

产后出血的预防措施

□刘卫霞

产后出血分为早期产后出血和晚期产后出血。我国将出血发生于分娩后24小时内的称为早期产后出血,以产后1小时~2小时出血最为常见;若出血发生于产后24小时至产后6周,则称为晚期产后出血,以产后1周~2周发病最为常见。产后出血是产科常见且非常严重的并发症,为了防止其危及产妇的生命安全,可根据孕周采取不同的预防措施。

重视产前保健
女性要做好计划生育,避免生育过多或多次做人流手术。
加强孕前及孕期的保健工作,对有凝血功能障碍和可能影响凝

血功能疾病的患者,应积极治疗后受孕,必要时应于早孕阶段终止妊娠。

全面的产前检查很重要,有产后出血高危因素的产妇,若有贫血、血液系统疾病等情况,应及时治疗;如果是双胎、羊水过多、妊娠期高血压疾病者,应提前住院待产。有产后出血史的产妇,分娩前要做好产后出血的预防及分娩时的抢救准备工作。

合理控制饮食
产妇要合理控制饮食,避免体重增长过快,以免胎儿过大。
提高分娩质量
在生产过程中,产妇要注意水分及营养的补充,避免过度疲劳。

医务人员要帮助产妇消除顾虑,保持心情舒畅。
医务人员应指导产妇正确的分娩方式,使产妇顺利分娩。

加强产后观察
医务人员要密切观察产妇的生命体征、阴道出血量和宫缩情况,检查产道是否有裂伤及阴道血肿等情况,并及时正确处理。
产妇要尽早排尿,以免膀胱膨胀,影响子宫收缩,尽早进行哺乳,可以刺激子宫收缩,减少阴道出血量。

急救方法
准确评估出血量 评估出血量是产后出血急救的重要步骤。错误低估出血量,产妇将会错过治疗

和抢救的最佳时机。产后出血量一般通过目测或者称重吸附材料来评估,定量分析比主观预测更能准确地评估出血量。以前,目测评估的出血量往往都低于实际出血量,随着出血计量方法愈加规范化,逐步淘汰主观预测而选择有效收集血液后称重或测量容积等方法,对产后出血量的评估已经越来越准确。

积极使用强效缩宫剂
产后出血发生后,应积极使用强效缩宫剂进行治疗,尤其当出血原因明确为宫缩乏力后,更应尽快使用强效缩宫剂,以达到止血的目的,防止病情进展为大出血。产后出血是急

症,仅几分钟出血即可发展为严重的产后出血,甚至使产妇失去抢救时机。因此,医生应尽快使用强效缩宫剂,达到止血的目的。

合理采用手术止血方式
产后出血的治疗应遵循“先无创、后有创,先简单、后复杂”的原则,药物治疗无效时,医生应该尽早采取手术止血措施,包括子宫腔纱布填塞术、子宫压迫缝合术、血管结扎术、血管介入治疗、子宫切除术等。这些手术止血方式在前置胎盘、胎盘植入性疾病、凶险性前置胎盘等剖宫产术中应用较多。
(作者供职于鹤壁市妇幼保健院妇产科)

常见儿童意外伤害的应对方法

□田凤城

家庭急救护理对于每个家庭来说都非常重要,特别是对于有孩子的家庭。儿童在成长过程中,经常会发生各种意外伤害,如摔伤、擦伤、烧伤等。家长掌握一些基本的家庭急救护理知识,可以应对这些意外伤害,减轻儿童的痛苦,避免不必要的风险。本文主要讲解常见儿童意外伤害的应对方法,帮助家长更好地照顾儿童,以保障儿童的健康成长。

擦伤、切割伤
止血 首先用干净的纱布或手帕压迫伤口,有助于止血。
清洁伤口 用温水清洗伤口,去除伤口周围的污垢。
使用消毒药水 涂抹适量的消

毒药水,如75%酒精或碘伏,可以预防感染。

覆盖伤口 使用创可贴或无菌纱布覆盖伤口,保护伤口并防止污染。

观察伤口情况 注意观察伤口是否有感染迹象,如红肿、疼痛、发热等症状。

扭伤、拉伤
立即停止活动 让儿童立即停止受伤部位的活动,避免加重伤情。

冷敷 在扭伤后24小时,受伤部位可以使用冰袋或冷毛巾进行冷敷。

加压包扎 使用绷带或弹性绷带对受伤部位进行加压包扎,以减

轻疼痛和肿胀程度。

抬高受伤部位 将受伤部位抬高至心脏位置以上,有助于减轻肿胀和充血。

观察伤情变化 注意观察受伤部位的情况,如疼痛、肿胀、瘀血等症状是否加重或缓解。

烧伤、烫伤
立即移开热源 迅速移开热源,如热汤、热水、热锅等,避免热量继续传递到儿童身上。

冷却受伤部位 将受伤部位放入冷水中或用冷湿毛巾敷在受伤部位,有助于缓解疼痛和减轻肿胀程度。

不要剥脱烧伤的皮肤 不要强行剥脱烧伤的皮肤,以免加重伤

情。

使用无菌敷料 使用干净的无菌敷料覆盖烧伤部位,防止细菌侵入伤口。

观察伤口变化 观察烧伤部位的情况,如红肿、疼痛、水泡等症状是否加重或缓解。

吞食异物
判断异物的性质 了解儿童吞食的异物性质,如尖锐物品、电池等,以便采取正确的处理方法。

立即拨打急救电话 发现儿童吞食异物后,家长应立即拨打急救电话,向医生说明情况,听从医生的指导进行处理。

就地等待救援 发现儿童吞食异物后,家长不要让儿童吞下其他

食物或水,以免加重伤情,要等待救援人员的到来。

观察儿童的呼吸情况 家长要观察儿童的呼吸是否顺畅,是否有窒息的迹象。

及时就医 发现儿童吞食异物后,家长要及时带儿童到医院进行检查和治疗,确保儿童的安全。

家庭急救护理对于儿童的健康成长非常重要。在日常生活中,家长应该了解并掌握一些基本的急救护理知识,以便在儿童发生意外伤害时能够及时进行处理。同时,家长还应该加强对儿童的安全教育,增强儿童的安全意识和自我保护能力,预防意外伤害的发生。
(作者供职于单县中心医院)

宫颈癌的筛查与预防

□苏平

宫颈癌是女性常见的恶性肿瘤之一,而HPV(人乳头瘤病毒)感染是导致宫颈癌的主要原因。接种HPV疫苗和进行早期筛查,可以有效预防和控制宫颈癌。本文主要介绍HPV疫苗的类型、宫颈癌的早期筛查方法,以及预防措施等知识,旨在帮助女性了解和预防宫颈癌。

HPV疫苗的类型
HPV疫苗是一种预防性疫苗,可以有效预防HPV感染和宫颈癌。目前,我国已经引入了二价HPV疫苗、四价HPV疫苗和九价HPV疫苗。

二价HPV疫苗 二价HPV疫苗可以预防HPV16型和HPV18型病毒的感染,这两种病毒是导致宫颈癌的主要原因之一。该疫苗适用于年龄在9岁~25岁的女性,通

常需要接种2剂疫苗。

四价HPV疫苗 四价HPV疫苗可以预防HPV6型、HPV11型、HPV16型和HPV18型病毒的感染,其中HPV6型和HPV11型是导致生殖疣的主要病毒。该疫苗适用于年龄在9岁~45岁的女性。

九价HPV疫苗 九价HPV疫苗可以预防HPV6型、HPV11型、HPV16型、HPV18型、HPV31型、HPV33型、HPV45型、HPV52型和HPV58型病毒的感染。该疫苗适用于年龄在9岁~45岁的女性,通

常需要接种3剂疫苗。

早期筛查方法
除了接种HPV疫苗外,定期进行宫颈癌筛查,也是预防宫颈癌的重要措施之一。常用的宫颈癌早期筛查方法包括以下几种。

宫颈涂片检查 宫颈涂片检查是一种简单、经济的宫颈癌筛查方法,通过采集宫颈细胞样本,检测是否有癌前病变或宫颈癌。建议女性每年进行1次宫颈涂片检查。

宫颈液基细胞学检查 宫颈液基细胞学检查是一种较为先进的

宫颈癌筛查方法,通过采集宫颈细胞样本,用液基技术进行处理和分析,检测是否有癌前病变或宫颈癌。该方法具有更高的准确性和特异性,但价格相对较高。建议女性每2年~3年进行1次宫颈液基细胞学检查。

宫颈活检 宫颈活检是一种有创的宫颈癌筛查方法,通过采集宫颈组织样本进行病理检查,以诊断宫颈癌或癌前病变。如果宫颈涂片检查或宫颈液基细胞学检查发现异常,需要进行宫颈活检,进行

确诊。

预防措施
除了接种HPV疫苗和进行早期筛查外,以下一些预防措施,可以帮助女性预防宫颈癌。

女性要注意个人卫生,保持外阴清洁,避免不洁性行为;定期进行妇科检查,及时发现和治疗宫颈病变;适度运动,增强免疫力,避免吸烟和过度饮酒;避免有多个性伴侣;注意饮食营养均衡,摄入足够的维生素和矿物质。

总之,预防宫颈癌需要从多个方面入手,包括接种HPV疫苗、进行早期筛查,以及采取预防措施等。女性应该经常关注自身健康,增强预防意识,降低宫颈癌的发生风险。
(作者供职于潍坊市妇幼保健院妇科)

第三代试管婴儿技术的适应证

□张福利

经过40多年的发展,试管婴儿技术已经成为临床上解决不孕不育问题的有力“武器”。很多人对于试管婴儿技术不再陌生,但与此同时,又对试管婴儿技术(尤其是第三代试管婴儿技术)有一些误解。那么,第一代试管婴儿技术、第二代试管婴儿技术、第三代试管婴儿技术是怎么区分的?是不是第三代试管婴儿技术最好呢?

试管婴儿俗称体外受精-胚胎移植技术,通常可分为:1.常规体外受精-胚胎移植(国内俗称第一代试管婴儿技术)将女方体内取出的卵子和男方体内取出的精子放在一起,让其自由结合,最接近自然怀孕时候的受精情况;2.卵母细胞胞浆内单精子显微注射(国内俗称第二代试管婴儿技术)将男方体内取出的精子优选出一条,用显微注射针注入卵子内使其受精;3.胚胎植入前遗传学诊断/筛查(国内俗称第三代试管婴儿技术)是在第二代试管婴儿技术的基础上,对发育3天或者5天~6天的胚胎进行胚胎活检,检测其染色体及基因有无异常,筛选出正常的胚胎进行移植。

通常我们说第一代试管婴儿技术、第二代试管婴儿技术、第三代试管婴儿技术是由于其临床应用的时间先后不同,并非是更新换代,没有优劣之分,三者的临床适应证不同。

第一代试管婴儿技术适应证:女方存在配子运送障碍(输卵管阻塞等)、排卵障碍、子宫内腺异位症等情况,男方存在少精子症、弱精子症、畸形精子症、免疫性不孕与不明原因不孕等情况。

第二代试管婴儿技术适应证:男方存在严重的少精子症、弱精子症、畸形精子症,以及不可逆转的梗阻性无精子症、生精功能障碍(排除遗传缺陷所致)、免疫性不育、体外受精失败、精子顶体异常等情况。

第三代试管婴儿技术适应证:染色体数目或结构异常者;夫妻一方为性连锁遗传病的携带者;可进行基因诊断的单基因病患者或者携带者;用于解决骨髓移植供体来源困难时的HLA(人类白细胞抗原)配型者;反复种植失败者;高龄者等。

第三代试管婴儿技术胚胎活检,根据活检对象的不同,可分为以下几种:

极体活检 极体活检主要检测胚胎来自母源性的遗传信息,对胚胎后续发育影响较小。

卵裂球活检 卵子受精后体外培养至第三天时,取出1个或2个卵裂球进行遗传学检测,不影响胚胎的发育潜能。

囊胚活检 囊胚活检是从囊胚的滋养外胚层分离部分细胞进行活检。目前,这是临床上主要的胚胎活检方法。

胚胎活检是影响第三代试管婴儿技术成功率的一项重要重要操作。因此,在保证获取足够量的遗传物质用于遗传学检测的前提下,有经验的医生会尽量减少胚胎活检对胚胎造成的不必要损伤。

因此,想要借助试管婴儿技术解决不孕不育问题的育龄夫妇,应到正规医疗卫生机构就诊,医生会根据具体情况制定适合患者的治疗方案。

(作者供职于郑州大学第一附属医院)

如何预防小儿腹泻

□张伟伟

小儿腹泻是指宝宝排便次数增加、大便稀水样或呈黄绿色,并伴有腹胀、腹痛等症状。小儿腹泻的常见原因包括感染、食物过敏、饮食因素、天气因素等。对于家长而言,处理小儿腹泻是一项重要的任务。以下是一些实用的方法,可以帮助家长更好地应对小儿腹泻。

如何预防
预防小儿腹泻比治疗更重要。以下是预防小儿腹泻的措施,可以降低宝宝患病的风险。

健康饮食 家长要给宝宝提供新鲜、干净的食物,避免喂食过期或不洁的食物;避免给宝宝食用高风险食物,如未煮熟的肉类、生冷食物和容易滋生细菌的食物等。

养成良好的卫生习惯 家长要勤洗手,确保使用肥皂和流动的水进行充分清洁。保持宝宝的居住环境整洁,并定期清洗宝宝的玩具和床上用品。

母乳喂养 母乳喂养可以提高宝宝的免疫力,降低感染的风险。母乳喂养至少进行6个月,在宝宝4个月~6个月时,可以逐渐添加辅食。

及时接种疫苗 家长要给宝宝及时接种相关疫苗,如腹泻相关的疫苗和其他常规疫苗。接种疫苗可以帮助宝宝的免疫系统更好地抵抗细菌的侵袭。

避免室内外污染 家中要经常开窗通风,保持室内空气流通,防止霉菌滋生。家长应避免让宝宝与患者接触,并不带宝宝去人员密

集、空气不流通的公共场所。

怎样治疗
治疗小儿腹泻需要综合考虑病因、症状,以及患儿的年龄和身体状况。以下是一些常用的小儿腹泻治疗方法。

维持水分平衡 腹泻会导致患儿丢失大量的水分。非常重要。家长可以给患儿喂适量温水或盐水等,以保持水平衡。

调整饮食 在腹泻期间,患儿的肠胃功能较弱,消化吸收能力下降。因此,家长需要调整患儿的饮食方案;患儿可以吃稀饭、面汤、蒸鸡蛋羹等清淡、易消化的食物,避免摄入高纤维、油腻、刺激性食物。

使用口服药物 对于病因明确的腹泻,医生会使用口服药物进行治疗。例如,细菌感染引起的腹泻,医生会开具抗生素;病毒感染引起的腹泻,医生会给予其他对症治疗的药物。

避免使用止泻药 治疗小儿腹泻,不能随意使用止泻药。这些药物会阻止病原体的排出,使患儿的病程延长,或导致其他并发症。

使用益生菌 益生菌可以帮助患儿恢复肠道健康,增加有益菌群数量。

观察和休息 在治疗过程中,患儿需要充分休息,以促进身体康复。同时,家长要密切观察患儿的症状变化,如发热、脱水等,及时咨询医生。
(作者供职于郾城县第一人民医院)

小儿神经磁共振检查在不同疾病中的应用

□王长辉

小儿神经磁共振检查是一项非侵入性的神经影像学技术,广泛应用于儿童神经系统疾病的诊断和评估。它通过磁场和无害的无线电波来生成详细的图像,以帮助医生诊断和治疗小儿神经系统疾病。本文主要介绍小儿神经磁共振检查在不同疾病中的应用。

检查原理
小儿神经磁共振检查是使用强大的磁场和无线电波与体内的原子核相互作用,产生图像。这些图像以横截面的方式呈现,可以显示患儿的脑部结构、血管、神经纤维等。这些图像是通过信号的强度和位置来构建的,医生可以通过

不同的图像序列获得不同类型的信息。

在小儿脑部损伤中的应用
小儿神经磁共振检查在诊断小儿大脑部损伤方面发挥着重要的作用。

颅内出血 小儿颅内出血是一种严重的疾病,医生需要做出迅速而准确的诊断。小儿神经磁共振检查可以清晰显示出血的位置、大小和形状。这些图像不仅可以用于诊断,还可以帮助医生决定患儿是否需要手术干预。

脑震荡 脑震荡是小儿常见的头部创伤后的神经问题。小儿神经磁共振检查能够检测出患儿脑

部损伤后的征兆,包括脑组织的水肿和出血情况。这有助于医生评估损伤的严重程度,决定是否需要特殊治疗或监测。

在小儿癫痫中的应用
小儿癫痫是一种常见的神经系统疾病,对于其诊断和管理,小儿神经磁共振检查发挥着关键的作用。

小儿神经磁共振检查可以帮助医生确定癫痫的病因。通过小儿神经磁共振检查,医生可以检测出脑内异常结构、脑瘢痕或其他异常情况。该检查有助于医生确定癫痫的类型和病因,为制订治疗计划提供依据。在一般情况下,药物

治疗癫痫可能效果不佳,此时手术治疗是必要的选择。小儿神经磁共振检查可以帮助医生精确定位癫痫源,并规划手术的路径,减少对正常脑组织的影响。

在小儿脑肿瘤中的应用
小儿脑肿瘤是小儿神经系统疾病的一种常见类型。小儿神经磁共振检查在检测脑肿瘤方面非常有价值。

小儿脑肿瘤的神磁共振检查表现因肿瘤类型而异,但通常包括肿瘤的位置、大小和边缘特征。这些信息对于决定治疗方法和跟踪肿瘤的生长情况非常关键。

在小儿神经系统发育异常中的应用

小儿神经系统发育异常包括脑发育不全、脑结构异常等疾病。小儿神经磁共振检查可以清晰地显示这些异常,帮助医生确定疾病的性质和严重程度。该检查还可以用于早期筛查,以便早期干预和治疗。

在小儿脑血管疾病中的应用
小儿脑血管疾病(如脑出血、脑梗死和动脉瘤)会导致患儿出现严重的神经系统损伤。小儿神经磁共振检查可以提供详细的血管

图像,帮助医生确定病变的位置和程度,对于制订治疗计划和预后至关重要。
(作者供职于潍坊市妇幼保健院)

怎样维护乳房健康

□张三军

乳房不仅关乎女性的美丽和自信,还承载着身体健康的重要使命。本文主要介绍乳房疾病的相关知识。

乳房的作用
乳房由腺体、导管和脂肪组成。腺体负责生产乳汁,导管将乳汁输送到乳头,脂肪则在乳房周围提供支持和填充。

乳房的主要功能是哺育婴儿。女性怀孕后,在激素的作用下,乳腺会增大,并在分娩后开始分泌乳汁。

有什么变化
乳房是一个动态器官,会随着女性的生活和激素水平发生变化,如月经周期、妊娠期和哺乳期等。

乳房在月经周期会经历变化。在月经前后,乳房可能会变得敏感、紧实,有一些女性还会出现胀痛的感觉。这些变化通常是正常的,与激素水平的波动有关。

怀孕后,乳房会变得更大、更坚实,准备分泌乳汁,以喂养婴儿。在哺乳期间,乳房会持续生产乳汁,直到婴儿断奶。

随着年龄的增长,乳房中的脂肪比例可能会增加,而腺体组织可能会减少。这会导致乳房的外观和质地发生变化。此外,生活方式,如饮食、锻炼和体重,也会影响乳房的健康。

乳腺疾病
乳腺癌是女性常见的癌症之一,通常发生在乳房腺体组织中。患者可以通过定期乳腺自检、临床乳腺检查和影像学检查来

早期发现病变。早期诊断和治疗是影响乳腺癌预后的关键因素。

乳腺纤维瘤 乳腺纤维瘤是一种常见的良性乳腺肿瘤,通常在年轻女性中较常见。它们可能会导致乳房疼痛和不适感。

乳腺囊肿 乳腺囊肿的内容物多为液体,可能会引起胀痛和不适症状。大多数乳腺囊肿是良性的。

乳腺增生 乳腺增生是一种常见的疾病。该病是乳腺组织的非癌性生长和增加,通常在乳腺内形成一个或多个小的囊肿、结节或纤维组织增生区域。这些异常的乳腺组织生长可能导致乳房出现胀

痛、不适感。

如何预防乳腺疾病
针对乳腺常见问题,我们要采取一些措施及尽早进行预防或者干预。

定期进行自我检查 定期自我检查乳房是一种早期发现问题的方法。女性要学会正确的乳房自检方法,并每个月进行一次;如果发现任何异常,要及时到医院就诊。

女性还应定期到医院接受专业的乳腺检查。尤其是40岁以上的女性,定期进行乳腺检查,可以早期发现潜在问题。
保持良好的生活习惯 保持

良好的生活习惯,可以降低乳腺疾病的风险。在日常生活中,女性要摄入足够的蔬菜和水果,把体重控制在标准范围内,适度运动。如果女性长期处于压力过大的状态,可能会对乳腺健康产生负面影响。女性应保持乐观的心态,避免精神压力过大。

乳房是女性身体健康的一部分,了解它、关爱它、保护它非常重要。定期进行检查,保持良好的生活习惯,可以帮助我们维护乳房健康,提高生活质量。
(作者供职于新乡医学院第一附属医院滑县医院普外科)