

# 孕期胎膜早破怎么办？

——访大同康复医院副院长兼产科主任于爱萍

本报记者 王芳

“胎膜早破”也就是俗称的“早破水”，过早的破水，对胎儿和母亲来说都是一种挑战，主要是由于破膜之后，羊膜腔不再封闭，病菌就可能会趁虚而入。无论是对孕妇本身还是胎儿来说都是有危险的，可能会导致胎儿窘迫、脐带脱垂、难产、新生儿窒息，甚至胎儿死亡等，需要引起足够的重视。



很多孕妇来到急诊室焦急地说：“医生，怎么就破水了啊，我这是要生了吗？”因未到预产期，胎膜早破会给孕妇带来很大的精神压力，家人也会被突然发生的情况搞得措手不及。大同康复医院副院长兼产科主任于爱萍介绍，孕妇在临产前阴道突然有液体流出，而且液体的量较多，产检时能看到液体自宫颈口流出，是羊水提前破了的主要表现，也就是胎膜早破。引起胎膜早破的原因很多，主要是生殖道感染，可由病毒、细菌、寄生虫等引起，致使胎膜的

坚韧下降，脆性增加而发生破裂；羊膜腔压力增高，双胞胎胎膜早破的发生率比单胎妊娠要高很多；胎膜受力不均，如胎位异常，孕妇的骨盆与胎儿的头不相称，易引起胎膜早破。此外，子宫颈内口机能不全也是发生胎膜早破的原因。

胎膜早破通常以37周为界限，发生在妊娠满37周后，称为足月胎膜早破，在37周前发生称为未足月胎膜早破。胎膜早破发生越早，胎儿的预后就越差。

足月胎膜早破，带上待产包，及时入院。未足月胎膜早破，若是发生明显感染症状，需要立即终止妊娠。若没有发生明显的感染情况，可一边观察孕妇的感染进展情况给予抗感染治疗，一边观察胎儿生长发育情况，选择合适的时间让宝宝出生。于爱萍强调，不论是哪一种情况，孕妇发生胎膜早破都需及时前往医院，进行检查并听取医生的建议。如果忽视，常常会给孕妇及胎儿造成严重的后果。主要表现为母婴感染、难产和脐带脱垂。

胎膜早破导致孕妇出现宫内感染，甚至会直接威胁到孕妇的生命，宫内感染对围产儿尤其是早产儿的危险很大，其败血症、肺炎等的发生率很高，是围产儿死亡的重要原因。

另外，胎膜早破是难产的信号，胎位异常可导致胎膜早破。发生了胎膜早

破的孕妇可能存在胎位不正，或有骨盆不正常的情况。发生难产，产程必然延长，这样容易导致宫内感染。所以在平时一定要重视起来，当胎膜早破的情况出现后，还需要及时治疗，将其症状快速解决。

她说，胎膜早破若发生在胎位不正或胎头高浮的孕妇，脐带可能随羊水被冲出羊膜腔，脱垂于阴道内，很容易受压，中断了胎儿血循环，导致胎儿突然死亡；若发生于孕37周前，会导致早产或晚期流产，胎儿死亡率高。

预防胎膜早破尤为重要，在怀孕前就应注意预防阴道及子宫颈的炎性病变；按时产检，纠正胎位；多胎妊娠或羊水过多的孕妇，要做个合适的腹兜使子宫上托，辅以卧床休息，以减轻重力对子宫颈内口的作用，同时注意不提重物和防止便秘，以免腹压增加；注意孕期保健，在怀孕后期，禁止性交，以免发生意外。

孕妇一旦出现了破水，应平躺把自己的臀部抬高，避免羊水的流出，因为羊水过多流出，很容易造成胎宝宝在子宫当中的活动空间变小，造成胎儿缺氧的情况，对于胎儿的健康是极为不利的。于爱萍强调，在胎膜早破后产妇不要过分紧张，以免影响产力。尽快去医院进行待产，医生会全面的根据孕妇及胎儿的情况，作出正确的处理，对分娩的方式作出适当的选择。

## 当心骨质疏松悄悄来袭

——访大同和平烧伤骨科医院院长郭永宝



骨质疏松是中老年人常见的慢性疾病，多数在初期的时候并没有明显症状，其最大的危害就是易发生骨折。尤其是老年人，身体各项机能下降，一旦发生骨折较难愈合，会严重影响其生活质量和寿命。

大同和平烧伤骨科医院院长郭永宝说，骨质疏松症是一种系统性骨病，其特征是骨量下降和骨的微细结构破坏，表现为骨的脆性增加，因而骨折的危险性大为增加，即使是轻微的创伤或无外伤的情况下也容易发生骨折。

骨质疏松症女性多于男性，常见于绝经后妇女和老年人。除了人们熟知的年龄增加

的原因和体内激素水平的改变，容易出现骨质疏松外，临床引起骨质疏松的原因还有多个方面。甲亢、糖尿病、性腺功能低下、甲状腺功能障碍等疾病；抽烟、喝酒、不爱运动及过多饮用含咖啡因的饮料等不良的生活习惯；还有家族史等原因都会引起的骨质疏松。

郭永宝说，多数骨质疏松是静悄悄发生的，在初期的时候人们并没有感觉到什么明显症状，但是骨钙和骨量在慢慢流失。因此，导致了骨质疏松极容易被忽视，大部分患者都是发展到骨折以后才来医院的。最明显但是又易被忽视的一个症状，

就是老年人身高缩短了。此外，如果出现了驼背的情况，也要警惕骨质疏松。他建议，45岁的女性和年过50岁的男性要每年做一次骨密度检查，有抽烟、嗜酒不良习惯的人群，检测年纪要适当提前，做到早发现早控制。

预防骨质疏松要会合理科学补钙。那么如何调整饮食，提高钙摄入量呢？郭永宝说，最核心的膳食来源是乳制品。乳制品的钙吸收率比较高，是非常重要的钙来源。因此，推荐在正常饮用牛奶的基础之上，由医生指导科学合理的补充钙制剂。

王芳

## 不同种类的醋有啥区别



醋是厨房里必不可少的调味品，同时它还对人体有很多的好处。但是市场上醋的种类很多，不同种类的醋有什么区别呢？今天，市田源酿造有限责任公司总经理高瑞举给大家介绍一下。

陈醋 主要是用高粱酿造而成，而且它的颜色呈棕红色或者是褐色，浓稠度相对来说是非常高的，因此在吃的时候会带有一种非常浓郁的醋香味。

香醋 原材料主要是糯米，所谓的“酸而

不涩，香而微甜”就是香醋的最大特点，它用来凉拌菜是最为合适的。

米醋 原材料主要是大米。它的味道是比较温和的、酸酸甜甜的，颜色也不像陈醋那样浓烈。米醋通常情况下都是带有丝丝的甜味，更加适合制作一些酸辣味的美食，或者是在腌制泡菜的时候用。

白醋 更加适合用来凉拌菜，或者是在做西餐的时候加上它不仅不会影响食物的色泽，而且也能够很好地起到调味的作用。

但是在购买的时候一定要注意，要买“纯酿造”的白醋，否则的话，买到人工勾兑出来的白醋就会有非常刺鼻的味道。

果醋 近几年变得越来越普遍，苹果醋、山楂醋等等，果醋中含有丰富的维生素和氨基酸。一般的果醋是可以直接喝的，但也有些果醋是需要稀释的，浓度太高，喝了反而对身体不好。 广告信息

大同市田源酿造有限责任公司  
联系电话号码：5555555



大同好粮  
DATONG HAOLIANG

火山孕育魂魄 高寒铸就粮心