

# 儿童支气管炎的预防

□魏艳蕊

气温变化比较剧烈时,由于自身机体防御功能低下,儿童很容易患上呼吸道感染。其中,支气管炎最容易发生。这个疾病各个年龄段都有可能发病,以儿童多见。由于儿童抵抗力差,容易反反复复,家长与医护人员一定要多加注意。

支气管炎是指肺部较大的气道(即支气管)出现感染或发炎。当儿童出现感冒、嗓子疼、流感或鼻窦感染时,引起这些症状的病原体(病毒或细菌等)会扩散到支气管。一旦这些病原体进入支气管,呼吸道就会

肿胀、发炎,还可能塞黏液。虽然细菌感染和香烟、烟雾、灰尘等刺激物也会引起支气管炎,但病毒是导致儿童患支气管炎的最常见原因。

**儿童支气管炎的临床表现**  
**咳嗽** 很多因素都可以导致咳嗽的出现。但是支气管炎引起的咳嗽与感冒引起的咳嗽是有差别的。在疾病的初期,支气管炎引起的咳嗽其特点主要是刺激性干咳,感冒引起的咳嗽很少有刺激性干咳现象。除了咳嗽,支气管炎患儿还会有鼻塞及流鼻涕的症状。**气喘** 患了支气管炎后,首

先受到影响的肯定是支气管部位。在细菌及病毒的刺激下,支气管会不断地受到伤害。在支气管炎的发展过程中,患儿会出现气喘、呼吸急促、咳嗽等表现,严重者甚至还会有呼吸困难的现象。

**呕吐、腹泻** 如果没有及时治疗,随着疾病的发展,病情会越来越严重,炎症也会进一步扩散,会影响到食管及肠胃,导致消化系统出现问题,有的患者还会出现恶心及呕吐的现象。炎症比较严重时,还会引发肠炎,导致儿童出现腹泻的症状。**继发感染** 如果任由支气

管炎发展,炎症就会扩散到其他部位,引起很多并发症症状。当其他部位出现感染时,说明病情已经很严重了。这时候,要尽早去医院治疗,防止疾病更加严重。**更重要的是防患于未然,积极采取预防措施:**

1.适当保暖,一定要穿适合的衣服,不要穿太多,可以让儿童穿的跟大人差不多,否则容易出汗受凉。当然,更不要穿的太少,尤其是小婴儿一定要注意保暖,在气温骤升、骤降时,也一定要及时增减衣物,以免不适应温

度的变化而感冒。**2.宝宝居住的房间要经常通风、消毒。**一旦感冒,要尽快治疗,避免加重引起支气管炎。**3.尽量少带儿童到公共场所,避免在人多空气又不流通的场所长时间停留。**

**4.加强儿童体育锻炼,同时还要注意给儿童多增加营养,提高其抵抗力。****5.应尽量避免一感冒就自行应用抗生素和激素类药物,一定要在医生指导下使用抗生素。**  
(作者供职于许昌市建安区妇幼保健院儿科)

## 治疗子宫肌瘤的新方法

□武玲玲

子宫肌瘤是一种常见的良性肿瘤,给许多女性带来了困扰和痛苦。传统的治疗方法是手术切除子宫肌瘤,但手术风险和术后恢复期令人担忧。随着医学科技的不断进步,一种全新的方法正在崭露头角,可以从根源上解决子宫肌瘤,避免了手术的风险和副作用。本文将介绍这个方法,并探讨其在子宫肌瘤治疗领域的潜力和前景。

子宫肌瘤是生殖系统最常见的肿瘤之一,其发生率逐年上升。传统的治疗方法包括手术切除子宫肌瘤和药物治疗。虽然手术治疗可以直接切除肿瘤,但手术风险和术后恢复期的长短成为很多女性犹豫的原因。而药物治疗虽然可以缓解症状,但对于大多数肌瘤来说,并不能从根源上解决问题,容易出现反反复复的情况。

近年来,一种全新的方法在子宫肌瘤治疗领域崭露头角,它通过非侵入性的手段,从根源上解决子宫肌瘤的问题。这种方法是基于高强度聚焦超声(HIFU)技术,通过将高能量的超声波聚焦到子宫肌瘤上,使肌瘤组织受热坏死,从而达到治疗的效果。

与传统手术切除子宫肌瘤不同,HIFU治疗具有许多优势。首先,它是一种非侵入性的治疗方法,无需开刀,避免了手术风险和术后恢复期。其次,HIFU治疗精确度高,能够准确地将高能量聚焦在肌瘤组织上,最大限度地保护周围正常组织。此外,HIFU治疗还具有减少术后疼痛、出血和感染的风险,且对生育功能的影响较小。因此,HIFU治疗成为越来越多的女性选择的治疗方式。

HIFU治疗作为一种新兴的子宫肌瘤治疗方法,具有广阔的潜力和前景。首先,HIFU治疗可以从根源上解决子宫肌瘤,破坏肌瘤组织,阻断其生长和复发。相比之下,传统的手术切除方法只是简单地将肌瘤切除,不能防止其再生。

其次,HIFU治疗是一种无创的方法,无需开刀,避免了手术风险和副作用。对于那些担心手术并发症的患者来说,HIFU治疗提供了一种安全可靠的选择。此外,HIFU治疗术后恢复期短,患者可以快速回到正常生活和工作状态,减少了对日常生活的干扰。

另外,HIFU治疗还具有个性化的优势。根据不同患者的情况和肌瘤的特点,医生可以精确调整治疗参数,实现个性化的治疗效果。这种个性化的治疗方案可以提高疗效,并减少患者的不适感。

此外,HIFU治疗还可以保护子宫的功能,减少对生育的影响。相比之下,传统的手术切除方法会影响子宫结构和功能,给患者的生育带来困难。对于那些希望保留生育能力的女性来说,HIFU治疗是一个更加可行的选择。

要注意的是,HIFU治疗并非适用于所有的子宫肌瘤患者。对于肌瘤较大或位置特殊的患者,HIFU治疗效果不佳。在选择治疗方法时,患者应与医生进行详细的讨论和评估,制定最合适的治疗方案。

(作者供职于洛阳市新安县人民医院妇产科)

子宫肌腺症是一种常见的良性肿瘤,给许多女性带来了困扰和痛苦。传统的治疗方法是手术切除子宫肌腺症,但手术风险和术后恢复期令人担忧。随着医学科技的不断进步,一种全新的方法正在崭露头角,可以从根源上解决子宫肌腺症,避免了手术的风险和副作用。本文将介绍这个方法,并探讨其在子宫肌腺症治疗领域的潜力和前景。

子宫肌腺症是生殖系统最常见的肿瘤之一,其发生率逐年上升。传统的治疗方法包括手术切除子宫肌腺症和药物治疗。虽然手术治疗可以直接切除肿瘤,但手术风险和术后恢复期的长短成为很多女性犹豫的原因。而药物治疗虽然可以缓解症状,但对于大多数肌腺症来说,并不能从根源上解决问题,容易出现反反复复的情况。

近年来,一种全新的方法在子宫肌腺症治疗领域崭露头角,它通过非侵入性的手段,从根源上解决子宫肌腺症的问题。这种方法是基于高强度聚焦超声(HIFU)技术,通过将高能量的超声波聚焦到子宫肌腺症上,使肌腺组织受热坏死,从而达到治疗的效果。

与传统手术切除子宫肌腺症不同,HIFU治疗具有许多优势。首先,它是一种非侵入性的治疗方法,无需开刀,避免了手术风险和术后恢复期。其次,HIFU治疗精确度高,能够准确地将高能量聚焦在肌腺组织上,最大限度地保护周围正常组织。此外,HIFU治疗还具有减少术后疼痛、出血和感染的风险,且对生育功能的影响较小。因此,HIFU治疗成为越来越多的女性选择的治疗方式。

HIFU治疗作为一种新兴的子宫肌腺症治疗方法,具有广阔的潜力和前景。首先,HIFU治疗可以从根源上解决子宫肌腺症,破坏肌腺组织,阻断其生长和复发。相比之下,传统的手术切除方法只是简单地将肌腺症切除,不能防止其再生。

其次,HIFU治疗是一种无创的方法,无需开刀,避免了手术风险和副作用。对于那些担心手术并发症的患者来说,HIFU治疗提供了一种安全可靠的选择。此外,HIFU治疗术后恢复期短,患者可以快速回到正常生活和工作状态,减少了对日常生活的干扰。

另外,HIFU治疗还具有个性化的优势。根据不同患者的情况和肌腺症的特点,医生可以精确调整治疗参数,实现个性化的治疗效果。这种个性化的治疗方案可以提高疗效,并减少患者的不适感。

此外,HIFU治疗还可以保护子宫的功能,减少对生育的影响。相比之下,传统的手术切除方法会影响子宫结构和功能,给患者的生育带来困难。对于那些希望保留生育能力的女性来说,HIFU治疗是一个更加可行的选择。

要注意的是,HIFU治疗并非适用于所有的子宫肌腺症患者。对于肌腺症较大或位置特殊的患者,HIFU治疗效果不佳。在选择治疗方法时,患者应与医生进行详细的讨论和评估,制定最合适的治疗方案。

(作者供职于洛阳市新安县人民医院妇产科)

## 顺产和剖宫产的产后护理

□吕玲玲

产后护理是指孕妇分娩后,为了促进身体恢复和保障母婴的生命安全而进行的一系列护理措施。随着现代医学技术的发展,顺产和剖宫产的比例越来越接近。不过,这两种方式的产后护理存在一些差异。本文将就顺产和剖宫产的产后护理进行详细介绍。

**顺产的产后护理**  
**休息** 产后,产妇要在产房内休息2小时~4小时,以便身体逐渐恢复。此时,要注意保持休息环境的安静和温暖,避免感染。**恢复饮食** 产后,产妇需要大量的水分和营养补给,特别是蛋白质和铁质。在医生的指导下,产妇可以逐渐恢复正常饮食,特别是喝水和吃高蛋白食物,比如牛奶、鸡蛋、豆类等。

**产后排便** 产后的第一次排便会受到手术或药物的影响,所以要注意保持排便通畅,避免便秘。可以通过饮食调节和适量运动来缓解。**产后出血** 顺产后,产妇会有产后出血的现象,这是由胎盘分离后创面出血所致。在医生的指导下,产妇要定期检查出血量,注意保持外阴清洁,避免感染。**恢复锻炼** 在产后恢复期,产妇要适当锻炼,可以选择散步、瑜伽等轻度运动,以促进身体的恢复。

**剖宫产的产后护理**  
**休息** 产后,产妇需要更长时间的休息和恢复。一般需要在产房内休息4小时~6小时,然后转移到普通病房继续休息。此时,要注意保持休息环境的安静和温暖,避免感染。**恢复饮食** 与顺产相比,剖宫产后,产妇需要更加注意饮食的恢复。因为手术后产妇的胃肠道功能较弱,产妇要在医生的指导下,逐渐恢复正常饮食,特别是喝水和吃高蛋白食物,如牛奶、

鸡蛋、豆类等。**产后排便** 产后,产妇的肠胃功能会受到影响,更加需要注意排便。在医生的指导下,产妇要定期检查排便情况,避免便秘。**伤口护理** 产后,要对伤口进行特别的护理。要保持伤口的清洁干燥,避免感染。在医生的指导下,产妇要定期更换敷料,并注意观察伤口的愈合情况。**恢复锻炼** 产后,产妇需要更长时间的恢复期,需要适当的锻炼,避免剧烈运动,可以选择散步、瑜伽等轻度运动,以促进身体的恢复。

总体来说,产后护理对母婴的健康和安全至关重要。无论是顺产还是剖宫产,都要注意休息、饮食、排便、伤口护理和恢复锻炼。在医生的指导下,产妇合理安排产后护理计划,有助于促进身体的恢复和健康。  
(作者供职于新郑华信民生医院)

## 儿童发热的护理

□李炳欣

发热是机体对外来病原体或物质的一种病理生理反应,不能单纯以发热程度判断疾病的严重程度。感染性发热较多见,主要由病原体引起。从某种程度上说,发热对激活机体免疫功能是有益的。但是,小于3月龄的婴儿体温 $\geq 38$ 摄氏度、3月~6月龄婴儿体温 $\geq 39$ 摄氏度时,严重细菌感染的危险性增高,家长要高度重视。

**发热的分期及护理**  
**体温上升期** 此期产热 $>$ 散热。表现为疲乏无力、皮肤苍白、干燥无汗、畏寒、手脚冰凉,甚至寒战。此时应注意保暖:1.增加衣物,盖被子,注意躯干部不可过闷;2.摩擦手心、脚心,用热水泡脚。

**高热持续期** 此期产热和散热在较高水平趋于平衡。表现为面色潮红、皮肤灼热、口唇干燥、呼吸脉搏加快、头痛头晕、食欲下降、全身不适、软弱无力。此时应散热:1.少穿、少盖、少包裹;2.温水拭浴。水温不宜过凉,32摄氏度~34摄氏度为宜。擦拭部位及顺序为双上肢→腰背部→双下肢。注意事项:全程观察有无寒战、面色苍白、脉搏及呼吸异常

等,若发现异常,停止拭浴,及时处理。拭浴后30分钟为宝宝测量体温。拭浴时,以轻拍进行,避免摩擦,因摩擦易生热。禁忌部位为心前区、腹部、后颈、足底。**体温下降期** 此期散热 $>$ 产热,体温恢复至正常水平。表现为大量出汗、皮肤潮湿。处理:1.多喝水,补充丢失的水分;2.用干毛巾或温热水毛巾及时擦干汗液;3.及时更换湿衣服,避免着凉。

**儿童发热何时去医院**  
单纯的体温升高,皮肤、口唇颜色正常、黏膜湿润、神志清醒、哭声响亮、热退后精神反应可,无明显感染病灶,无其他伴随症状,无呼吸急促,可暂时观察。出现下面任一情况要及时就医:年龄 $<$ 3个月、无法进食及饮水、出现按压不褪色皮疹、面色苍白或发绀、皮肤花纹、神志不清或反应差、肢体活动障碍、持续哭闹、呼吸急促、心动过速、持续高热不退、抽搐等。

**热性惊厥怎么办**  
6个月~5岁的孩子会出现热性惊厥。通常有家遗传性,表现为四肢僵直、抽动,双眼上翻或斜视,面色青紫,口吐泡沫,大小便失禁,还可能短时间意识丧失,皮肤颜色较深。  
处理:1.先让患儿平放在安全舒适的地方,松开患儿的衣物;2.将患儿的头偏向一侧,及时清理掉口、鼻腔分泌物,防止可能出现的呕吐物引起窒息;3.不要试图束缚患儿的肢体,不推荐掐人中;4.赶快带患儿去儿科急诊就诊或直接拨打120。

**正确护理**  
**衣服要适量** 要以透气、宽松、纯棉为主,薄厚度适宜,出汗后要及时更换。**保持室内空气流通** 每天定时开窗通风,通风时尽量避免对对流风。**补充水分** 发热时,水分丢失多,要鼓励患儿多摄入液体,比如母乳、水、口服电解质溶液,必要时给予物理降温,口服退热药物。**充足休息** 保持安静的休息能帮助患儿更快恢复,也可让患儿做些温和的室内活动。**补充营养** 适当补充营养物质、维生素。避免吃油腻及辛辣、刺激的食物,以清淡易消化的流质或半流质食物为主。  
(作者供职于方城县人民医院儿科)

等,若发现异常,停止拭浴,及时处理。拭浴后30分钟为宝宝测量体温。拭浴时,以轻拍进行,避免摩擦,因摩擦易生热。禁忌部位为心前区、腹部、后颈、足底。**体温下降期** 此期散热 $>$ 产热,体温恢复至正常水平。表现为大量出汗、皮肤潮湿。处理:1.多喝水,补充丢失的水分;2.用干毛巾或温热水毛巾及时擦干汗液;3.及时更换湿衣服,避免着凉。

**儿童发热何时去医院**  
单纯的体温升高,皮肤、口唇颜色正常、黏膜湿润、神志清醒、哭声响亮、热退后精神反应可,无明显感染病灶,无其他伴随症状,无呼吸急促,可暂时观察。出现下面任一情况要及时就医:年龄 $<$ 3个月、无法进食及饮水、出现按压不褪色皮疹、面色苍白或发绀、皮肤花纹、神志不清或反应差、肢体活动障碍、持续哭闹、呼吸急促、心动过速、持续高热不退、抽搐等。

**热性惊厥怎么办**  
6个月~5岁的孩子会出现热性惊厥。通常有家遗传性,表现为四肢僵直、抽动,双眼上翻或斜视,面色青紫,口吐泡沫,大小便失禁,还可能短时间意识丧失,皮肤颜色较深。  
处理:1.先让患儿平放在安全舒适的地方,松开患儿的衣物;2.将患儿的头偏向一侧,及时清理掉口、鼻腔分泌物,防止可能出现的呕吐物引起窒息;3.不要试图束缚患儿的肢体,不推荐掐人中;4.赶快带患儿去儿科急诊就诊或直接拨打120。

**正确护理**  
**衣服要适量** 要以透气、宽松、纯棉为主,薄厚度适宜,出汗后要及时更换。**保持室内空气流通** 每天定时开窗通风,通风时尽量避免对对流风。**补充水分** 发热时,水分丢失多,要鼓励患儿多摄入液体,比如母乳、水、口服电解质溶液,必要时给予物理降温,口服退热药物。**充足休息** 保持安静的休息能帮助患儿更快恢复,也可让患儿做些温和的室内活动。**补充营养** 适当补充营养物质、维生素。避免吃油腻及辛辣、刺激的食物,以清淡易消化的流质或半流质食物为主。  
(作者供职于方城县人民医院儿科)

等,若发现异常,停止拭浴,及时处理。拭浴后30分钟为宝宝测量体温。拭浴时,以轻拍进行,避免摩擦,因摩擦易生热。禁忌部位为心前区、腹部、后颈、足底。**体温下降期** 此期散热 $>$ 产热,体温恢复至正常水平。表现为大量出汗、皮肤潮湿。处理:1.多喝水,补充丢失的水分;2.用干毛巾或温热水毛巾及时擦干汗液;3.及时更换湿衣服,避免着凉。

**儿童发热何时去医院**  
单纯的体温升高,皮肤、口唇颜色正常、黏膜湿润、神志清醒、哭声响亮、热退后精神反应可,无明显感染病灶,无其他伴随症状,无呼吸急促,可暂时观察。出现下面任一情况要及时就医:年龄 $<$ 3个月、无法进食及饮水、出现按压不褪色皮疹、面色苍白或发绀、皮肤花纹、神志不清或反应差、肢体活动障碍、持续哭闹、呼吸急促、心动过速、持续高热不退、抽搐等。

**热性惊厥怎么办**  
6个月~5岁的孩子会出现热性惊厥。通常有家遗传性,表现为四肢僵直、抽动,双眼上翻或斜视,面色青紫,口吐泡沫,大小便失禁,还可能短时间意识丧失,皮肤颜色较深。  
处理:1.先让患儿平放在安全舒适的地方,松开患儿的衣物;2.将患儿的头偏向一侧,及时清理掉口、鼻腔分泌物,防止可能出现的呕吐物引起窒息;3.不要试图束缚患儿的肢体,不推荐掐人中;4.赶快带患儿去儿科急诊就诊或直接拨打120。

**正确护理**  
**衣服要适量** 要以透气、宽松、纯棉为主,薄厚度适宜,出汗后要及时更换。**保持室内空气流通** 每天定时开窗通风,通风时尽量避免对对流风。**补充水分** 发热时,水分丢失多,要鼓励患儿多摄入液体,比如母乳、水、口服电解质溶液,必要时给予物理降温,口服退热药物。**充足休息** 保持安静的休息能帮助患儿更快恢复,也可让患儿做些温和的室内活动。**补充营养** 适当补充营养物质、维生素。避免吃油腻及辛辣、刺激的食物,以清淡易消化的流质或半流质食物为主。  
(作者供职于方城县人民医院儿科)

# 早产儿的营养管理

□唐倩

近年来,我国早产儿数量呈明显上升趋势,发生率为5%~10%。早产儿是指在胎龄37个月以前出生的活产婴儿。由于各个系统和器官都没有发育成熟,其死亡率远高于足月儿。且胎龄越小,出生体重越低,发病率、死亡率也越高。

早产儿的营养是非常重要的。因各种因素的影响,早产儿发生宫外生长迟缓的比例很高。因此,营养支持对早产儿的生长发育有重要意义,应加强对早产儿的营养管理。

早产儿的理想饮食应能使婴儿的生长速度接近正常妊娠时的宫内生长速度,且不会对发育中的代谢及排泄系统造成负担。

**早产儿的营养管理**

- 1.建议高能量密度,能量推荐量为110千焦/千克/天~130千焦/千克/天。
- 2.食用高含量、易消化的蛋白质和脂肪,蛋白质推荐量为3.0克/千克/天~3.5克/千克/天,脂肪推荐量为5.0克/千克/天~7.0克/千克/天。
- 3.充足的可被迅速利用热能的碳水化合物,新生儿高度依赖葡萄糖作为脑代谢的能量来源,推荐量为11.6克/千克/天~13克/千克/天。
- 4.维生素和矿物质组合均衡,早产儿体内铁贮存量少,母乳中铁含量低,可选择强化铁的配方奶粉补充。

**早产儿的喂养建议**

无消化道畸形及严重疾患,能耐受胃肠道喂养的早产儿,应尽早开始喂养。出生体重 $>$ 1000克,且病情相对稳定者,可于出生后12小时内开始喂养。有严重围产窒息、脐动脉插管或超低出生体重儿者(出生体重 $<$ 1000克),可适当延迟喂养时间至24小时~48小时。喂养方式的选择取决于吸吮、吞咽、呼吸及三者间协调的发育成熟度。

**经口喂养** 适用于胎龄 $\geq 34$ 周、吸吮和吞咽功能好、病情稳定、呼吸 $<$ 60次/分钟的早产儿。

**管式喂养** 适用于 $<$ 34周、吸吮和吞咽功能不协调或由于疾病因素不能直接喂养的早产儿。包括间歇管饲法和持续管饲法,临床一般采用前者,后者用于严重胃食管反流者。

**微量喂养** 适用于极(超)低出生体重儿和病情较危重的早产/低出生体重儿在转变期的喂养。每天小于20毫升/千克的奶量,且均匀分成6次~8次,母乳或早产配方奶喂养,奶液不必稀释。如能耐受,则逐渐加量,在5天~7天内加到20毫升/千克/天。这种微量喂养方式是以促进胃肠道功能成熟、帮助尽早从肠外营养过渡到经口喂养为目标。

**非营养性吸吮** 在管饲喂养期间,早产儿采用非营养性吸吮,有利于促进胃肠动力和胃肠功能的成熟,使早产儿胃肠分泌增加、消化增强,缩短管饲喂养到经口喂养的时间,增加安静睡眠时间。

**增加奶量** 在稳定生长的情况下,早产儿应渐进地增加奶量,一天增加量以不超过一次奶量为宜,且要均匀分成6次~8次,以免发生喂养不耐受。

早产儿应定期体检,监测生长发育,评估身高、体重增长情况。根据发育情况,调整饮食,进行积极、合理、科学的营养管理。  
(作者供职于商丘市第一人民医院新生儿科)

## 什么是脐带脱垂

□晁利娜

脐带脱垂比较罕见,是在产程中脐带先于胎儿下降进入产道,导致脐带被压迫、断裂或缺血,危及胎儿和产妇的性命。因此,了解什么是脐带脱垂非常重要。

**脐带脱垂的定义**  
脐带脱垂是指在分娩过程中,胎儿的脐带先于其先露部位下降至宫颈口以下的产道位置,导致脐带在产程中受到压迫或缺血。这种情况通常发生在胎儿的头部未完全充填骨盆的情况下,使得脐带能够先于胎儿进入产道。脐带脱垂会引起严重的潜在危险,因为压迫或缺血会导致胎儿缺氧不足,甚至窒息。

**脐带脱垂的病因**  
脐带脱垂的病因尚不完全清楚,但以下因素会增加其发生的风险:1.低置胎盘:当胎盘位于子宫下段的位置时,脐带更容易在宫缩期间滑入产道;2.羊水过多:过多的羊水降低了胎儿在子宫中的定位,使得脐带更容易滑入产道;3.胎儿小头或胎位异常:胎儿小头或胎位异常导致胎儿未能完全填满骨盆,增加脐带脱垂的风险。

**脐带脱垂的诊断和处理**  
通常是根据以下症状和体征进行脐带脱垂的诊断:1.脐带脱出:在宫颈口以下的产道中能触及或看到脐带;2.强烈的脐带搏动:脐带受压迫时,血流受阻会引起强烈的脐带搏动感。

**脐带脱垂的预防措施**  
尽管无法完全预测或避免脐带脱垂,但以下预防措施可帮助降低其发生的风险:1.定期产检:定期进行产道检查,包括超声检查和胎儿监测,以及评估胎盆的位置和羊水的量;2.注意胎位和头部充填:定期监测胎位和胎儿的头部充填情况,确保胎儿能够完全填满骨盆;3.避免过多的羊水:过多的羊水会增加脐带脱垂的风险;4.及早采取行动:一旦发现脐带脱垂的迹象,比如脐带脱出,应立即通知医疗团队,并采取紧急措施。  
(作者供职于新乡市中心医院产二科)

## 备孕前口腔检查的重要性

□刘雄

对于想要怀孕的夫妇来说,备孕前的准备工作非常重要。其中之一是口腔检查。本文将详细介绍为什么备孕前需要进行口腔检查,以及检查的注意事项和必要性。

**口腔健康与孕育健康的关系**  
口腔疾病(牙龈炎、牙周炎、龋齿等)不仅会影响口腔健康,还会引发身体其他部位的疾病,例如心脏病、糖尿病、早产等。其中,牙龈炎、牙周炎是影响怀孕的两大口腔疾病。牙周炎患者常常存在细菌感染,这些细菌进入血液循环后,对孕妇和胎儿产生不利影响。孕妇患有牙周炎的概率是未怀孕女性的两倍,同时,患有牙周炎的孕妇更容易

早产或出现低出生体重婴儿等问题。因此,在备孕前进行口腔检查,及时发现和治疗口腔疾病,可以降低孕妇患上相关疾病的风险,提高怀孕成功率。

**检查内容和注意事项**  
口腔检查一般包括口腔内部的全面检查和口腔X光检查。其中,口腔内部的全检查需要由专业的口腔医生进行。检查时,医生会检查口腔黏膜、牙龈、牙齿、咽喉等部位,检查是否存在炎症、出血、肿胀等异常情况。另外,医生还要检查口腔内是否有龋齿、缺牙等问题,针对性地给出治疗建议。在检查前,要注意以下几点事项:

1.停用口腔药品:如果正在使用口腔药品,应该提前停用,以免影响口腔检查的准确性。如果必须使用药品,则需要告知医生。2.避免过度刷牙:在检查前,应避免过度刷牙,以免造成口腔损伤,影响检查结果。

**口腔检查的必要性**  
1.预防口腔疾病:通过口腔检查,可以及时发现口腔疾病,并给出治疗建议,从而降低患病风险。2.降低孕产妇和胎儿的风险:一些口腔疾病不仅会影响口腔健康,还会对孕产妇和胎儿的健康造成不利影响。通过口腔检查,可以及时发现和治疗疾病,降低孕产妇和胎儿的风险。3.提高孕育成功率:一些口腔疾病不仅会对孕育过程造成不利影响,还可能导致妊娠并发症。通过口腔检查,可以及时发现和治疗这些疾病,从而提高孕育成功率。

和胎儿的风险。  
3.提高孕育成功率:一些口腔疾病不仅会对孕育过程造成不利影响,还可能导致妊娠并发症。通过口腔检查,可以及时发现和治疗这些疾病,从而提高孕育成功率。

**如何保持口腔健康**  
除了定期进行口腔检查外,这些习惯有助于保持口腔健康:  
**刷牙** 每天至少刷两次牙,每次刷牙不少于两分钟。  
**使用牙线** 每天使用牙线清洁牙缝,避免牙菌斑的形成。  
**控制饮食** 避免高糖、高脂肪的食物及酸性饮料等对牙齿有害的食品。

和胎儿的风险。  
3.提高孕育成功率:一些口腔疾病不仅会对孕育过程造成不利影响,还可能导致妊娠并发症。通过口腔检查,可以及时发现和治疗这些疾病,从而提高孕育成功率。