

防治妊娠剧吐有妙招

▲ 崇左市扶绥县妇幼保健院 何丽玲

妊娠剧吐是孕妇在怀孕早期出现的一种严重呕吐的现象,部分孕妇可能伴随食欲不振、头晕、乏力等症状,严重时可能出现脱水、电解质紊乱、酮症酸中毒等并发症,极大影响孕妇的生活质量与身体状态。何原因导致妊娠剧吐?又该如何治疗和预防?

妊娠剧吐的原因

目前,临床上对于妊娠剧吐的出现机制尚无明确定论,但通常认为与激素水平紊乱、精神心理、生活环境等因素存在一定关系。

激素水平紊乱 怀孕后,孕妇体内的激素水平将出现急剧变化,当人绒毛膜促性腺激素(HCG)、雌激素、孕激素升高时,可能引发恶心、呕吐等早孕反应。通常情况下,妊娠剧吐出现在孕妇妊娠40多天,可能持续到妊娠14周左右。

精神心理因素 孕妇的精神状态和情绪也会引起妊娠剧吐。如果孕妇对妊娠具有严重的紧张、害怕或者焦虑、抑郁等情绪,可能会增加妊娠剧吐出现的风险。此外,生活环境较差、经济条件不好等不良因素的影响下,可能会对孕妇的心理产生负担,从而增加妊娠剧吐的可能性。

疾病因素 部分存在甲状腺功能异常、上消化道运动异常等问题的孕妇,可能增加妊娠剧吐出现的风险;妊娠早期孕妇大脑皮质兴奋性升高、皮质下中枢抑制性降低,可能引起丘脑下部自主神经功能紊乱,从而增加妊娠剧吐出现的概率。

其他因素 部分孕妇出现妊娠剧吐的原因还可能是身体营养不均衡、感染、不良生活习惯等,且不同的孕妇身体情况不同,出现妊娠剧吐的实际情况也有所差异。

妊娠剧吐的防治

妊娠剧吐的防治需要从多角度入手,包括药物治疗、饮食调整、心理调节、生活调整等。

药物治疗 如果出现妊娠剧吐,孕妇应到正规的医疗机构向专业的医生说明自身实际情况,遵医嘱接受药物治疗,以降低脱水、电解质紊乱等并发症出现的风险。

临床对于妊娠剧吐常用的治疗药物包括维生素B₆、止吐药、补液治疗等,能极大程度上缓解剧吐症状。但需要注意的是,在治疗过程中,需严格遵医嘱,严密监测自身的身体情况,如果出现药物不良反应,需立即

停药并与医生进行沟通交流。

定期产检 孕妇需定期进行产检,及时了解自身的健康情况和胎儿的生长发育情况,如果出现异常,需在医生的指导下作出针对性调整,采用干预措施,以降低不良反应出现的概率。

积极调节饮食 为降低妊娠剧吐出现的风险,孕妇需构建起均衡的饮食结构,并养成良好的饮食习惯。主食可以粗细粮搭配,避免碳水化合物摄入过多;多吃新鲜的蔬菜和水果,如苹果、葡萄、橙子、椰子、绿叶蔬菜等,补充身体所需要的维生素和矿物质,均有助于缓解妊娠呕吐的症状。在日常饮食中,需避免一次性大量进食,建议少食多餐,减轻肠胃负担,还需选择清淡易消化的食物,如稀饭、面条、鸡蛋等。

给予心理支持 在日常生活中,孕妇家人可细心感受孕妇的心理情绪变化,及时引导孕妇排解不良情绪,放松心情,保持乐观心态,还可鼓励孕妇同他人多多沟通交流,获取心理支持和帮助、培养兴趣爱好是愉悦身心的不错选择,孕妇可养成散步、听音乐、瑜伽等习惯,以此提升生活质量的同时,降低不良情况及妊娠剧吐出现的风险。

养成良好的生活和卫生习惯

日常保证充足的睡眠时间与休息时间,并提升睡眠质量,避免过度劳累和熬夜,以此保持身体的健康状态。适当运动可以促进孕妇的胃肠道蠕动,缓解妊娠反应,但是需要运动强度和运动时间,以免出现不良情况。

此外,日常生活中,孕妇在保持口腔清洁的同时,还需定期更换衣物,定期换洗床上用品,并保持室内温度、湿度,定期晾晒被褥可极大降低细菌聚集,避免感染等问题。同时,紧身衣物可能会加重妊娠反应,因此孕妇还需穿着舒适、宽松的衣服,提高身体舒适度。烟、酒、油漆、涂料、杀虫剂等刺激性物质气味也可能加重孕妇的妊娠剧吐反应,在日常生活中需尽可能避免接触刺激性气味。

总之,妊娠剧吐是一种由生理因素与病理因素作用下引起的早孕反应,如果出现相关症状,孕妇需要及时就医,依据自身情况采取针对性应对措施。在日常生活中,孕妇需要定期产检,积极调节饮食,并学会疏解不良情绪,同时养成良好的生活习惯和卫生清洁习惯,以此为自身与胎儿健康保驾护航。

出血性脑血管病的治疗

▲ 莒南县人民医院 陈为涛

出血性脑血管病是指由于脑内或脑外的血管破裂,导致脑实质或蛛网膜下腔出血的一类疾病。出血性脑血管病的常见原因有高血压、动脉瘤、血管畸形、烟雾病等。出血性脑血管病的诊断主要依靠神经影像学检查,包括头颅CT、MRI、DSA等。

出血性脑血管病的介入治疗

介入治疗是指通过血管内途径,利用导管、导丝、球囊、支架、弹簧圈、栓塞剂等,对出血的血管病变进行封堵、栓塞、成形、支撑等操作,从而达到止血、改善血流、保护脑组织的目的。出血性脑血管病的介入治疗主要适用于脑动脉瘤、脑血管畸形等。

脑动脉瘤 脑动脉瘤是指脑动脉壁的局限性扩张或囊状突出。介入治疗通过血管将弹簧圈或其他栓塞剂送入动脉瘤内,使动脉瘤与正常血流隔离,防止动脉瘤破裂或出血。弹簧圈栓塞术是目前治疗脑动脉瘤的首选方法,具有创伤小、安全性高、有效率高、并发症少等优点。支架辅助弹簧圈栓塞术是一种新的技术,可以用于治疗宽颈、复杂或再通的动脉瘤。

脑血管畸形 脑血管畸形是指脑内的动静脉异常沟通或扩张,是导致出血性脑血管病的另一重要原因。介入治疗通过血管将栓塞剂送入异常血管,使其闭塞,消除异常沟通,防止出血。栓塞剂的种类有多种,如液体栓塞剂、颗粒栓塞剂、球囊栓塞剂等,需根据脑血管畸形的类型、位置、大小、血流情况等选择合适的栓塞剂和栓塞方式。

其他疾病 除了动脉瘤和血管畸形外,还有一些其他原因导致的颅内出血的疾病,如颅内肿瘤、颅脑外伤、颅内感染、血液病等,部分患者也可通过介入治疗进行止血。例如,对于血运丰富的颅内肿瘤,可

以通过介入栓塞肿瘤的供血动脉,达到止血和缩小肿瘤的目的,也有助于开颅手术切除肿瘤时减少术中出血;对于头颅外伤导致颈外动脉出血患者,可以通过介入栓塞破裂的动脉,达到止血的目的。

出血性脑血管病的开颅手术治疗

出血性脑血管病的开颅手术治疗是指通过开颅方式,直接暴露出血的部位,清除血肿,夹闭动脉瘤、切除血管畸形,减轻颅内压,保护脑组织。对于出血性烟雾病患者,采取开颅联合血管搭桥手术可以降低再出血的几率。

出血性脑血管病患者和家属要听从医生的建议,积极配合治疗,不要盲目相信各种偏方或误导。

此外,出血性脑血管病的治疗不仅要注重急救和手术,还要注重康复和预防,患者要在医生的指导下进行适当的物理治疗、言语治疗、心理治疗,同时要控制高血压、高血脂、高血糖等危险因素,避免吸烟、饮酒、过度劳累等不良习惯,定期复查和随访,防止疾病复发或其他脑血管病的发生。



麻醉会影响智力吗?

▲ 平阴县中医医院 王芸

在许多人的观念中,麻醉药物是一种让人暂时失去感知,甚至可能影响智力的药物。这种观念深入人心,使得很多人在面临手术或牙科治疗等需要麻醉的情况时,心中充满了疑虑和担忧。麻醉真的会影响智力吗?让我们一起解开这个疑虑。

麻醉的作用机制

麻醉药物主要通过抑制神经细胞的传导,达到暂时抑制疼痛和其他感知的目的。这种抑制作用是可逆的,也就是说,当药物在体内代谢后,神经细胞的传导会恢复正常。

麻醉与智力的关系

关于麻醉对智力的影响,多项研究给出了不同的结果。一些早期的研究显示,多次或长时间使用麻醉药物可能会对儿童的智力发育产生一定的影响。然而,这些研究结果并不适用于所有情况,因为麻醉药物的种类、使用剂量、使用频率以及个体差异等因素都会影响研究结果。

近年来,更多的研究开始关注麻醉药物对智力的长期影响。一项针对儿童的研究显示,单次、短时间的使用麻醉药物对儿童的智力发育并没有明显影响。另一项针对成人的研究也表明,在正常剂量的麻醉下,大多数人的智力并不会受到影响。

关注特殊人群

当然,对于某些特殊人群,如孕妇、老年人,以及患有某些慢性疾病的人来说,麻醉的使用需要更加谨慎,因为这些人群的生理状况可能使其更容易受到麻醉药物的影响。

如何应对担忧和疑虑

尽管科学研究已提供了关于麻醉对智



力影响的答案,但公众的担忧仍然存在。这主要是因为人们对未知的恐惧和对医疗过程的陌生感。因此,对于医生和研究人员来说,提供更多透明和易于理解的信息是至关重要的。

面对关于麻醉安全性的担忧,可采取以下措施减轻担忧和疑虑。

与医生进行充分沟通 了解手术或治疗过程,以及麻醉的使用目的和必要性。

了解麻醉的风险 了解麻醉可能的不良反应以及如何应对这些不良反应。

选择合适的麻醉方式 根据个人情况和医生的建议选择合适的麻醉方式。

术后注意恢复 术后注意营养、休息和锻炼,以促进身体的恢复。

寻求专业帮助 如果对麻醉有严重的疑虑或焦虑,可以寻求专业心理咨询师的帮助。

总体而言,科学研究的结果表明,在正常剂量和使用条件下,大多数麻醉药物对智力并没有明显影响。然而,对于特殊人群和复杂病例,需要更加谨慎地使用麻醉并密切关注可能存在的风险。最重要的是,与医生进行充分的沟通和了解是应对疑虑和担忧的关键。