

# 产检中，这些问题不容忽视

——访大同康复医院产科副主任安晋云

本报记者 王芳



为了孕育一个健康的宝宝，十月怀胎时准妈妈常常是喜忧参半，期待宝宝到来的同时，也存在着满腹的疑问和担忧，对孕期的一些问题感到不知所措。本期大同康复医院产科副主任安晋云就准妈妈在孕检中常遇到的问题，进行详细、专业的讲解。

## NT检查非常重要

NT检查是11-13周+6天之间做的检查，要求所有孕妇在孕早期都要做。大同康复医院产科副主任安晋云强调，这是一个在孕早期通过超声发现胎儿是否有染色体异常的指标，也是整个孕期了解宝宝染色体是否异常的指标，所以非常重要。

## 唐筛、无创DNA、羊水穿刺的区别

如果没有不良家族史和孕产史，且年龄在35岁以下的孕妇，可以直接选择唐筛检查。如果唐筛结果的某一项值处在临界风险值，比如21三体的风险值在1/270-1/1000之间，或18三体的风险值在1/350-1/1000之间，就需要做无创DNA检查。羊水穿刺是孕中期时，在B超引导下，用穿刺针穿取羊膜腔内的羊水，提取胎儿细胞做染色体分析，这是目前最准确的确认胎儿染色体异常的方式。只要结果未见异常，就说明宝宝是没有问题的。

## B超检查中发现问题，该怎么办？

在妊娠中，至少应该有5次超声检查，而在宝宝有特殊情况的时候，还会在此基础上增加检查次数，超声检查是整个孕期内为胎儿保驾护航的重要工具。安晋云总结了B超检查中常见的几种异常情况。

### 1.胎盘下缘距宫颈内口的距离

正常情况下，胎盘下缘距宫颈内口的距离在2厘米以上，如果报告显示胎盘下缘完全或部分或接近覆盖宫颈内口，都属于胎盘位置异常的情况。在孕中期(28周以前)统称为胎盘低置状态，不属于前置胎盘。因为胎盘的位置不是固定的，随着

孕周和子宫的增长，胎盘的位置会逐渐上移，所以我们可以继续观察。但这一状态还是要重视，特别是对于之前做过剖宫产，或做过子宫肌瘤手术的孕妇，当胎盘完全覆盖宫颈内口，特别是翻折部分位于前壁的情况下，可能会有胎盘植入或粘连的风险，导致孕期和产后出血的风险比较高，严重的可能会导致子宫切除。所以如果孕期出现这类情况，医院就会作为高危产妇来进行升级管理。

那孕期没有什么好的办法可以让胎盘长上去？安晋云说，只能是做持续观察，但要做到几点：首先是不能同房；不要做内诊检查，一定要事先告知医生有胎盘低的情况；避免剧烈活动或太大的动作，特别是不要突然改变体位；一旦出现出血要及时去医院就诊；保证饮食和营养，发现贫血的情况要及时纠正，以免出现出血时身体无法耐受。

### 2.心脏强回声光点或局限性回声增强

大排畸检查时可能会遇到这种情况，就是其他的一些项目都正常，但会发现有一些指标异常，比如像胎儿心脏内有强回声光点或光斑，或者局限性回声增强等各種描述。这种情况首先要看孕中期做过的无创DNA筛查是否有问题，如果没做过无创DNA建议去做一次，特别是在有两项以上指标异常的情况下。如果之前做过无创DNA没有问题，在只出现一项指标异常时就不用特别担心，不会对宝宝的健康和发育有影响，不需要特殊处理。

### 3.肾盂分离

如果胎儿肾脏结构没问题，但是出现肾盂分离的情况。要注意一下分离的宽度，如果宽度在1厘米以内就不必担心，继

续观察，不用特殊处理。如果宽度超过1厘米，我们可能要缩短B超复查的时间，看看有没有继续增宽的问题。

### 4.胎儿侧脑室增宽

侧脑室在颅脑内，如果B超显示侧脑室增宽的问题，也要注意宽度，如果在1厘米以内，就不用担心，可以2-4周做一次B超复查，看有没有进行性增宽，如果没有就没关系。但是如果有增宽的情况，且超过1厘米以上，建议可以做个胎儿颅脑磁共振检查，这个检查对胎儿是没有影响的，可以放心做。

### 5.肠管回声增强

这种情况只要每2-4周做一次B超复查，看一下变化情况，孩子出生后可以评估一下胃肠道情况，一般不会有太大影响。

### 6.臀位

采用膝胸卧位。30-32周开始，在没有胎盘前置、孕期出血、妊娠高血压等问题的前提下，可以把手肘放在床上，然后趴下，上肢和胸部贴在床上，把臀部抬高，保持10-20分钟，早晚各一次，帮助宝宝从臀位转成头位。如果临产时宝宝仍然是臀位，那就需要进行评估。如果初产妇的骨盆较宽、宝宝较小，并且分娩的医院能够做臀位接产，也可以试产，但是风险会高一些。如果宝宝体重偏大，尤其是超过7斤，而且是初产妇的情况，那还是建议剖宫产。

安晋云提醒，孕期检查非常重要。准妈妈需要在不同的孕周准时检查不同的项目，同时要调整生活方式和心态，注重营养，适当运动，保持体力，以利于平安顺利的分娩。当出现症状时，不要恐慌，要冷静应对，及时寻求专业医生的帮助。

## 秋后咳嗽 警惕呼吸系统疾病

慢性呼吸系统疾病、心脑血管疾病、恶性肿瘤、糖尿病与代谢性疾病等被世界卫生组织共同列为全球“四大慢病”。

由于空气污染、吸烟、人口老龄化等因素的影响，我国呼吸系统疾病的患病人数不断增加。

秋后，很多人在出现感冒、发烧、咳嗽等不适时往往不在意，觉得在家吃点感冒药、止咳药就好了。但其实这些身体不适很可能是呼吸系统疾病的早期症状。

大同新和医院呼吸科主任李亚平提醒，高危人群应定期体检，以下三类人群要特别注意：

长期吸烟的人群 香烟里面的尼古丁成分对肺部伤害很大，吸烟导致肺部疾

病的概率高于正常人；吸二手烟或者三手烟的人群患病率也很高。

长期接触不良环境的人群 长期暴露在粉尘、有害气体等环境中，会增加肺癌的发生概率。女性肺癌发病率已经成为女性恶性肿瘤的第一位，主要与高温、高油的日常烹饪方式有关。

家族成员中有肺癌的人群 肺癌最大的特点是家族聚集性，有遗传倾向。

对于高危人群，平时应做到不抽烟、不熬夜，按时参加体检，发现不适要及时就诊。

李亚平建议，预防呼吸系统疾病，要养成良好的生活方式，可以从以下几方面入手：

合理膳食，养成良好的生活习惯。锻炼身体，增强身体素质；勤洗手，尽量避免去人群密集的场所；每日保证充足的饮水量。

开窗通风，加强空气流通。日常生活中做到少吸烟或不吸烟，并且远离二手烟；雾霾天气应尽量少出门或不出门，最大程度减少被污染空气吸入人体。

长期暴露在粉尘、有害气体环境中工作的人员，应带好防护面具，这样可以有效减少粉尘的吸入。

如果出现咳嗽、咳痰、咯血、呼吸困难、胸痛等不适症状，应尽早到正规医疗机构就诊。

(武珍珍)



## 醋泡花生米 好处真不少

醋泡花生米是许多人喜欢的餐桌美味，长期食用可降低血压、软化血管、减少胆固醇的堆积。

市田源酿造有限责任公司总经理高瑞举说，醋与花生米的“天仙配”是有科学性的。花生米的价值在于含有人体所需要的不饱和脂肪酸，但脂类含量高、热量大、有油腻感。而醋中的多种有机酸恰是解腻又

生香的，因此用醋浸泡花生米一周以上，每晚吃7~10粒，可降低血压，软化血管，减少胆固醇的堆积。但需注意的是，食用要适量，最多十几粒，吃后一定及时漱口，否则对牙齿不利。

制作醋泡花生米时，熟、生花生米均可(最好是生的连皮吃，效果更好)。醋还能使食物中所含有的钙、锌、铁、磷等无机物

溶解出来，从而提高食物的吸收利用率及其营养价值，降低脂肪类物质被人体吸收后产生的副作用。

此外，醋还具有解毒及促进新陈代谢的功能，有抗菌杀菌作用。

大同市田源酿造有限责任公司  
联系电话:5555559  
(广告信息)

