

孕期超声检查的必查项目有哪些

□李银霞

在女性怀孕期间,为了维护母婴健康,医生会建议进行一系列产前检查。其中,孕期超声检查是非常重要的一项。这项检查是利用超声波技术透过孕妇的腹部,对胎儿进行细致的观察和评估。那么,在孕期的不同阶段,都需要进行哪些超声检查呢?

什么是孕早期超声检查

孕早期超声检查是女性怀孕后的第一次超声检查,通常在怀孕的第6周~第8周进行。这次检查的主要目的是确认胚胎是否在子宫内正常着床,即宫内孕,以排除宫外孕等异常情况。

在孕早期超声检查中,医生会观察孕囊的位置和大小,以及胚胎的发育情况。孕囊是女性怀孕初期包裹胚胎的囊状结构,其位置和大小可以反映胚胎的发育状况。同时,医生还会观察胚芽和胎心等关键指标,以确认胚胎是否存活并正常发育。

NT检查(颈项透明层厚度检查)

NT检查通常在孕11周~孕13周+6天进行,它是一项通过测

量胎儿颈项部皮下无回声透明层最厚部位的检查,用于评估胎儿是否可能患有染色体异常疾病的风险。染色体异常疾病是一类严重的遗传性疾病(如唐氏综合征等),患儿出生后可能面临智力障碍、生长发育迟缓等问题。

在NT检查中,医生会利用超声波测量胎儿颈项透明层的厚度。如果厚度超过正常范围,可能提示胎儿存在染色体异常的风险。此时,医生会建议孕妇进行进一步的检查,如羊水穿刺或无创DNA(脱氧核糖核酸)检测等,以明确诊断。

中孕期系统超声筛查

中孕期系统超声筛查是孕期超声检查中最为全面和详细的一次检查,通常在孕18周~孕24周进行。这次检查的主要目的是对胎儿的各个部位进行细致的观察和评估,以发现可能存在的结构异常。

在系统超声筛查中,医生会按照一定的顺序对胎儿的各个部位进行检查,包括头部、颜面、脊

柱、心脏、腹部、四肢等。他们会观察这些部位的结构是否完整、比例是否协调、是否存在异常回声等。如果发现任何可疑的异常情况,医生可能会建议进行进一步的检查或咨询相关专家。

此外,中孕期系统超声筛查还可以对胎儿的生长发育情况进行评估。通过测量胎儿的双顶径、头围、腹围和股骨长等指标,医生可以大致估计胎儿的体重和发育状况,从而判断是否与孕周相符。

孕晚期超声检查

孕晚期超声检查通常在孕28周及以后进行,这是孕期的最后一次超声检查。这次检查的主要目的是评估胎儿的生长发育情况、胎盘的位置和成熟度、羊水的量以及胎儿的脐带血流情况等。

在孕晚期超声检查中,医生会观察胎儿的胎位是否正常,即胎儿在子宫内的姿势和位置是否有利于顺利分娩。同时,他们还会评估胎盘的位置和成熟度。胎

盘是胎儿与母体之间进行物质交换的重要器官,其位置和成熟度对胎儿的生长发育具有重要影响。如果胎盘位置过低或过早老化,可能会影响胎儿的营养供应和氧气交换。

此外,医生还会测量羊水的量。羊水是充满在羊膜腔内的液体,对胎儿的生长发育起着重要的保护作用。如果羊水量过多或过少,都可能提示胎儿存在异常情况。同时,医生还会观察胎儿的脐带血流情况。脐带是连接胎儿与胎盘的纽带,胎儿可以通过它获得营养和氧气。如果脐带血流异常,可能会影响胎儿的生长发育甚至生命安全。

总之,孕期超声检查是保障母婴健康的重要手段之一。通过定期的超声检查,医生可以及时发现并处理可能存在的胎儿异常情况,为孕妇和胎儿的安全提供有力保障。

超声检查的注意事项

在进行孕期超声检查时,孕妇需要注意以下几点。

新生儿黄疸的治疗与护理

□欧枝进

什么是新生儿黄疸

新生儿黄疸就是新生儿皮肤、巩膜(眼白)出现黄染的现象。这通常是由于新生儿体内胆红素水平过高导致的。胆红素是红细胞分解后产生的一种物质,正常情况下,肝脏会将其处理并排出体外。但在新生儿期,由于多种原因,胆红素可能会在体内积累,导致黄疸的出现。

根据黄疸的发生原因和时间,我们可以将其分为生理性黄疸和病理性黄疸。生理性黄疸是新生儿期的常见现象,通常在出生后2天~3天出现,4天~6天达到高峰,然后逐渐消退,一般不超过2周。而病理性黄疸则可能由于疾病、感染、溶血等原因导致,出现时间早、持续时间长、黄疸程度重,甚至可能伴随其他症状。

新生儿黄疸的判断与监测

要判断新生儿黄疸是否正常,我们需要从黄疸的出现时间、严重程度和是否伴随其他症状等方面进行观察。一般来说,发生生理性黄疸的宝宝除了皮肤黄染外,其他状况良好,吃奶、睡觉、大小便都正常。而发生病理性黄疸的宝宝可能会出现精神萎靡、食欲不振、体温异常等症状。

除了观察症状外,我们还可以通过实验室检查来了解新生儿的胆红素水平。医生会根据胆红素水平和其他相关检查结果来判断黄疸的类型和严重程度。

新生儿黄疸的治疗与护理

对于生理性黄疸的宝宝,通常无须特殊治疗,只要保证充分

哺乳,保持新生儿排便通畅,适当的阳光照射即可。阳光中的蓝光可以帮助降低胆红素水平,但需注意避免阳光直射眼睛和皮肤晒伤。

对于病理性黄疸的宝宝,医生会根据具体情况采取相应的治疗措施。药物治疗是一种常见的方法,通过使用药物来帮助肝脏处理并排出胆红素。光疗也是一种有效的治疗方法,通过将新生儿置于特殊的蓝光灯下,利用蓝光的作用降低胆红素水平。在严重的情况下,可能还需要进行换血治疗等其他治疗方法。

在治疗过程中,新生儿的护理也是非常重要的。家长需要密切观察宝宝的病情变化,及时就医。同时还要注意保暖、避免感染、保持室内空气流通等护理措施。

黄疸的预防与控制

黄疸的预防和控制对于新生儿的健康非常重要。通过采取一系列预防措施,可以有效降低新生儿黄疸的发生率和严重程度。

孕期保健是预防新生儿黄疸的重要一环。孕妇应保持健康的生活方式,规律作息,均衡饮食,避免孕期感染和不必要的药物使用。同时,定期产检检查也有助于及早发现并处理可能导致新生儿黄疸的高危因素。

新生儿出生后的护理也是预防黄疸的关键。出生后应尽早开奶,促进胎便排出,减少胆红素的吸收。保持皮肤清洁,避免皮肤感染,也是预防黄疸的重要措施。此外,合理的喂养和充足的营养供给也有助于降低新

生儿黄疸的发生风险。

除了预防措施外,定期监测黄疸指数也是控制黄疸的有效手段。家长应学会观察新生儿皮肤颜色的变化,并使用黄疸仪等工具进行监测。一旦发现黄疸,应及时就医,按照医生的建议进行早期治疗,防止病情恶化。

新生儿黄疸的误区与澄清

在对待新生儿黄疸的问题上,存在一些常见的误区。例如有人认为新生儿黄疸是正常现象无须治疗,但实际上病理性黄疸需要及时干预以防止对新生儿的健康造成不良影响。还有人认为新生儿黄疸会自动消退不需要关注,这也是错误的观念。因为忽视黄疸可能引发其他并发症如核黄疸等严重问题。此外,关于新生儿黄疸与母乳的关系也存在误区,有人认为需要停止母乳喂养,但实际上,只有严重的母乳性黄疸才需要暂停母乳喂养。

因此,家长应该保持理性,避免过度恐慌或轻视黄疸问题,遵循医生的诊断和治疗建议,学习科学知识,正确认识新生儿黄疸并加强家庭护理以促进新生儿健康成长。

家长在应对新生儿黄疸时,应保持冷静,既不应过度担忧,也不应掉以轻心。值得注意的是,家长应遵循医生的专业诊断和治疗指导。通过学习相关的科学知识,家长能够更准确地理解新生儿黄疸,并采取有效的家庭护理措施,从而保障宝宝的健康成长。

(作者供职于广西壮族自治区贺州市妇幼保健院)

妊娠期糖尿病是指孕妇在怀孕期间出现的高血糖状态,它不仅对孕妇的健康产生影响,还可能对胎儿的发育造成不良影响。

妊娠期糖尿病的危害

妊娠期糖尿病可能导致多种母婴健康问题,这对母婴的身体健康和生命安全都构成了严重威胁。对于孕妇来说,妊娠期糖尿病可能导致感染、羊水过多、酮症酸中毒等并发症。这些并发症不仅增加了孕妇的痛苦,还可能对母婴健康产生长期影响。

对于胎儿来说,妊娠期糖尿病也可能导致一系列的健康问题。例如,胎儿在母体内生长过快,可能导致出生时体重过大,增加新生儿并发症的风险。此外,胎儿还可能出现低血糖、黄疸、呼吸窘迫综合征等并发症,这些都需要及时治疗 and 护理。

因此,预防妊娠期糖尿病对于母婴健康非常重要。通过采取有效的预防措施,可以降低妊娠期糖尿病风险,从而减少母婴并发症的发生。

妊娠期糖尿病的病因而与风险因素

遗传因素 糖尿病具有一定的家族聚集性。因此,遗传是妊娠期糖尿病的一个重要风险因素。如果孕妇的直系亲属中有人患有糖尿病,那么她发生妊娠期糖尿病的风险可能会增加。

年龄因素 高龄孕妇是妊娠期糖尿病的一个重要风险因素。这可能是因为随着年龄的增长,胰岛功能会逐渐衰退,血糖的调节能力会有所下降。

肥胖 肥胖孕妇发生妊娠期糖尿病的风险明显增加。这是因为肥胖孕妇的脂肪细胞增生肥大,对胰岛素的敏感性降低,从而导致血糖升高。

不良孕产史 如果孕妇曾经有过妊娠期糖尿病、巨大儿、胎儿死亡等不良孕产史,那么她再次发生妊娠期糖尿病的风险会增加。

种族和地域因素 某些种族和地域的人群中,妊娠期糖尿病的发病率较高,这可能与遗传背景、生活方式和环境因素有关。

饮食习惯 长期高糖、高脂肪、高热量、高盐的饮食习惯可能导致孕妇体重增加、肥胖和胰岛素抵抗,从而增加妊娠期糖尿病的风险。

缺乏运动 长期缺乏运动可能导致孕妇的肌肉和脂肪对胰岛素的敏感性降低,从而导致胰岛素抵抗和血糖升高。

其他疾病 如甲状腺功能亢进症、多囊卵巢综合征等内分泌代谢疾病,也可能增加孕妇发生妊娠期糖尿病的风险。

妊娠期糖尿病的预防措施

健康饮食 合理饮食是预防妊娠期糖尿病的重要措施之一。孕妇应控制热量摄入量,选择低糖、低脂、高纤维的食物,如蔬菜、水果、全麦面包等。同时,要保持定时定量的饮食习惯,避免暴饮暴食。此外,孕妇还应避免过多摄入高糖饮料、糖果等甜食,以降低血糖水平。

适量运动 适量运动有助于控制体重,提高胰岛素敏感性,从而降低妊娠期糖尿病的风险。孕妇可以根据自身情况选择散步、练习瑜伽、游泳等温和的运动方式。运动时应避免剧烈运动,避免在高温、高湿的环境下运动,以免对母婴健康造成不良影响。

控制体重 保持体重在正常增长范围内有助于预防妊娠期糖尿病的发生。孕妇应根据医生建议控制体重增长速度,避免过度肥胖。同时,孕妇还应关注腰围的变化,保持腰围在正常范围内。

定期产检与筛查 定期进行产前检查有助于及时发现血糖异常情况,采取相应的干预措施。孕妇应遵循医生建议进行产检和筛查,以便早期发现和治疗妊娠期糖尿病。

健康教育与管理 孕妇应了解妊娠期糖尿病的相关知识,提高自我保护意识。通过参加孕妇学校、听取医生讲解等方式,了解妊娠期糖尿病的危害、预防措施等知识。同时,孕妇还应保持良好的生活习惯和心理状态,避免过度焦虑和抑郁。

注意事项与误区澄清

个体化预防方案 不同孕妇的身体状况和风险因素不同,因此预防措施也应个体化。孕妇应根据自身情况制订适合自己的饮食和运动计划,并定期调整和评估。

误区澄清 有些孕妇认为妊娠期糖尿病无法预防或无法控制,这种观点是不正确的。通过合理的饮食、运动和定期产检等措施,可以有效降低妊娠期糖尿病风险。同时,孕妇还应避免盲目相信广告宣传或偏方治疗等不科学的方法。

高危人群重点管理 对于具有高龄、肥胖、家族史等高危因素的孕妇,应加强管理和监测。医生应根据孕妇的具体情况制订个性化的预防方案,提高预防效果。

平衡饮食 孕妇在控制饮食时应注意平衡营养,保证母婴健康所需的营养供给。避免过度限制饮食或偏食等情况,以免影响母婴健康。

(作者供职于广西壮族自治区百色市妇幼保健院)

妊娠期糖尿病的病因而及预防措施

□梁惠

孤独症儿童口腔的日常护理方法

□刘丽

孤独症儿童拥有独特的沟通方式、行为模式和兴趣爱好,我们不仅要给予他们更多的理解和关爱,还要特别关注他们的身体健康,尤其是口腔健康。

龋齿,这个看似不起眼的“小虫牙”,却可能给孤独症儿童带来大麻烦,影响他们的饮食、睡眠,甚至整体生活质量。因此,了解并掌握孤独症儿童预防龋齿的方法,是我们共同的责任。

孤独症儿童口腔健康特点

首先,由于沟通障碍,孤独症儿童可能无法准确表达口腔不适或拒绝刷牙的原因,使得家长难以判断并满足其需求。其次,部分孤独症儿童对触觉、味觉、嗅觉等感官刺激异常敏感,可能对牙刷的质地、牙膏的味道或口腔清洁的动作产生抗拒或恐惧。

此外,重复行为也是孤独症儿童的一个显著特征,他们可能沉迷于某种特定的口腔活动,如长时间咀嚼非食物物品,从而增加口腔损伤和感染的风险。

针对这些特点,我们需要采取更加细致和个性化的措施来适应孤独症儿童敏感性。选择适合他们的牙刷、牙膏,并通过逐步引导的方式,让他们逐渐适应刷牙的过程。

预防龋齿的实用方法

家长的辅助与引导 在刷牙方面,由于孤独症儿童的配合度可能欠佳,家长的辅助尤为重要。家长应耐心引导孩子进行刷牙,可以采用示范、鼓励、奖励等多种方式,激发孩子的兴趣和积极性。

饮食后漱口与刷牙 临床上建议,孤独症儿童在饮食后应立即漱口,以清除口腔中的食物残渣和糖分。漱口不仅简单易行,还能有效减少细菌滋生。当然,刷牙仍然是预防龋齿的关键措施。家长应监督孩子每天至少刷两次牙,早晚各一次,并确保每次刷牙的时间不少于两分钟。同时,使用含氟牙膏(在医生指导下)可以进一步增强防龋效果。

饮食调整 除了刷牙外,饮食调整也是预防龋齿的重要方面。家长应尽量减少孩子摄入含糖饮料和零食的频率和量,鼓励孩子多吃蔬果和富含纤维的食物。这些食物不仅有助于清洁牙齿表面,还能提供身体所需的营养素。定时进食也是预防龋齿的有效方法,可以减少食物残渣在口腔中的停留时间。

定期检查与专业护理 定期检查和专业护理对孤独症儿童来说同样重要。家长应定期带孩子到口腔医院进行口腔检查,以便及时发现并处理潜在的口腔问题。在检查过程中,医生会根据孩子的具体情况给出个性化的建议和治疗方案。同时,专业的口腔清洁服务也能有效去除普通刷牙难以触及的牙菌斑和牙结石,为孩子的口腔健康保驾护航。

利用辅助工具与技巧 为了更好地帮助孤独症儿童进行口腔清洁,家长可以利用一些辅助工具和技巧。例如,制作简单的刷牙步骤图或视频,通过视觉化的方式引导孩子理解并掌握刷牙的正确方法。此外,选择带有音乐或故事的牙刷或牙膏,也能让孩子在刷牙的过程中享受乐趣和放松。

对于特别抗拒刷牙的孩子,家长还可以尝试使用电动牙刷或牙线等高科技产品,以提高清洁效果并减轻孩子的抵触情绪。

家庭与社会的支持

家长的角色 在预防孤独症儿童龋齿的过程中,家长扮演着非常重要的角色。他们不仅是孩子口腔健康的守护者,还是孩子良好生活习惯的引导者。因此,家长应积极参与孩子的口腔健康维护工作,包括监督刷牙、调整饮食、定期带孩子看牙医等。同时,家长还应关注孩子的情绪变化和心理需求,给予他们足够的关爱和支持。

学校与社区的支持 除了家庭之外,学校和社区也是预防孤独症儿童龋齿的重要力量。学校应加强口腔卫生教育,将口腔健康知识纳入日常教学内容中,提高孩子们的口腔健康意识和自我保护能力。同时,学校还可以组织定期的口腔健康检查活动,为孩子们提供专业的口腔护理服务。此外,社区也应关注孤独症儿童的口腔健康问题,提供必要的资源和服务支持,如设立专门的口腔健康咨询点、开展口腔健康宣传活动等。

孤独症儿童的健康成长需要全社会的共同关注。预防龋齿作为维护口腔健康的重要一环,更是我们不容忽视的责任。通过了解孤独症儿童的口腔健康特点、掌握预防龋齿的实用方法以及加强家庭与社会的支持与合作,我们可以为孤独症儿童创造一个更加健康、快乐的成长环境。

(作者供职于广西医科大学附属口腔医院)

盆腔炎作为一种常见的女性生殖系统炎症,给许多女性的生活带来了困扰。它不仅会影响女性的身体健康,还可能对心理健康造成影响。因此,了解盆腔炎的治疗方法和日常保养方式对于女性的健康非常重要。

什么是盆腔炎

盆腔炎即盆腔炎症性疾病,是由女性生殖道炎症引起的一组疾病,包括子宫内膜炎、输卵管炎、输卵管卵巢脓肿和盆腔腹膜炎等。炎症可局限1个部位,也可累及多个部位,如果不及及时治疗,盆腔炎可能会导致不孕、输卵管感染、慢性盆腔痛等严重后果。

盆腔炎的病因而与症状

导致盆腔炎的病原体来自阴道原寄生菌群和外界病原体。当人体抵抗力下降、内分泌失调或组织损伤时,阴道菌群可能上行成为致病菌。急性盆腔炎常见于产后、宫腔手术后、不洁性生活、经期不卫生和邻近器官炎症。慢性盆腔炎则由急性炎症治疗不彻

底或机体抵抗力低下引起,可能涉及慢性炎症形成的瘢痕粘连和盆腔充血。

盆腔炎因炎症轻重、范围大小及感染的病原体不同,症状也有所差异。急性盆腔炎主要表现为下腹痛、发热、阴道分泌物增多等症状,严重时可伴有高热、寒战,甚至出现腹膜炎、败血症等并发症。慢性盆腔炎则多表现为下腹部坠胀、疼痛及腰骶部酸痛等,常在劳累、性交后及月经前后加剧。需注意,盆腔炎的症状与其他妇科疾病的症状相似。因此,如需确诊,需要借助专业医生的判断。

盆腔炎的诊断与治疗

为了准确诊断盆腔炎,必须采取综合性的评估手段。

在妇科检查中,医生会进行初步的器官检查,以此为基础来识别任何可能的异常变化。实验室检查能够进一步明确炎症指标和病原体,如血液检查和阴道分泌物检查。影像学检查如超声波

有助于更深入地了解生殖器官的形态和结构。

治疗盆腔炎的方法丰富多样,涵盖了多种治疗途径。这些方法包括但不限于辅助治疗、药物治疗、物理康复、传统中药疗法以及手术干预等。支持疗法主要是调整生活方式,如卧床休息、清淡饮食等。药物治疗以抗生素为主,及时、连续地消灭病原体。物理治疗则通过改善局部血液循环促进炎症吸收。中药治疗主要是应用活血化瘀、清热解毒的方法。手术治疗是最后的选择,仅在保守治疗无效时考虑,需根据患者的具体情况全面评估。治疗方案的选择需根据患者情况和医生建议而定。

盆腔炎的日常保养与预防

盆腔炎的日常保养与预防对女性的健康是十分必要的。通过注意个人卫生,提高免疫力,避免不洁性行为以及定期进行妇科检查和等措施,可以有效降低盆腔炎的发生风险,并有助于预防其他

妇科疾病。

首先,个人卫生是预防盆腔炎的重要一环。女性应保持外阴清洁干燥,每天用温水清洗外阴,避免使用刺激性强的清洁剂。内裤应勤换洗,并选择透气性好的棉质内裤。在经期和产后,更应注意保持外阴清洁,避免细菌感染。

其次,提高免疫力也是预防盆腔炎的有效方法。合理饮食是提高免疫力的关键,女性应保证摄入足够的营养,多吃新鲜蔬菜、水果和富含蛋白质的食物。适量运动也有助于提高免疫力,建议女性每周进行至少150分钟的中等强度有氧运动。

最后,通过定期进行妇科检查,以及早发现并治疗妇科疾病,避免病情恶化。建议女性每年进行一次妇科检查,以及根据医生建议进行其他相关检查。

在特殊情况下,如妊娠期、老年期或慢性期,盆腔炎的治疗与保养方法可能会有所不同。对于

妊娠期盆腔炎患者,治疗时应充分考虑胎儿的安全性,选择对胎儿无害的药物和治疗方法;在保养方面,妊娠期患者应特别注意个人卫生和性生活卫生,避免感染。对于老年盆腔炎患者,治疗时应充分考虑老年人的身体特点和疾病状况,选择合适的治疗方法;在保养方面,老年人应注重营养摄入和适量有氧运动,注意劳逸结合,提高身体免疫力。

对于慢性盆腔炎患者,治疗时应坚持长期治疗和保养,避免病情反复发作;在保养方面,慢性患者应保持良好的生活习惯和心态,积极配合医生的治疗建议。

盆腔炎的康复之路不仅是治疗的延续,更是对自己身体的深层次关照。通过了解盆腔炎的定义、症状,及时治疗并配合康复阶段的生活方式调整和心理健康关注,我们可以更好地度过这一过程。

(作者供职于广西壮族自治区柳州市工人医院)