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,我市著名妇产科专家之一。1977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,深得患者好评。

周口市医疗救助基金会
倡导优生优育,预防不孕不育

1. 外阴经常瘙痒难忍,外皮有点粗糙泛白,会不会是癌前病变?

答:引起外阴瘙痒的原因较多,最常见的是外阴炎症。外阴皮肤粗糙变白,这种情况需警惕,临床上很可能是合并外阴的营养不良。患这种疾病后患者出现外阴皮肤色素脱失、减退,合并外阴皮肤没有弹性、变硬,甚至出现外阴的萎缩。患者如长时间得不到治疗,很可能会患外阴的非典型增生。出现这种情况,要及时到医院就诊。如果外阴癌前病变发展较严重,发展成外阴肿瘤,建议及时到医院治疗。

2. 宝宝满月过后,我现在时常感觉小腹坠涨,不知是不是医学上所说的子宫下垂?子宫下垂后能恢复吗?

答:产后女性或多或少都会有下腹坠胀的感觉,这是盆底组织松弛,包括盆底的韧带组织。妊娠、分娩时因子宫增大而受到损伤,这种情况并不一定是子宫脱垂,随着产后时间的延长,这些症状会恢复。也有一些患者这种症状长期不恢复,如果有尿失禁伴随盆底严重脱垂,建议治疗。

3. 同房后总有一点鲜红色的血,怎么回事?

答:同房后出血最害怕是宫颈癌。最常引起的出血部位是宫颈,宫颈炎、特别严重的宫颈糜烂、宫颈息肉或宫颈癌都会产生同房后出血。这种情况患者很难分辨,建议到医院做妇科检查,找到出血原因。另外建议患者做宫颈检查,排除癌前病变和宫颈癌的可能性。

4. 我以前患有宫颈糜烂,做过LEEP手术,能顺产吗?

答:LEEP刀对宫颈的影响并不大,对顺产没有太大影响。建议半年以后再怀孕,等各方面的机能恢复正常后再考虑生孩子,这样相对比较安全。

5.我今年31岁,未生育,今年准备要宝宝。做孕前检查时查出患多发性子宫肌瘤(壁间、粘膜下)。医生建议做开腹手术剔除子宫肌瘤,但了解到行子宫肌瘤术后至少要两年后才能怀孕,考虑到年龄问题,请问专家还有没有其他好的治疗方法?

答:现在很多女性患子宫肌瘤的可能性越来越高。一般临床有几种情况需做手术:肌瘤超过6厘米,子宫增大超过10周,合并症状,如月经量增多甚至频发,甚至很多病人合并一些压迫,增长到一定程度会引起一些症状时,也需要做手术。肌瘤导致宫腔变形之后,很多病人会合并月经量增多,甚至有的病人会合并出血,这样的肌瘤建议手术。

微创技术宫腔镜下就可以完成,微创手术恢复比较快。只要术后月经正常,术后半年可以怀孕。若不手术,一旦怀孕以后,随着子宫增大,子宫肌瘤也会增长。导致胎儿在宫腔的环境越来越小,就会影响到胎儿的发育,甚至会导致胎儿畸形。

6.我今年52岁,已经不来月经了,但这段时期腹部不舒服,有时有点痛,是怎么回事?

答:腹痛的原因非常多。一旦绝经后出现腹痛、出血的情况,都要警惕是不是卵巢肿瘤。这类患者的检查要相对积极一点。

7. 我的右侧卵巢有个小囊肿,这会影响怀孕吗?本人没有任何腹痛等反应。

答:现代妇女保健意识越来越强了,经常会因为常规体检到医院进行妇科检查或B超。临床中推荐这些患者一般是月经干净以后再做检查。女性大部分都是在月经中期排卵,如果能够怀孕,就形成受精卵进行发育。如果不能怀孕,就会来月经。在女性卵巢中可能会形成黄体囊肿或者生理性囊肿。这种囊肿在月经干净以后会逐渐消失。这位女性出现的囊肿,我们目前考虑不太可能是生理性囊肿,建议复查。即使是病理性囊肿,在临床中也没有什么指征,建议三到四个月做一次妇科体检就可以了。

8. 孕晚期足肿大怎么办?

答:妊娠后母体全身各个系统会发生很大变化,如全身血流量特别是子宫所在的盆腔血液回流量增加,另外增大的妊娠子宫又压迫盆腔及下腔静脉血管,影响下肢血液回流致使下肢静脉压升高,所以有些孕妇出现下肢水肿,一般休息后可以消退,不必处理。必要时可采取低盐饮食,睡眠时侧卧位,下肢可稍垫高,不要长期站立或坐位。如果水肿明显,并有向上扩展的趋势时,需要提高警惕,及时到医院产科检查,注意有无"妊娠高血压综合症"。

百度 周口博爱妇科医院 搜索
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。

孕期营养关系母子一生健康

妊娠期女性,既要维持自身营养,又要满足胎儿生长发育,还要为分娩和哺乳做营养贮备。尤其是对于胎儿,从受精卵发育成3千克左右的婴儿,其成长所需的所有营养都要由妈妈供给,妈妈的营养好坏直接影响胎儿的营养状况。

母亲营养摄入不足、过剩或不均衡,都会影响胎儿的生长发育,如引起低体重儿、肥大儿、早产、先天畸形等。有些营养不良还会影响胎儿脑的发育,轻者出现脑功能障碍,重者使脑组织结构改变,出生后智力低下。蛋白质对胎儿的营养尤为重要,尤其是在妊娠12~18周和妊娠最后3个月至婴儿出生后半年内,蛋白质的摄入量对婴儿脑组织的发育影响更大。还有碘、铁、锌等营养素在孕期摄入不足时,都会影响胎儿的发育。另外,孕妇缺铁会使胎儿肝脏中缺少铁储备,出生后婴儿易患贫血;孕期低钙摄入可能将影响胎儿骨骼、牙齿的发育,对胎儿的心脏、血液的调节作用和神经系统的发育都会有一定的影响。

"都哈理论"认为,胎儿期营养不良或不均衡,还会引起成年后的代谢疾病,如糖尿病、高血压、高血脂等。所以,预防慢性病要从胎儿期开始。

当然,孕期营养并非补得越多越好。过多的营养摄入不但会给孕妇造成负担,还可能引起妊娠并发症,如肥胖、超重、妊娠期糖尿病等,并增加分娩的难度;还会因为脂肪摄入量过剩,产生巨大儿,宝宝出生后容易患上肥胖。

因此,孕妇的饮食不在量多,而在于均衡。根据胎儿的自身发育需要,增加各种营养物质,特别应注意除能量以外的营养素的摄取充足,它们对母亲的健康及宝宝的身体智力发育至关重要。但许多孕妇有不同的妊娠反应或饮食习惯的改变,不能得到必要的营养素,包括叶酸、钙、铁、B族维生素、锌、亚麻酸和亚油酸(必需脂肪酸)等。这种情况下,额外地补充一些孕期营养补充剂是必要的,孕期营养补充剂的种类很多,现在有一些天然、有机的更为安全、有效。 (邵玉芬)

喝黑豆浆好处多

我们平时吃得最多的豆浆是黄豆磨成的。近来许多报道称喝黑豆浆的好处很多,喝黑豆浆有什么好处呢?

在看喝黑豆浆的好处前,我们先熟悉一下黑豆浆的原料,也就是黑豆。黑豆和黄豆是近亲,都属于大豆家族,只是品种上有差异,营养成分大同小异。因而黑豆浆和黄豆浆都含有丰富的蛋白质、钾、镁、钙、B族维生素等营养物质,以及可溶性膳食纤维和异黄酮类保健物质。区别在于,黄豆浆中含有少量胡萝卜素,而黑豆浆中含有叶绿素和黑色素,这些物质都是有利于健康的。那么喝黑豆浆有什么好处呢?黑豆比黄豆的蛋白质、钾、维生素含量略高,所以喝黑豆浆的好处在于清火、利水、抗氧化等方面的作用更强。

喝黑豆浆的好处多这种说法,是因为黑豆浆比黄豆浆的营养更全面一些,研究显示:黑豆具有高蛋白、低热量的特性,蛋白质含量达36%~40%,相当于肉类含量的2倍,鸡蛋的3倍,牛奶的12倍;富含18种氨基酸,特别是人体必须的8种酸含量,比美国FDA规定的高蛋白质标准还高。黑豆还含有19种油脂,不饱和脂肪酸含量达80%,吸收率高达95%以上,除能满足人体对脂肪的需求外,还有降低血液中胆固醇的作用。因为黑豆基本不含胆固醇,只含植物固醇,而植物固醇不被人体吸收利用,却有抑制人体吸收胆固醇、降低胆固醇在血液中含量的作用。

因此,常喝黑豆浆的好处有:能软化血管,滋润皮肤,延缓衰老,特别是对高血压、心脏病以及肝脏等方面的疾病有好处。据说中国古代四大美人之一的杨贵妃,平时就是以黑豆来保持青春美丽的。 (百洋)

咨询乳腺癌三大问题捍卫生机

在现代社会里,不良生活习惯、工作压力过大等因素正逐渐推动乳腺癌"侵袭"30岁以下的年轻女性。即使是20出头的年轻女性,也要树立科学的防治意识,警惕乳腺癌来袭。如果要将乳腺癌阻挡在肿块还未形成的疾病最早期,最好的做法是每年到正规医院做一次乳腺专项检查,以排除癌患,光靠自检是不够的。

目前治疗乳腺癌的方法和手段多样,如何选用视具体病情而定。对于乳腺癌患者而言,及时向医生咨询三个问题,获得明确答复,最为重要。一是乳腺癌患者的病理报告和体内的HER2表达情况如何。近几年,HER2阳性与否,已成为影响乳腺癌患者生存的重要指标。专家提醒:明确HER2状态对制定后续的治疗方案有重要的指导意义。而当患者了解自身乳腺癌的HER2情况后,还需向医生了解另外两大问题:自身疾病的最佳治疗方案与治疗周期。这三个问题将帮助患者完成规范的针对性治疗。

对于部分HER2检查结果呈阳性的乳腺癌患者来说,由于治疗难度较大,所以要及时接受特异性靶向治疗等综合治疗方案,以实现对疾病的控制。

目前,分子靶向治疗药物注射用曲妥珠单抗,针对该类患者有较好的治疗效果。有研究显示,早期HER2阳性乳腺癌患者采用为期一年的含该药物的针对性治疗方案,可降低52%的复发风险;而晚期患者采用针对性治疗也可延长生存时间,降低死亡风险;骨髓抑制、恶心、呕吐等不良反应发生率较小,这也鼓舞了乳腺癌患者坚持治疗的信心和勇气。

(虞睿)

■本报地址:河南省周口市周口大道 ■邮政编码:466000 ■广告许可证号:豫周工商广字第0002号 ■本市每份零售价:0.60元 ■周口日报社印务中心印刷