

# 失眠数月唯恐自己得了抑郁症 连续服药还不见效 更年期妈妈 别忘了适当补充激素



## 无创产前筛查 需到正规医疗机构

通讯员 吴燕

无创产前筛查即孕妇外周血胎儿游离DNA产前筛查,是通过采集孕妇外周血,提取游离DNA,采用新一代高通量测序技术,结合生物信息分析,判断出胎儿发生相关染色体疾病的风险。目前主要针对3种常见染色体非整倍性疾病,即21三体综合征、18三体综合征、13三体综合征。该检测方法具有无创取样、无流产风险、高灵敏度、准确性高等特点,是传统的血清学产前筛查所无法比拟的。

去年10月27日,为了规范各地区医疗机构有序开展无创产前筛查,国家卫计委正式发布了《关于规范有序开展孕妇外周血胎儿游离DNA产前筛查与诊断工作的通知》,对开展无创产前筛查机构、检测人员,以及试剂设备的资质进行了说明。这里特就相关规定作解读。

《通知》明确规定,开展无创产前筛查医疗机构需同时具备以下三个条件:需获得产前诊断类《母婴保健技术服务执业许可证》,需为有资质的产前筛查或产前诊断机构,需具备临床基因扩增检验实验室。

《通知》同时对开展无创产前筛查的人员以及实验室人员提出要求:专业技术人员应当按照《产前筛查技术管理办法》要求取得相应资质;实验室人员应当经过省级以上卫生计生行政部门组织的临床基因扩增检验技术培训,并获得培训的合格证书。另外,试剂设备必须要经过食品药品监督管理部门的批准注册。

《通知》中特别提出了两个禁止,即禁止非法机构和非医务人员开展无创产前筛查,禁止不具备资质的机构开展检测或采血,明确指出产前诊断机构和产前筛查机构是唯一具备资质的机构,并设立了意见箱、12320电话和新闻媒体合作的监督模式,鼓励群众和社会媒体举报或曝光违法违规机构与违法行为,切实保障广大孕妇权益。

市妇幼保健院于2005年12月经浙江省卫生厅许可开展母血清产前筛查工作,是市产前筛查中心,是市唯一具备资质开展无创产前筛查的机构。为了您和胎儿的健康,请有无创产前筛查需求的孕妇到市妇幼保健院产科门诊就诊。



想了解更多资讯 敬请关注 永康市妇幼保健院 微信公众号

医生,这几个晚上都能睡好觉了。日前,妇保院妇科门诊主任胡兰青在给一位病人复查时,听出了对方的话音里满是兴奋。胡兰青特别理解这种情绪,毕竟这位病人因为连续失眠数月,一度怀疑自己得了抑郁症,吃了很长一段时间的药,却未见起色,整个人越发抑郁。而实际上,43岁的她并非真正意义上的抑郁症,而是围绝经综合征,通过激素替代治疗,睡眠明显改善,精神状态也好了很多。

□记者 陈晓苏

## 40岁以上女性月经不规律,警惕更年期到来

绝经综合征是指妇女绝经前后出现性激素波动或减少所致的一系列躯体及精神心理症状,这些症状严重困扰着围绝经期及绝经后妇女。对于40岁以上的女性来说,出现月经不规律很可能是更年期到来的前兆。胡兰青解释,女性自35岁以后,卵巢功能就会开始走下坡

路。当雌激素水平下降到一定程度,更年期就来报到了。

由于个人激素水平不同,更年期开始的年龄也因人而异。有的人45岁就开始,有的人可能50岁才来。更年期持续时间也不同,有的人可能半年就过去了,有的人可能持续两三年。随着体内雌激素水平

下降,很多人开始出现情绪波动大、睡不好觉、阵发性潮热等症状时,才意识到可能是更年期来了。

好在现在大家的自我保健意识普遍较强,类似的病人在近两年持续增多。胡兰青说,这在一定程度上反映出妇女对自身情况的关注度日渐上升。

## 更年期来临前有先兆,症状严重的应及时治疗

一般来说,40岁以上的女性应更加重视自身的生理变化。胡兰青表示,随着生活水平提高、食物摄入优化等因素,女性更年期有推后的趋势,很多女性到了52岁、53岁才进入更年期。更年期没有绝对的时间,也是女性一生必经的正常生理阶段。

在这个生理阶段中,女性会发生一系列生理及心理改变,如月经周期紊乱,有的人可能月经变少变稀,有的人可能月经量增大,情绪不稳定,容易变得烦躁、易怒,还容易出现失眠多梦、影响睡眠质量,后期还会出现骨质疏松等其他症状。

胡兰青建议处于围绝经期的女性,不仅要学会自我调节,多做户外运动、放松心情,家人朋友也要关爱处于特殊时期的女性。围绝经期症状严重、影响睡眠质量的,可以适当补充专门的治疗药物,帮助平稳度过围绝经期。

## 激素替代的前提是全面检查,检查后也须在医生指导下用药

围绝经期妇女出现症状的轻重差异很大,有些妇女不需要治疗,有些只需要一般性治疗,就能使症状消失,少数妇女则需要补充适量的性激素,即激素替代治疗,才能控制症状。

随着年龄的增加,女性会因为卵巢功能衰退,性激素分泌减少,导致身体出现许多异常症状,须由外界供给才能维持身体需要的血中激素浓度,这种方法称为激素替代。目前临床上常用的激素替代药物有雌激素、孕激素、雌孕激素复方药物,常用方案有连续序贯法、周期序贯法、单一雌激素治疗、单一孕激素治疗、加用雄激素治疗等方法。具

体怎么用要视个人具体情况量身而定。

胡兰青告诉记者,此前很多病人都对激素怀有恐惧,现在慢慢都接受。过去,提起激素,大家往往心怀恐惧,想到的就是发胖、血栓形成,易致乳腺癌。其实,雌、孕激素并非大家所知的糖皮质激素,应用后不会导致身体发胖,加之我们亚洲人特有的体质,血栓、乳腺癌的发病率处于全球最低,补充性激素所致的上述风险还远没有缺少运动、肥胖带来的发病率高。

首先我们要明确一点,就是激素摄入只在超过一定量的情况下,

才有副作用。目前在激素替代中,采用的是个体化的最低有效剂量。在保证对症状有缓解效果的同时,又不会对人体造成负担。胡兰青说,使用激素替代治疗需注意以下几点:一是用药前应完善相关检查,如宫颈癌筛查、乳腺彩超、子宫附件彩超、肝胆胰脾双肾彩超、血糖、肝肾功能、凝血功能等;二是需排除相关禁忌症,如已知妊娠或怀疑妊娠、原因不明的阴道出血、已知或怀疑有性激素相关恶性肿瘤、严重肝肾功能障碍等;三是应根据不同需求和个体化差异决定用药方案,且必须在医生的指导下进行正确有效的治疗。