



唐筛、无创 DNA、羊水穿刺的区别？

▲ 信阳市人民医院 陈静

产前检查是每一个孕妈都要经历的一个检查，通过产前检查可以有效减少出生缺陷，降低产儿并发症的发生率和死亡率。但很多孕妈对于唐筛、无创 DNA、羊水穿刺等检查方式不够了解，不知道它们有什么区别，又分别有哪些优缺点。接下来就让我们分别来了解一下。

了解三项检查区别之前，首先我们要知道胎儿会存在哪些染色体异常。

1、13- 三体综合征，又称 Patau 综合征，患儿存在严重智能低下、特殊面容、手足及生殖器畸形，并可伴有严重的致死性畸形等情况，多数患儿存活时间较短。

2、18- 三体综合征，也叫 Edwards 综合征，患儿常有脑积水，脑脊膜膨出，小脑发育不良等病症而且存活时间短，即使存活也会出现严重智力障碍。

3、21- 三体综合征，即唐氏综合征，又称先天愚型，是小儿染色体疾病中最常见的一种。是由于多了一条 21 号染色体导致患病。60% 的患儿在胎内早期即流产，存活的患儿有明显的智能落后、特殊面容、生长发育障碍和多发畸形。

现在，我们来详细了解每种检查及各自优缺点。

唐筛

唐筛，是唐氏综合征产前筛选检查的简称，通过化验孕妇的外周血，测定母体血清中甲型胎儿蛋白、绒毛促性腺激素和游离雌三醇的浓度，并结合孕妇的年龄、体重、孕周等方面来计算胎儿发生唐氏综合征、18- 三体综合征、神经管缺陷的风险值。

适用范围：①孕 11 ～ 13 周（+6 天）、孕 15 ～ 20 周（+6 天）的孕妇；②孕妇年龄小于 35 岁。

优点：①操作性好，只需抽取 2-3 毫升孕妇外周血；②价格较低；③报告生成快。

缺点：①筛检的准确率在 60%~80%，对比其他两种不高，可能出现漏诊；②结果容易受到个体因素的影响，某些药物成分会使绒毛促性腺激素超出正常范围而有可能影响筛查结果；③存在临界风险问题，即虽然数值不在风险范围仍将接近风险值的区域化为临界风险区。

无创 DNA

无创 DNA，又称无创胎儿染色体非整倍体检测。由于母体外周血浆中的游离 DNA 片段包含了胎儿的游离 DNA，通过采取孕妇外周血，利用新一代 DNA 测序技术对其进行测序，将测序结果进行生物信息分析，就可以从中得到胎儿的遗传信息，从而检测胎儿是否患三大染色体疾病。

适用范围：①错过唐筛的孕妇；②唐筛临界风险的孕妇；③孕妇年龄小于 35 岁；④存在先兆流产未愈、先兆早产、发热等情况的孕妇；⑤适宜孕周为孕 12 ～ 22 周（+6 天）的孕妇；⑥对羊水穿刺的孕妇。

优点：针对临床推荐筛查的 21- 三体、18- 三体、13- 三体综合征的检出率高于唐氏筛查，可达到 95% 以上，假阳性率低于 1%。

缺点：①价格较贵；②只针对 21- 三体综合征、18- 三体综合征和 13- 三体综合征三种染色体疾病，不能完全覆盖 23 对染色体。

羊水穿刺

羊水穿刺，又称羊膜腔穿刺术，是在超声

波定位引导下，用针穿刺羊膜腔，抽取适量羊水标本，经离心处理获取胎儿细胞，完成细胞培养后进行胎儿染色体或 DNA 检查，最终得出胎儿有染色体异常的风险值。除了羊水穿刺，还有绒毛穿刺术、脐带血穿刺术等产前诊断方法。

适用范围：①预产期年龄达到或超过 35 岁；②适宜孕周为孕 18 ～ 24 周（+6 天）的孕妇；③筛查发现染色体病或某些基因病的孕妇；④孕期影像学检查提示胎儿发育异常或可疑结构畸形；⑤夫妇一方患有先天性疾病或遗传性疾病，或有遗传病家族史；⑥曾经分娩过先天性严重缺陷患儿。

优点：①检查内容全面，能检测所有染色体数目异常和大片段的染色体结构异常；②准确率大于 98%，是目前胎儿染色体疾病产前诊断的“金标准”。

缺点：①存在一定风险，如流产、感染、羊水渗漏等；②细胞培养过程不能完全可控，不能确保 100% 成功。

每一种产前检查都有其优缺点，不能由一种检查就做出最终判断。因此，每一位孕妇都应该听从专业医生指导，选择合适的产前筛查或者诊断手段。

老人脑梗后遗症，日常该如何护理？

▲ 鹿邑县人民医院 胡盼盼

脑梗死又称为缺血性脑卒中，是脑血管病中最常见的一种类型，约占全部急性脑血管病的 70%，脑梗发作是非常危险的，轻者治疗后可以恢复较好，严重者可能会危及生命。脑梗后遗症是指在脑梗发病一年后仍存在半身不遂、语言障碍或口眼歪斜等症状，多见于老年人，该时期也叫做脑梗后遗症期，与恢复期相比，其恢复速度及程度较慢，因此需要长期护理。下面就跟我一起看看脑梗后遗症患者日常该如何护理？

饮食护理

对于脑梗后遗症患者来讲，在饮食中一定要注意，不能吃一些高油腻以及辛辣、刺激类的食物，也不要吃一些难以消化食物。本身这类人群的活动量会比较低，胃肠道的蠕动速度也会特别慢，如果吃这些食物的话，消化和代谢功能会受到严重影响，患有一些胃肠道疾病以及出现便秘的概率特别高。而且体内的一些脂肪、糖分无法正常代谢，就会导致血管受到一定程度的损害。患者应该多吃一些容易消化的食物，比如一些米汤、面片、菜汤、肉汤，或者是鸡蛋羹、牛奶等。不能吞咽者可给予鼻饲，鼻饲食物可为牛奶、米汤、菜汤、肉汤和果汁等。

保持卫生

患者的个人卫生问题非常重要。脑梗后遗症患者由于身体原因，不能自主活动，于是就需要家人或者护工的帮助进行身体清洁。如果患者长期卧床没有保持清洁卫生，很有可能造成褥疮并引发感染，对于脑梗后遗症的患者来说是非常可怕的，同时有可能会造成严重的感染症状。因此要定时帮助患者擦拭身体，更换衣裤，晒被褥，保持口腔卫生。偏瘫患者自己不能刷牙时，

可用消毒纱布蘸温开水擦洗口腔，或用棉签、棉球蘸温盐水替患者擦净口腔各部，每日早、晚各 1 次。

预防褥疮

昏迷病人预防褥疮最根本的办法是定时翻身，一般每 2 ～ 3 小时翻身一次。一人翻身法（以置病人于左侧卧位为例）：①家属立于病人右侧，先使病人平卧，然后将病人双下肢屈起；②家属将左手臂放于病人腰下，右手臂置于病人大腿根下部，然后将病人抬起并移向右侧（家属侧），再将左手放在病人肩下部，右手放于腰下，抬起、移向右侧；③将病人头、颈、躯干同时转向左侧即左侧卧位；最后在病人背部、头部各放一枕头，以支持其翻身体位，并使病人舒适。

保持呼吸道通畅

丧失意识的患者往往会出现鼻部、咽部等部位的分泌物，由于患者已经不能进行自主的活动，所以这些分泌物可能会堵塞呼吸道，这个时候需要对呼吸道进行特别的护理。病人无论取何种卧位都要使其面部转向一侧，以利于呼吸道分泌物的引流；当病人有痰或口中有分泌物和呕吐物时，要及时吸出或抠出；每次翻身变换病人体位时，应轻扣病人背部，以防吸入性或坠积性肺炎的发生。

心理护理

由于脑梗患者的手脚突然不动，身体感知和功能障碍，他们的心态往往会发生很大的变化，有些人甚至会长期保持焦虑和紧张的感觉，不利于身体恢复，容易影响身体的内分泌功能。此时需要家属稳定患者心态，帮助患者重拾希望，保持积极的心态对待疾病。

秋冬季节，如何保养心脑血管？

▲ 固始县人民医院 丁俊杰

秋冬季是心脑血管疾病的高发期，根据临床数据表明，每年的十一月到元旦节前后，脑梗、心梗、脑出血等心脑血管病症的发病率是其他时间段的 2-3 倍！为了避免心脑血管疾病的发生，进入秋季后，我们该如何保养心脑血管呢？

为什么心脑血管疾病容易在秋冬高发呢？

这主要由三个方面原因，一是秋冬天气转凉，受寒冷刺激，易导致血管收缩和血压升高，从而易诱发脑梗。二是因为天气越是寒冷，人们就会减少运动量，导致人体的血液循环减慢，大脑血液流量减少，从而导致脑梗。三是因为秋季天气干燥，人体水分流失大，如果此时不及时补充水分，就会导致血黏稠度增加，容易形成血栓，增加脑梗及心梗的发病率。

如何保养保养心脑血管呢？

注意保暖 秋冬季节温差较大，我们不要穿短裤裙，应该尽量穿长裤，长袖衣服。许多人认为保暖就是自己不觉得冷就是合格的。其实这是一种错误的认识，真正的保暖应该是身体的皮肤温暖。比如将手放在脚裸处，如果脚裸皮肤是暖的，就证明保暖工作很到位。还可以探测手心温度，如果手心温度是温热的，证明身体足够保暖。

避免过量饮酒 很多人喜欢在冬季喝酒来暖身，觉得喝完酒身体暖和，好入睡，但这是一种错误的认识。喝酒后身体觉得暖和是因为摄入酒精，酒精使毛细血管扩张、刺激人体中枢神经、导致血循环加速，使人心跳加快，血压升高，于是觉得暖和。如此一来，虽然身体表面感觉温暖了，但身体内的热量反倒消耗掉了。过一会，会感觉更冷。此外，饮酒对心血管有很大的伤害，特别是对于有高血压的人，如果在睡梦中发病，难

以及时发现和治疗。如果想睡前暖身，可以采取泡脚及喝热牛奶的方式。

不要和排便较劲 中老年人由于肠胃蠕动力不够，非常容易便秘，但用劲排便很有可能一瞬间增高血压，引起心脑血管病症。有心脑血管病症史的老人，特别要留意上厕所别着急，如果出现便秘，需要多喝些开水、多摄入膳食纤维，增强肠道蠕动力。

注意饮食 心脑血管疾病，很大程度上与我们的饮食有关系，如果摄入大量的高脂食物，会导致血脂偏高，进而引发高血压。因此我们在秋天季节要注意调节饮食，避免多油高脂饮食，多吃新鲜蔬菜和水果。

选对时间，适量运动 适量的运动，有助于加速人体的血液循环，促进新陈代谢，消耗体内脂肪，从而降低血压。同时运动过程中，可刺激血管伸缩，提升血管柔韧性和弹性。但是运动需要选对时间，不要一起来就运动，而是起床后 1 小时之后再运动，运动前需要喝一杯温水，开释血液，保障血液舒畅流通。运动类型选择有氧运动，例如骑自行车，瑜伽、慢跑等，避免剧烈运动。

多喝水、会喝水 想要保护血管健康，预防心脑血管疾病，就要多喝水和会喝水。喝水切忌“暴饮”，可以每小时喝一口水，并分几次慢慢下咽。

保持情绪平稳 情绪与血压密切相关，情绪的变化会引起血压的波动，因此我们要保持情绪平稳。如果出现失眠、过度劳累、暴躁、焦虑、抑郁等心理状态，要及时进行干预治疗。

预防流感和感冒 秋冬季如果出现感冒症状，对心脑血管伤害很大。这是因为感冒时出现的咳嗽及气喘会影响人体肺功能，增加心脏负担。所以有心脏疾病的人，一定要注意防护，出门要戴好口罩，注意及时添衣保暖，适当运动。此外也可选择及时接种当年的流感疫苗，增加预防措施。