

@准妈妈 孕期这6次B超一次都不能少



怀孕以后，胎儿的健康成为了准妈妈最担心的事情。想了解胎儿的发育情况，孕期检查不可少。有些准妈妈对孕期需要进行几次超声检查一头雾水，有些准妈妈则担心超声检查是否会影响到胎儿的健康……9月22日，记者联系到了市妇幼保健院超声科主任王春霞，请其进行解答。

寻医问药
15853691292

1. 孕期需做几次超声检查？

王春霞表示，孕早、中、晚期都要进行超声检查，每个阶段检查的侧重点各不相同，这六次超声检查必不可少。

第一次：孕早期停经42天左右。目的是确认是否是宫内妊娠、单胎还是多胎、是否有胎心搏动，排除瘢痕妊娠等，为孕妇建档提供参考。孕早期超声可采用经腹部超声和经阴道超声两种方式检查，检查方式的选择需要临床医师依据孕妇的情况决定。

第二次：孕11周至13周加6天。NT检查，通过测量胎儿头臀长和颈项透明层（NT）厚度，初步评估染色体异常的风险，以及确定孕龄、判断多胎妊娠绒毛膜性及羊膜囊性、了解胎儿有无严重的结构畸形。需要注意的是，NT检查有严格的时间要求，准妈妈务必于规定时间内检查，以免影响筛查的准确性。

第三次：孕15周至20周。包括孕中期的超声检查及血清学筛查。主要是观察胎儿的各项生长测量指标和胎盘、羊水等情况。

第四次：孕22周至24周。即系统超声检查，也称大排畸检查，是整个孕期最重要的一次超声检查，准妈妈一定要尽早预约，合理安排检查时间。本次检查主要对胎儿头颈部、颜面部、胸腹部及四肢长骨等进行系统、细致的检查，相对耗时较长。

第五次：孕28周至32周。是对系统超声检查的补充，主要评估胎儿宫内发育情况，监测胎儿是否有生长受限、羊水及脐带是否异常等情况。

第六次：孕晚期。主要进行胎儿生物学测量，评估胎位、胎儿大小、羊水量、胎盘位置及成熟度、胎宝宝有没有脐带缠绕、脐动脉血流参数等，为临床提供参考依据。

王春霞提醒，需要特别指出的是，若产前超声检查发现胎儿异常，需到有产前诊断资质的医院进一步检查，包括进行专业的产前咨询及遗传咨询等。

2. 孕期超声检查安全吗？

王春霞表示，超声波是一种声波，因其发射频率超过了人耳听觉范围因此得名超声波，可用于探测人体的生理和病理信息，其主要的生物效应是热效应。目前临床上所应用的超声设备，其探头发射的超声强度很小，对每个器官的探测时间短。所以，超声检查对胎儿的危害不大，到目前为止没有任何证据证明产检的超声对胎儿有影响。

第四次B超检查



- ▶ 胎儿头骨
- ▶ 心脏结构
- ▶ 腹部器官：肾脏、肝脏、胆囊、胃等
- ▶ 手和脚
- ▶ 脊椎、面部结构、眼睛等

第六次B超检查



- ▶ 测量：头围、腹围、双顶径、股骨长
- ▶ 评估：胎心、胎儿的大小和体重、是否有羊水及脐带异常
- ▶ 检查：胎盘成熟度
- ▶ 评估分娩方式

3. “大排畸”正常是不是代表胎儿健康？

王春霞认为，其实不是的。胎儿系统超声筛查即大排畸检查受一些潜在因素的影响，包括孕妇腹壁脂肪厚度、手术瘢痕等，这些因素可导致超声波衰减，图像质量差；羊水过多时胎儿频繁活动，胎儿内部结构距探头的位置过深，难以获得标准切面；羊水过少时缺乏羊水作为透声窗口，胎儿结构的显示难度增加。

的显示难度增加。

由于超声技术的局限性以及胎儿的特殊性，胎儿产前超声筛查不可能发现所有胎儿先天性畸形，目前仅可发现60%至70%左右的结构异常。

胎儿大排畸超声筛查不是万能的，但不做是万万不能的。

酒依赖是病 得治

酒精是一种精神活性物质，在脂肪和水中均能溶解，很容易通过血脑屏障，影响人的心情、思维和行为。长期饮酒可能会形成酒依赖，表现为对酒的渴求和经常需要饮酒的强迫性体验，把饮酒作为生活的重心，而不顾及工作、家人。停止饮酒后常感心中难受，坐立不安或出现肢体震颤、恶心、呕吐、出汗等戒断症状，为了避免不饮酒所致的不适感，表现为不断地饮酒。在现实生活中，有不少人认为，酒依赖只是人的性格不健全，甚至是人品不好，不求上进的表现。那么，酒依赖到底是不是“病”呢？对此，记者联系到潍坊市精神卫生中心副院长赵永红，请其进行详细解答。

赵永红表示，酒依赖是一种疾病。有研究发现，酒依赖者的脑内有多种神经介质的异常，主要包括：多巴胺释放增加、5-羟色胺释放减少、 γ -氨基丁酸的敏感性提高、内源性阿片类物质的活动度(内啡肽)提高及兴奋阿片类物质的受体活性提高等。因此，可以认为长期饮酒，酒精对大脑的功能产生了明显的影响，所以，在酒依赖者的治疗过程中，药物治疗是需要的。

此外，通过脑CT检查发现，酒依赖者的脑实质萎缩较同龄人明显地加重。这也可以解释，为什么酒依赖的人注意力、记忆力、反应能力均较差，并伴有脾气性格的改变。进一步的研究发现，戒酒1年以后的酒依赖患者重新做脑CT检查，其脑萎缩基本恢复正常。所以，即使有一部分戒酒者还可能复饮，但是一段时间的戒酒期，对其脑功能的恢复和保留也有相当重要的意义。

赵永红提醒，从本质上来说，酒依赖是一种多因素促成的以对酒的强烈渴求为特点的疾病，对于酒依赖患者，家属要配合医生用足够的耐心、爱心和科学的方法，帮助其戒掉酒瘾，一味地抱怨甚至打骂，或者放任不管，都是不合适的。再就是，酒依赖患者的一级亲属，产生酒精问题的风险至少是普通人群的两倍，虽然酒依赖受一定的环境因素，如风俗习惯、工作环境、家庭关系等影响，但酒依赖具有遗传倾向，在酒依赖患者的家庭中，这一点要引起重视。

家长牢记“三个20” 预防孩子近视

近年来，近视发病率不断增加，发病年龄不断提前，越来越多的家长关注起孩子的视力问题。但也有不少家长认为，近视就是单纯的眼镜度数。其实，近视并不是度数那么简单，它的可怕之处在于会引起黄斑裂孔、视网膜脱离、飞蚊症等并发症。那么，孩子视力下降征兆有哪些？近视防控的方法有哪些？9月22日，记者带着这些问题，采访了潍坊眼科医院近视防控专家国家一级视光师王旭丽。

王旭丽表示，近视的防控重点在于早发现、早预防、早治疗。孩子视力下降征兆很多，比如看东西时经常眯眼，经常歪着头看东西，经常皱着眉头看东西，凑近看物体，频繁地揉眼睛眨眼

睛。一旦出现以上现象，家长一定要及时带孩子到专业的医疗机构进行视力检查，通过散瞳验光可以检测孩子真实的屈光度数，做到早发现并及时干预。

对于近视防控的方法，王旭丽提醒，首先，增加户外活动，养成良好的读写习惯。每天阳光下户外活动至少2小时，有助于近视防控。遵循“一拳、一寸、一尺”的原则，一拳，胸前与桌子间隔一拳（一个拳头的距离）；一寸，握笔手指要与笔尖之间距离一寸远；一尺，眼睛与书本距离一尺（33厘米的距离）。其次，定期眼检查，用眼遵循“三个20”原则。家长要时刻关注孩子的眼健康，定期带孩子到专业医院进行眼检

查，建立视觉发育档案。与此同时，让孩子时刻牢记，每近距离用眼20分钟后需看向20英尺（约6米）外的地方远眺20秒以上，近视儿童青少年建议休息和远眺的时间更长。

孩子一旦出现近视，不可逆转，不可治愈，家长应该怎么帮助孩子进行近视防控呢？王旭丽认为，对于儿童青少年而言，配戴角膜塑形镜是控制近视度数增长的有效方式。角膜塑形镜是一种特殊设计的硬性透气性隐形眼镜，通过夜间配戴，从而达到白天无需配戴框架眼镜也能获得清晰视力的程度，长期配戴，能起到延缓近视发展的作用。

□本版文/潍坊日报社全媒体记者 王路欣