

无创产前筛查 孕妈早知道

▲ 广州市花都区妇幼保健院（胡忠医院） 刘建珍

在怀孕期间，保障胎儿的健康和发育变得尤为重要。随着医学技术的不断进步，无创产前筛查（NIPT）成为了越来越多准妈妈的选择。本文将带您了解无创产前筛查的优势和限制。

什么是无创产前筛查

无创产前筛查是一种非侵入性的遗传筛查技术，通过采集孕妇外周血，利用新一代高通量测序技术对孕妇外周血中胎儿游离DNA进行检测，结合生物信息分析，最终准确评估胎儿患21-三体综合征（Down综合征）、18-三体综合征（Edwards综合征）、13-三体综合征（Patau综合征）的风险率。这项筛查方法不需要通过羊水穿刺或绒毛取样等侵入性操作，而是通过采集孕妇的血液样本，检测其中携带的胎儿游离DNA（cell-free fetal DNA，cfDNA）。这种DNA是胎儿在母体血液中释放的，带有胎儿遗传信息，包含了来自胎儿的染色体和基因信息。

在怀孕期间，一部分胎儿的cfDNA会进入母体的血液循环中，因此通过采集孕妇的血液样本，可以间接地获得胎儿的遗传信

息。然后，利用现代生物技术和分子生物学手段，对这些cfDNA进行分析和检测，以评估胎儿是否存在染色体非整倍体异常和一些常见的微缺失微重复综合征，如21-三体综合征、18-三体综合征、13-三体综合征、22q11.2微缺失综合征等。

无创产前筛查在怀孕早期进行，通常在怀孕12周后即可进行检测。与传统产前筛查方法相比，如唐氏血清学的筛查，无创产前筛查具有更高的准确性和更低的风险。它对准妈妈来说是一种安全、可靠的选择，不会对胎儿造成伤害。

需要注意的是，虽然无创产前筛查在筛查染色体非整倍体异常和一些常见微缺失微重复综合征方面具有较高的准确性，但它不是确诊方法。如果无创产前筛查结果异常，通常需要进行进一步的确认性检测，如羊水穿刺或绒毛取样等，以确诊是否存在胎儿的染色体异常问题。

无创产前筛查的优势

非侵入性 无创产前筛查是一种非侵入性的检测方法，不需要穿刺子宫或采集其他侵入性样本。它仅通过采集孕妇的血液样本，

就能间接获取胎儿的遗传信息。相较于传统的有创产前诊断方法，如绒毛取样、羊水穿刺或脐血穿刺等，无创产前筛查更加安全，不会对胎儿和母体造成风险。

准确性高 无创产前筛查在检测染色体异常和一些常见染色体微缺失微重复方面具有较高的准确性。对于常见的三种染色体异常，如21-三体综合征、18-三体综合征及13-三体综合征，准确率通常高达99%以上。同时，对于一些常见的染色体微缺失微重复疾病，也有较好的准确性。

提前了解胎儿健康 无创产前筛查可以在怀孕较早阶段进行，通常在怀孕12周后即可进行检测。这使得准妈妈能够更早地了解胎儿是否携带染色体非整倍体异常和染色体微缺失微重复疾病。

可选择性 无创产前筛查是一项可选择的检测方法，准妈妈可以根据自己的意愿决定是否进行筛查。一般情况下，医生会向准妈妈提供相关信息，让她们了解该项筛查的优势和限制，然后自主决定是否接受检测。

多项检测内容 除了检测染色体非整倍体异常，无创产前筛查还可以检测一些常见

的染色体微缺失微重复疾病。

无创产前筛查的限制

不是确诊方法 虽然无创产前筛查准确性较高，但它并不是确诊方法。如果筛查结果异常，通常需要进一步产前诊断确诊，如通过绒毛取样、羊水穿刺或脐血穿刺等手段，行胎儿染色体核型分析或染色体微阵列确诊。

无法检测所有遗传疾病 无创产前筛查主要用于检测染色体非整倍体异常和染色体微缺失微重复疾病，但并不能检测所有的染色体异常疾病。

结论

无创产前筛查是一种安全、准确性较高的遗传筛查技术，对于保障胎儿健康起着重要作用。通过采集孕妇的血液样本，它可以早期筛查胎儿是否携带染色体非整倍体异常和染色体微缺失微重复疾病，帮助准妈妈及早了解胎儿的健康状况。虽然无创产前筛查不是确诊方法，但它提供了一个重要的机会，让准妈妈更早地了解胎儿的健康状况，做出更加明智的医疗决策。

促进产后宫缩的方法

▲ 山东德州市平原县第一人民医院 宋学敏

产后的孕妇要尽快地恢复身体，首先要做的就是子宫的恢复。许多母亲并不了解造成产后子宫收缩不良的原因，不知如何是好。接下来，我们就来谈谈子宫收缩的问题。

认识子宫收缩

子宫是一个主要由肌肉组成的器官，子宫收缩是肌肉收缩。随着怀孕周数的增加，子宫变大，胎儿体重增加，羊水增加，子宫肌肉的张力逐渐增加，导致收缩。在临床实践中，孕妈最担心的是宫缩引起的疼痛是否是分娩的前兆，如果疼痛是散发性的、不规则的，并且疼痛感不超过1 min，这种现象被称为“假性阵发性疼痛”，只需要短暂休息并继续观察即可。真正的分娩疼痛是分娩的前兆之一，它会使孕妈更频繁、更有规律地感受到疼痛，例如每10 min，缩短成为每5 min，疼痛的强度会变得更强烈。此外，在分娩过程中，子宫收缩会持续，直到胎儿分娩的那一刻，收缩会最强，这也是分娩的原因。但子宫收缩不会因为生产而立即停止，因为当胎盘被剥离时，子宫内血管破裂出血，只有通过强烈地子宫收缩，血管才能闭合并帮助止血。

子宫收缩不佳的原因

许多产妇生产后子宫收缩不良，这会对产妇的健康产生重大影响。那么，子宫收缩不良的原因是什么？女性阴道是一个酸性环境，作为女性的保护屏障，防止外部细菌进入身体。但在生产之后，屏障被打破，在这个阶段，细菌很容易进入。如果产妇在分娩后没有得到足够的护理，很容易导致子宫内膜炎或子宫和骨盆感染，影响子宫的正常收缩。分娩后，胎盘和胎膜会从女性体内排出。如果胎盘或胎膜残留在盆腔内，可能会导致子宫收缩不良。因此，在生产过程中，重要的是要注意胎盘和胎膜的完整性，如果残留物在盆腔内，会影响女性的健康。

产后子宫收缩不好怎么办

坚持哺乳 母乳喂养对子宫恢复非常有益。乳头和乳晕上有大量感觉神经末梢。婴儿吸吮的刺激可以通过这些感觉神经末梢传递到脑垂体的后叶，从而增加催产素的合成并将其释放到血液中，促进子宫肌肉的收缩。

及时就医 血露的量显著增加，持续时间延长（超过3天），或者露水有难闻的气味。即使露水无穷，原来的颜色变红了，母亲仍然应该及时就医。当如果子宫收缩不好，可以去医院寻求医生关于使用药物或急性下颌物理疗法缓解子宫收缩的建议。然而，如果恶性露水没有从女性体内完全消除，它会影响身体甚至生殖功能。如果情况没有改善，就需要手术切除病变。检查后，如果子宫内仍有残留物，必须将其清除。在单纯性子宫营养不良的情况下，给予口服子宫收缩（注射），并邀请母亲按摩子宫，鼓励她们继续母乳喂养，以促进子宫收缩，改善子宫恢复。

产后按摩 婴儿出生后，新生儿母亲通常可以顺时针轻轻按摩小腹，间接增加子宫肌肉的兴奋，并通过刺激按摩过程中的针灸促进收缩。产后骶尾部按摩还可以促进骨盆肌肉收缩，增加筋膜张力，帮助子宫收缩。

营养食疗 可以通过服用益母草、当归、红花等中药来促进子宫收缩。当归挥发油和阿魏酸能抑制子宫平滑肌收缩，而其水溶性、不挥发性成分则有一定的兴奋作用。当归在促进子宫收缩中所扮演的角色，因其机能的不同而有两面性。

结束语

女性子宫收缩好可以减少出血，降低感染发生的概率，所以在产后或引产后医生都会特别注重子宫收缩的问题，建议在产后不要吃过活血的食物。

治疗宫颈炎，这几种方法效果不错

▲ 山东菏泽市巨野县凤凰街道办事处卫生计划生育服务中心 张学玲

宫颈炎指子宫发生的炎症，是常见妇科疾病，主要是由于病原体感染宫颈所致，如不及时治疗，感染就会扩散到子宫和输卵管，并可蔓延至盆腔和腹腔，导致不孕等情况。经过科学、有效的治疗，通常情况下症状在1~2周内就会有所缓解，积极治疗后可以治愈。

那么宫颈炎的治疗方法有哪些？本文就这个问题开展详细谈论，希望可以帮助到更多的宫颈炎患者，下面就跟着笔者一起来了解一下吧！

宫颈炎的临床症状

急性宫颈炎 典型症状包括阴道中的分泌物增多，且分泌物成黏液脓性，还会引发外阴道的瘙痒和灼热感。部分患者还会出现性交痛、下腹有坠痛感等症状。

如果患者合并尿路感染，还会出现尿频、尿急、尿痛的症状，如果是因为淋病奈瑟菌感染的患者，则患者的尿道口和阴道口黏膜会出现充血、水肿等症状，并伴有多量的脓性分泌物。

慢性宫颈炎 部分患者会出现白带增多的症状，且白带的颜色呈淡黄色，有时还带有血丝，偶尔会有因为分泌物刺激所引起的外阴瘙痒等症状。在月经期或者是排便时，会加重下腹或腰骶部疼痛。

当炎症的蔓延波及到膀胱三角区域或者是膀胱周围的结缔组织时，患者会出现尿路刺激的相关症状，如尿频、排尿困难等。部分患者还会出现月经不调、痛经等症状。

宫颈炎的治疗方法

药物治疗 药物治疗是临床上治疗宫颈炎最为主要常见的治疗方式，由于患者的个体差异较大，因此不存在绝对的最好或者是最有效的药物，需在专业医生的指

导下选择合适的药物进行治疗。

性传播疾病高危因素的患者通常选择口服阿奇霉素或多西环素等。

病原体明确的患者：（1）淋病奈瑟菌感染，常用的药物包括头孢曲松钠、头孢唑肟、头孢克肟等头孢菌素类药物，也可以选择头孢西丁等头霉素类药物，大观霉素等氨基糖苷类药物。

（2）沙眼衣原体感染，常用的药物包括多西环素、米诺环素等四环素类药物，阿奇霉素、红霉素、克拉霉素等大环内酯类药物，氧氟沙星、莫西沙星、左氧氟沙星等氟喹诺酮类药物。

疱疹病毒感染患者可以选用抗病毒类的药物。

手术治疗 慢性宫颈炎的患者如果存在宫颈息肉，可采用息肉摘除术。

物理治疗 对于子宫颈表现为糜烂样改变的患者以及接触性出血且药物治疗无效者可以选择包括激光治疗、微波治疗、冷冻治疗等物理治疗。

治疗期间注意事项：（1）在宫颈炎的治疗期间要禁止性生活，直到完成全部的治疗，症状完全消失。

（2）在确诊为宫颈炎后，需要接受HIV病毒和梅毒的检测。

（3）对于易复发和持续性宫颈炎的患者，在接受治疗后，仍然需要评估是否再次感染淋病奈瑟菌或支原体。

（4）如果在接受治疗后，症状依然存在，要及时到医院复查，重新进行诊断和治疗。

（5）养成良好的卫生习惯，遵医嘱按时、按量的用药，接受足疗程的治疗。

相信通过文章的阅读大家对宫颈炎的相关知识已经有了明确的认识，希望大家在日常生活中可以养成良好的生活习惯，注意卫生清洁，定期体检，做好疾病的预防工作。