AFC > 10个则预示临床妊娠可能性大,多普勒超声检查还可测定卵巢体积,监测卵泡。

应慧群提醒,对于做过剖宫产的妈妈来说,产后留下的子宫疤痕是不容忽视的危险地带。随着剖宫产率的上升及临床医生对该类疾病了解的增加,子宫切口憩室及瘢痕妊娠病例逐渐增多。这类女性如果切口处妊娠,随着胎盘越来越大,剖宫产

时形成的瘢痕会越来越薄,当压力超过疤痕组织所能承受的力量时,子宫随时有破裂的风险。子宫破裂可能造成胎死宫内,孕产妇还可能大出血,甚至危及生命。一般来说,月经第5天做B超即可检查是否患有子宫切口憩室。

二孩放开后,一些夫妻过于急躁,急于求成,导致双方心理压力过大,适得其反。这种情况下,要注意改善不良生活习惯,注意调节精神压力。应慧群说,中医认为,卵巢储备功能低下的病机主要是肝肾肾虚,脾气不足。肾藏精,主生长、发育与生殖,肾精与女性卵巢生理功能密切相关,主宰着女性生殖机能的发育、旺盛与衰退,因此,滋肾填精,即为此病的治疗大法。市中医院根据肾中精气理论,临床上辩证采用补肾养血、活血化瘀、疏肝理气等方法,以期改善患者症状,提高女性生育能力。

甲状腺功能异常,如常见的临床甲状腺功能减退症、妊娠期甲状腺功能亢进症等。所以,复发性流产应分析导致流产的因素,等某些症状控制好以后再考虑妊娠,孕期也要严格监测,以免再次造成不良妊娠悲剧。

夏承芳建议,准妈妈们应从孕前就开始调理身体:中医讲究气血,所以孕前调理也要顺应月经周期中阴阳气血的变化规律。经期血室正开,宜和血调气,或引血归经,过寒过热、大辛大散之剂宜慎,以免滞血或动血,经后血海空虚,宜予调补,即经后勿滥攻,经前血海充盈,宜予疏导,即经前勿滥补。

怀孕初期,首先要掌握流产的早期信号。夏承芳介绍,阴道出血,下腹痛伴下坠感,感觉腰酸,都是流产的前兆。有些女性觉得,月经突然

变少了,事实上已经怀孕了,而且是出血的危险信号;还有些孕妇说没有出血,只是有些咖啡色分泌物,这也是出血的信号,都应引起警惕,尽早到医院确诊。

夏承芳提醒,怀孕前3个月是危险期,应忌房事,避免重体力劳动,饮食忌辛辣、寒凉,多摄取优质蛋白以保证胎儿营养。另外中医药保胎也有讲究,根据症状、舌苔脉象的不同,采取不同的方案,所以不能盲目跟风,套用他人的保胎方案,而应在专业医生的指导下辩证施治。

当然,健康孕妇不必盲目保胎。孕前做足检查评估,提前排除影响胎儿的因素。孕期注意休息,保证睡眠,忌辛辣、油腻,养成科学、健康的生活习惯,定期产检就可以了。



永康日报  
微信公众