

博爱孕育讲堂

主办:周口晚报 周口博爱妇科医院 周口市医疗救助基金会

本期专家:周口博爱妇科医院业务院长白翠莲

白翠莲:原周口市中医院妇产科主任,现任周口博爱妇科医院业务院长,周口地区著名的妇产科专家之一。77年毕业于河南医学院,从事妇产科专业近40年,擅长诊治各种妇科炎症及疑难杂症、妇科手术(子宫肌瘤、卵巢囊肿、子宫脱垂、宫外孕、阴道前后壁修补术、阴式子宫切除术、处女膜修复术)、产科手术(引产、顺产、难产、剖宫产)等各种妇科手术,深得患者的好评。

备孕时的问题

1.前几天我到医院检查,结果是甲低,医生给我开了优甲乐和夏枯草,请问在服用这两种药物期间能怀孕吗?

答:服用这两种药物期间可以怀孕,不会对胎儿造成影响。需要提醒的是,甲低严重的话,会影响胎儿健康,因此在准备怀孕前,必须找内分泌科专家评估一下是否适合怀孕。

2.我现在怀孕3个多月,走路时肚子特别是肚脐附近像抽筋一样疼,停下来揉揉会好一些,再走还会疼,请问是怎么回事?

答:走路时腹肌用力会有疼痛,但如果肚脐附近像抽筋一样疼,次数过多易诱发早产,建议多休息,如果没有好转,请到医院就诊。

3.我老婆是B型血RH阴性,我是B型血RH阳性,我们的抗体效价是阴性,我们这是第一胎,需要注意些什么?

答:建议分娩时到大医院就诊,分娩前要备B型的RH阴性血,预防产后出血。胎儿出生后,可以抽脐血查胎儿血型,如果胎儿血型和母亲血型不一致,要预防新生儿黄疸。

4.请问月经周期延后,会不会导致预产期不准?我的预产期已经过了将近一周了,为什么还没有感觉?

答:月经周期延后会导致预产期不准。预产期过了一周还没生产,建议到医院检查,进一步核实孕周,防止胎盘老化。

5.我今年32岁,想做人工授精,检查显示我的卵子发育正常,但就是破不了,能否通过手术把卵子弄破呢?

答:可以采取阴道B超下穿刺破卵,然后进行人工授精,以成功受孕。

孕期的问题

1.坐月子时可以洗头、洗澡、刷牙、看电视、吹空调、上网看书吗?

答:坐月子时可以洗头、洗澡、刷牙、看电视和上网看书,但洗头、洗澡时要注意保暖,避免着凉,看电视、上网看书则要注意时间不能过长,应避免劳累。

2.请问产后恢复需要做哪些项目?

答:产后恢复需要做盆底肌肉的恢复和腹部肌肉的恢复,防止产后尿失禁及盆腔器官脱垂,详细情况建议到医院进一步咨询。专家会根据每个人的不同情况提出对应的恢复锻炼方案。

3.去年7月份我怀孕80天时,由于胎停育,做了人流。我老公有时候会喝酒,不知道胎停育是否跟这有关,如果现在怀孕,还会出现同样的情况吗?

答:在医学临床上,一次胚胎发育停止是很常见的,不需要做特殊检查。另外,丈夫少量喝酒,对胚胎发育影响不大。建议下次怀孕前,你们夫妻俩到医院做个孕前检查,孕期做好围保。

4.孕期需要补充亚麻酸吗?

答:孕期注意营养均衡合理,不需要额外补充亚麻酸。

5.我停经快两个月了,去医院检查,医生告诉我宫外孕,我想知道宫外孕危险吗?

答:输卵管妊娠后,由于输卵管管壁薄,内壁的粘膜及粘膜



周口博爱妇科医院 |

健康热线: 0394-8366555 QQ: 133120114

院址: 周口市黄河路中段路南 网址: www.8366555.com

乘车路线: 乘3、4路车到黄河路口下车往东100米; 1、7、10、13路车到博爱妇科医院门口下车即到。

同样30℃ 春夏不相同

今年五月份,我国许多地方的气温已经达到或突破30℃。依据气候规律,我国大多数地区都还处在暮春时段,日最高气温可能达到30℃,但日平均气温常常只有20℃左右,并没有达到气候意义上的夏季标准。换一种说法,30℃的暮春终究还是春天,必须用春天的养生法则,处理好气候环境与身体健康的关系。

春季是一年中平均气温日差很大的季节之一(尤其是暮春)。暮春的晴日,早晨寒意明显,中午艳阳高照,气温常常达到或接近30℃(一般出现在下午两点前后),随后,气温开始下降,渐渐步入“晚凉”之境。

与夏天相比,暮春的30℃时段持续时间较短,只要衣服穿得不太多,又没进行剧烈运动,一般是不会感觉太热的。也就是说,即使在暮春的高温时段,人体感觉还是比夏天舒服。因为影响人体舒适的气象因子不仅有温度,也有湿度和风。

与夏天相比,在暮春的所谓高温时段内,室内的气温远远低于室外,这也是“感觉不太热”的主要原因之一。我国气候专家通过对春秋季节居室内外温度的观测分析,结果得出如下结论:由于房屋的热惰性和温度变化趋势的不同,春季室内气温低于室外,室内外温差为负值;秋季室内外温差则为正值。相反,在夏季,气温长时间居高不下,常常“外面如火炉,家里如蒸笼”,即便是秋天,也有“秋老虎”之说。但在暮春时节,“春热”之说还是比较罕见的。

暮春时节,尤其在早晚时段,应尽可能地多穿些衣服,特别是中老年人,应以“不感觉热”为标准,只有这样才能适应忽冷忽热的气象变化,否则极易患上感冒等呼吸道疾病,也容易诱发或加重一些慢性病。(中健)

植物奶牛豆浆机让美食更安全

粗粮中丰富的膳食纤维可以促进消化,增加饱腹感,很受减肥人士的欢迎。专家指出,如果食用的“粗粮太粗”,也会影响人体机能对蛋白质、无机盐以及某些微量元素吸收,以至造成骨骼、心脏、胃肠等脏器功能的损害,降低人体的免疫能力。所以,“粗粮”要“细吃”。

如何才能把各种粗粮快速地制成美味可口、营养丰富的食品呢?目前,市场上的新一代豆浆机已不仅仅只是停留在制作豆浆的单一功能上,在榨果汁、做浓汤、熬米糊等方面都有出色的表现。

植物奶牛系列豆浆机具有“超微原磨”创新技术,利用小空间聚流原理,让每一颗五谷杂粮都能被充分研磨,真正实现超微粉碎效果。

在加热方面,植物奶牛系列豆浆机独特的“环绕立体加热”技术,使打制的浓汤或米糊均匀受热,热效率高、防止糊底。同时,值得一提的是它还特有“轻松洗”和“特浓”的按钮,操作更加简便、人性化。

粗粮有益身体健康,但是更重要的是“粗粮细吃”和“粗细搭配”。营养

名院推荐: 本栏目向市民推荐医疗技术水平高、医院信誉好的医院,欢迎广大群众推荐,愿越来越多符合条件的医院参与这个栏目,让本栏目成为患者寻医购药的好所在,感谢你对本栏目的支持。推荐电话:0394-8166126

专业医学减肥

针灸减肥 埋线减肥

电话:6199197 13592208703

地址:周口市八一大道中段 烧伤医院二楼针灸科

周口市新农合医保定点医院

周口手外科医院

周口市唯一一家以手足外伤、断指(肢)再植、显微外科、创伤骨科为主要业务范围的专科医院。

地址:周口市大庆路北段 电话:8288120

头疼头晕哪里看

周口耳鼻喉医院

主治医师:王银邦

主治:鼻炎、上颌窦炎、中耳炎、咽喉炎(本院已成功治愈患者10万余人)

地址:周口市火车站北300米路西 电话:0394-8380632

蒲公英之妙用

——访同和堂中医馆中医专家任世新

记者 史书杰

中药即中医用药,为中国传统中医特有药物。它的功能是我国劳动人民几千年来与疾病斗争的过程中,通过实践逐渐积累起来的,很多中草药的疗效不但经受了长期医疗实践的检验,而且也被现代科学研究所证实。现以蒲公英为例,记者采访到同和堂中医专家任世新,听听专家怎么说。

蒲公英又称婆婆丁,为多年生草本,含有白色乳汁,春夏开花前或刚开花时连根挖取,除净泥土,鲜用或晒干用,寻常易得,而功能颇为神奇,既可入药又能食用。性味甘苦寒无毒,入肝胃二经,功能清热解毒,利尿散结,能清胃定痛、化热毒、疗疔疮,消恶肿结核,主治急性乳腺炎、淋巴腺炎、痢疾、急性结膜炎、急性支气管炎、急性扁桃体炎、感冒发热、胃炎、胆囊炎、尿路感染、赤白带下等。

一、清热解毒,通乳消肿

蒲公英为治疮痈之佳品,尤善治乳痈,乳痈为妇女在哺乳期易于罹患,多因情志不畅,肝气郁结,气郁化火,胃热熏蒸,乳汁排泄不畅,或外因挤压,损伤乳管,乳汁不通,郁积化热成毒而成。由于乳头属肝,乳房属胃,蒲公英入肝胃二经,故为治疗乳痈之佳品。临床表现为:乳房红肿疼痛,触及更甚,恶寒发热,心烦易怒,大便干结,小便黄赤等。常用药物如:蒲公英、瓜蒌、牛子、连翘、皂刺、黄芩、鱼腥草、白芷、地丁、板蓝根等。

二、清胃定痛、消淤疗溃

前辈医家对蒲公英能治胃脘作痛早有认识。如清代医家王洪旭指出,本品炙脆存性,火酒送服,疗胃痛其效甚佳。根据现代医学检查,如胃病、胃黏膜充血、水肿、红斑溃疡等局部病灶,用辨证与辨病结合方法,利用蒲公英清胃定痛,消淤疗溃。对胃脘郁热作痛、肝气犯胃作痛及各种胃炎、胃溃疡等尤为甚佳。临床表现为:胃脘不适、胀满痞塞、以食后及夜晚更甚,胀痛或隐痛。过食辛辣、过服寒凉或甜食加重,恶心、口苦、口臭,舌苔白厚或黄厚。如常用药蒲公英、生赤芍、连翘、党参、云苓、丹参、青皮、木香、乌贼骨、砂仁等。鲜蒲公英可作为食疗之佳肴。用鲜蒲公英洗净烧菜食用,能清胃生津,

以防饮酒、过食辛辣引起的心火、肝火、胃火上炎,心烦、口舌生疮、目赤红肿疼痛等。

三、清热止带

白带属人体内的一种阴液,妇女阴道内常有少量无色、质粘、无臭的分泌物,起滋润作用,若量多即为带下病。带下病是妇科常见病,有十女九带之说,带下病经久不治,不仅影响月经和受孕,而且影响妇女的身体健康,甚至酿成重疾,所以对带下病要积极防治。临床上,白带量多色黄质稠、气味臭秽、阴痒属热;白带量多色淡质稀、无气味或腥味属寒。如带下五色夹杂,如脓似血,奇臭难闻,应警惕恶变。治疗以清热解毒,健脾除湿为主。常用中药蒲公英、苍术、白术、云苓、党参、黄柏、苦参、萆薢、白芷、乌贼骨、白果等。

四、清肝解郁,消炎利胆

蒲公英除有清肝泻火作用外,还能疏肝解郁,畅达肝气。临床表现为:肝气郁结、肝郁化火、肝火上炎、头晕目赤、便干口苦、黄疸等。现代医学的肝炎、胆囊炎属气滞、湿痰、淤血者而至胆失通降等。以化痰行淤,利胆散结为治疗大法,常用蒲公英、茵陈、石斛、决明子、丹参、郁金、茜草等。

同和堂中医馆

电话:8235339

哪里买药最放心

医药大楼同和堂

免费送药电话 0394-8200000