

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 首席专家 王希梅

王希梅:原周口市中心医院妇产科主任,现任周口博爱妇科医院首席专家,参加临床工作40多年,长期致力于妇产科的临床医学研究。擅长妇产科各种常见病、多发病,特别擅长对妇科肿瘤、子宫内膜异位症、月经失调、妇科炎症、更年期综合征、老年性疾病、不孕不育、妇科疑难杂症的诊断和治疗。对妇产科疑难杂症更有独到的见解。先后在省级刊物上发表论文数十篇。

周口市医疗救助基金会 倡导优生优育, 预防不孕不育

1.怀孕35天的时候,突然发高烧,开始进行物理降温降不下来,最后在医生的指导下,喝了板蓝根冲剂并打了一针柴胡,烧就退了,发烧持续了大约6个小时,并且在39度左右持续了两个小时。请问这会对胎儿的发育造成影响吗?另外,怀孕后用B超查了3次,会对胎儿的发育有影响吗?

答:高热对胎儿发育有一定的影响。高热和代谢紊乱产生的毒素可能会刺激子宫收缩,造成流产。按照优胜劣汰的规律,如果有异常情况,怀孕早期可能会发生流产,目前没有阴道出血、腹痛等征象时,可继续观察,定期进行产前检查,了解胎儿的发育情况。B超是一种超声波,不是辐射,只要不长时间在同一部位检查,一般对胎儿发育影响不大。

2.痛经会导致不孕吗?

答:不孕症中,伴有痛经者占56%。临床中发现一些不孕患者,痛经一旦消除,随即成功受孕。乳腺增生中医称之为“乳癖”,其临床特点是单侧或双侧乳房内有肿块,平时轻微作痛或不痛,一般在月经将来潮时有肿块增大并伴作痛或加重,多发生在20~40岁之间的妇女。从临床观察来看,约有1/3以上的痛经病人伴有乳腺增生,和痛经的关系较为密切。所以,痛经还是早治疗的好。

3.宫寒可以怀孕吗?

答:所谓宫寒是指女性肾阳不足。宫寒可以导致不孕,但并不是说宫寒就一定不孕。很多宫寒的女性主要会有怕冷、腰酸腿软、小便清长、夜尿多、性欲淡漠、月经推迟等征象,往往经量比较少、颜色比较淡或痛经,严重的会闭经、不孕。从另一个角度讲,子宫温度偏低不适合胎儿生长,即使怀孕也容易流产。所以,女性在准备怀孕前先调理子宫环境是很有必要的。

4.宫外孕有什么症状?

答:在输卵管妊娠流产或破裂前,宫外孕早期症状的一种表现为:除短期停经及妊娠表现外,有时出现一侧下腹胀痛,检查显示输卵管正常或有肿大;此外还有下腹坠痛,有排便感,有时呈剧痛,伴有冷汗淋漓;破裂时患者突感一侧下腹撕裂样疼痛,常伴恶心呕吐;阴道不规则出血,常是少量出血;可以有恶心、呕吐、尿频;由于腹腔内急性出血,可引起血容量减少及剧烈腹痛,轻者常有

晕厥,重者出现休克的现象。

5.优生优育的年龄段是多少?开始我以为要宝宝只要怀孕就好了,但是听说想要个聪明健康的宝宝,年龄也很重要,是吗?

答:所有的父母都希望孩子能够健康、聪明,所以在怀孕之前,就要为这个做准备,而且根据优生优育的原理,在夫妻双方优生优育的年龄段生孩子,更能实现优生优育。

一般来说,女性的最佳生育年龄是23~30岁,女性在23~30岁之间是生育的最佳年龄段。因为这一时期女性全身发育完全成熟,卵子质量高,若怀孕生育,分娩危险小,胎儿生长发育好,早产、畸形儿和痴呆儿的发生率最低。而男性的最佳生育年龄是30~35岁,因为年龄在30~35岁的男性所生育的后代是最优秀的。男性精子素质在30岁时达高峰,然后能持续5年的高质量。

6.腹腔镜手术能治疗哪些疾病?什么时候需要进行腹腔镜检查?

答:腹腔镜技术已成为女性不孕症必不可少的检查和治疗手段。腹腔镜与电子胃镜类似,是一种带有微型摄像头的器械,腹腔镜手术就是利用腹腔镜及其相关器械进行的手术。腹腔镜手术治疗的疾病包括:各类宫外孕、输卵管绝育;不孕症、子宫穿孔及绝育环外游;卵巢囊肿、肿瘤、卵巢黄体破裂、多囊卵巢综合征;子宫内膜异位症、子宫肌瘤、卵巢巧克力囊肿;子宫肌腺症、功能失调性子宫出血;盆腔炎和盆腔脓肿;病因不明的慢性盆腔疼痛、性质不明的肿瘤的术前诊断、卵巢组织活检。

7.随着气温的降低,宝宝又开始腹泻了。我该怎么办?

答:每年的10~12月是秋季腹泻的高发期。6个月至3岁的婴幼儿容易患病,而且病情严重,病程较长。该病发病初期表现为流涕、咳嗽、咽部疼痛等感冒症状,半数患儿还会发热,一般为低热,很少高热。大便每日数次,且伴有呕吐、腹痛,容易被误诊为胃肠型感冒。呕吐多数发生在病程初期,一般不超过3天。秋季腹泻有一定的自限性,及时吃药并不能立即治愈。但是如果早期合理使用药物,可以缩短病程,减轻腹泻症状,家长应在早期发现症状,及早治疗,可以酌情选用新博林、思密达或培菲康。

“霾”天危害健康



依据我国的气候规律,冬季多雾天。每年初冬,媒体都频频报道机场或高速公路因浓雾弥漫而关闭的消息。不过,对一般居民而言,常常连续几天甚至十几天都发现天空灰沉沉的,能见度不是太好,但没达到浓雾的程度,空气也常常比较干燥。这其实就不是雾了,而极有可能是一种叫“霾”的天气现象。

霾和雾的区别在于水汽含量的大小。当水汽含量达到90%以上叫雾,低于80%叫霾。雾是低层水汽发生饱和凝结而成的气象现象,多呈乳白色,大多在下半夜形成,清晨日出前最浓,日出后渐渐消散;而霾是由悬浮在大气中的烟、尘埃或其他细小颗粒物构成的。出现霾的时候,天空的颜色为黄色或橙灰色。霾一般在没有明显空气活动、风向由北转南、低空有逆温层(上暖下冷的稳定气

层)、无风或微风情况下形成。

和单纯的雾相比,“霾”就是空气遭受污染的产物了。近年来,受全球气候异常的影响,我国北方地区干旱日重,加上城市温室气体的大量排放,出现霾天的日子呈上升趋势。出现霾时,微粒直径越小,对健康危害越大。因为特小的微粒可直接侵入人体呼吸系统、肺部和血液,引发哮喘、肺癌、心脑血管病和其他疾病。“霾”天还会影响人的情绪。因为终日灰霾缭绕,太阳光弱,人体中的松果体会分泌出较多的松果体素,使得甲状腺素、肾上腺素的浓度相对降低。甲状腺素、肾上腺素等是唤起细胞工作的激素,一旦减少,细胞就会“偷懒”,变得极不活跃,人也就显得没精打采。此外,“霾”天还会导致近地层紫外线减弱,使得空气中的传染性病菌的易活性增强。

尤其值得注意的是,“霾”的形成和持续,不仅与大气环境的垂直分布有关(逆温时最容易形成“霾”),与局部小气候也很有关系。专家研究表明,近年来随着城市建设的迅速发展,大楼越建越高,增大了地面摩擦系数,使风流经城区时明显减弱。静风现象增多,不利于大气污染物向城区外围扩散稀释,并容易在城区内积累高浓度污染。这就是能促进“霾”生成并不容易消散的“城区小盆地”。

正是因为“霾”天对健康的负面影响,所以出现“霾”天时,居民们要关闭门窗,尽可能少出门(包括晨练和傍晚散步),非要出门最好戴上口罩。特别要提醒的是,不能在附近“楼区小盆地”的室外打牌娱乐或扎堆聊天,一直等到风起“霾”散时,才能开窗通风,进行各种户外活动。

(霍雨佳)

原磨豆浆更健康

说起秋季,大家自然会想起秋高气爽、秋色宜人等形容词。秋季是一个收获的季节,但干燥也是秋季不容忽视的特点。说起秋季的防燥补水,豆浆是非常不错的选择。

豆浆中含有丰富的植物蛋白、磷脂、维生素B1和B2、烟酸、铁、钙等矿物质。豆浆不仅可以防治高

血脂、高血压、动脉硬化、缺铁性贫血、气喘等,还可以调节中老年妇女内分泌系统,减轻并改善更年期症状,延缓衰老,减少青少年女性面部青春痘、暗疮的发生,使皮肤白皙润泽,还可以达到减肥的功效。豆浆的好处如此之多,如果有时间还是建议您自己在家做豆浆,

无论是从食品安全还是从性价比方面都更有优势。

(万维)

九阳植物奶牛豆浆机
原磨鲜香 天然好豆浆
咨询电话: 8230822
8239708

总是怀疑老公出轨、老婆外遇,是心理疾病吗

生活中,男人们晚归或者因故外宿,女人们就怀疑他是否在外面对其不忠。女人外出或者与异性关系较好,男人们也会坐立不安。事实上,从心理角度看,这是因为人们内心都潜藏着“不安全感”和“自卑感”,生怕亲密伴侣背着自已发生什么事情,是猜疑和嫉妒心理的表现。

猜疑不同于多疑。猜疑只是一般的怀疑,这种怀疑有可能毫无道理,纯粹是神经过敏所致,但也可能有一定的道理并符合客观事实。正常的猜疑人皆有之,不属于心理问题。多疑则是猜疑的极端状态,绝大多数都是无端猜疑,不仅在量上表现为更多的猜疑,而且在质上属于毫无根据,纯粹是为了证明成见、偏见的猜疑,是心理失衡的表现。

多疑心态表现为:如果你总是根据对方一点蛛丝马迹,只言片语,用自己的思维“想”出来一个个“故事情节”,然后为这个“故事”担心、害怕、气愤、失望……在这些复杂、不良的情绪中,又想像和推断出新的“故事”,接着再为“新故事”而烦恼,紧接着又涌出更多的不良情绪,而这些不良情绪又“想像”出更多不利的事情……陷入这种多疑心态的“恶性思维”的循环中。多疑一旦形成,相对就比较顽固,它是

导致偏执性人格障碍的温床,需要警惕。

偏执型人格的形成原因与早期生活挫折及环境的不良影响等因素有关。家庭破裂、父母离异或父母一方早亡、家庭气氛紧张、成员间相互不信任或敌对;家庭教育方式不科学、对子女的要求太苛刻或放任自流,都会对儿童的人格发展产生畸形影响,使儿童的心中体验到强烈的挫折感,久而久之,容易形成自卑自弃,悲观失望,任性冷漠,粗暴怀疑等人格品质。如果上述人格品质未能及时矫治,就可能成为偏执型人格。如果符合下述项目中的3项,即可诊断为偏执型人格障碍。

- 1.广泛猜疑,常将他人无意的、非恶意的甚至友好的行为误解为敌意或歧视,或无足够根据,怀疑会被人利用或伤害,因此过分警惕与防卫。
- 2.将周围事物解释为不符合实际情况的“阴谋”,并可成超价观念。
- 3.易产生病态嫉妒。
- 4.过分自负,若有挫折或失败则归咎于人,总认为自己正确。
- 5.好嫉恨别人,对他人的过错不能宽容。
- 6.脱离实际地好争辩与敌对,固执地追求个人不够合理的“权利”或利益。

7.忽视或不相信与患者想法不相符合的客观证据。因而难以以说理或事实来改变患者的想法。

8.易有病理性妒忌,过分怀疑恋人有新欢或伴侣不忠,但不是妄想。

9.过分自负和自我中心的倾向,总感觉自己受压制、被迫害,甚至告状、打官司,不达目的不肯罢休。

10.具有将其周围和外界事件解释为“阴谋”等的非现实性观念,因此过分警惕和抱有敌意。

如果夫妻之间已经长期地彼此不信任且存在暴力行为的风险,则需要全面的精神病学的评估。心理治疗方面则可以缓解紧张而敏感的情绪,指出错误的假设,控制自己的情绪等。如果暴力风险系数很高,则需要住院治疗。(心理医师:胡艺杨)

心理健康与咨询
周口市心理学会心理咨询与治疗专业委员会
周口精神病医院
周口晚报社
联办
心理咨询电话:0394-8288359

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。