



作为特殊人群，孕妈妈非常关心自身以及胎儿的健康安全。特殊时期孕检次数减少，有什么简单而又不需要出门就能了解胎儿情况的方法？孕期用药需要考虑哪些因素？12月15日，潍坊市妇幼保健院专家针对这些问题作出解答，给孕妈妈支招。

孕期用药 这些常识须知道

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

对于孕妈妈来讲，孕期服药是件很头疼的事，该不该吃、能不能吃、能不能不吃等问题让很多孕妈妈踌躇不已，尤其是吃错药物可能会给胎儿带来致命的危险，所以，孕妈妈在用药时一定要谨慎。

孕期用药考虑胎龄

受精后2周内，也就是从停经后算起28天内（按月经周期28天算）：此阶段药物及周围环境毒物对胎儿影响表现为“全或无”现象。这个时期药物对胚胎的影响有两个结局：胚胎死亡、流产，或者无影响。孕妈妈不要因为之前吃药了而担心，甚至为此去做流产手术，但后期需要遵医嘱定期产检。

受精后3周至8周（停经5周至10周）：这一时期是“致畸高度敏感期”。此时用药必须谨慎，安全性大的药物也要在不影响治疗效果的情况下选择小剂量。而安全性小、有致畸不良反应的药物不能用。

在受精9周以后，药物对胚胎或受精卵的致畸影响敏感度会有所降低。但是，不等于完全没有致畸性，也需在医生指导下谨慎用药。

妊娠药物分级

目前根据美国食品药品监督管理局（FDA）制定的标准，把妊娠期用药的安全性分成5级。

A级药物：对孕妇安全，对胚胎、胎儿无害，如适量维生素A、维生素C、维生素D、维生素E等，但是过量的话，也会有风险。

B级药物：对孕妇相对安全，如青霉素、头孢类、胰岛素等。

C级药物：危险性不确定，孕妇用药需要权衡利弊，确认利大于弊时方能应用，如庆大霉素、异丙嗪、异烟肼等。

D级药物：对胎儿危害有确切证据，除非孕妇用药后有绝对效果，否则不考虑应用，如硫酸链霉素、盐酸四环素等，要在万不得已时才使用。

X级药物：可使胎儿异常，在妊娠期间禁止使用，如甲氨蝶呤、利巴韦林等。

若药品包装盒或说明书，标有孕妇禁用或忌用等文字，那就不可使用。需用药时，应在医生指导下进行。按常规剂量、疗程及方法服用，一般对胎儿影响不大。

另外，专家还提醒，孕妈妈患病不能随使用药，但也不是不能用药。如有身体不适，请到正规医院就诊，在医生的帮助下选择安全的药物。

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣 通讯员 陈宇

妊娠晚期是胎儿生长和各器官发育成熟的重要时期，当下，孕妈妈一般会减少去医院的产检次数，胎动就是监测胎儿在宫内安危的一个非常重要的指标。在此，潍坊市妇幼保健院高新院区产二科主治医师王伟教孕妈妈如何在家数胎动。

王伟表示，首先要搞清楚什么是胎动？胎动是胎儿在子宫腔里的活动冲击到子宫壁的动作，包括全身运动、伸展、肢体运动等，孕妈妈可感受到踢、颤动、滚动或呃逆。呃逆也就是老百姓常说的打嗝，是一种轻微且有规律的抽动，是胎儿在宫内吞食羊水刺激膈肌收缩引起的。

“其实，不同孕周胎动有不同特点。”王伟说，大多初产妇在妊娠18周至20周可觉胎动，经产妇16周至18周可觉胎动，胎动次数和幅度随孕周增加而增加，32周后趋于稳定，临近分娩子宫空间相对狭小，胎动有下降趋势。

那么，多大孕周开始数胎动？王伟建议，国外大多建议26周至32周开始数胎动，国内一般推荐在28周至30周开始。

对于怎样数胎动，王伟表示，标准法数胎动：孕妈妈每天早、中、晚吃完饭后，坐下来或侧躺下来放松观察，每次数1小时，把3次的胎动数加起来，再乘以4。如果结果在30次以上，那就表示胎动良好，可以继续自我监测；如果结果在20次左右，第二天仍然如此，孕妈妈就需要到医院做胎心监护；如果结果在10次以下，那就表示胎动减少，需要立即到医院检查。而改良法数胎动：不方便按时计数胎动的孕妈，也可以采用改良法数胎动。正常健康胎儿睡眠周期一般20分钟至40分钟，通常最长不超过90分钟。孕妈妈可以利用这一特点，选择在胎儿的清醒周期内，也就是在宝宝胎动最活跃的时候计数胎动，如果2小时内胎动达到10次，那就是安全的。

王伟提醒，实在没时间数胎动的孕妈妈，要注意在任何空下来的时间去留意，对自己胎儿胎动的频率和规律有大致的印象。只要胎动有规律、有节奏、变化不大，就说明胎动是正常的。需要注意的是，胎宝宝连续的胎动只能计数为1次胎动。也就是说，胎儿连续胎动停下来数分钟之后又动才算第2次。打嗝也算胎动，但连续有规律的打嗝也是只能算1次。当孕妈妈对胎动有疑虑时，应该找个安静的地方，集中精力观察胎动。此外，一般情况下，胎动减少、微弱与胎儿宫内缺氧、死胎、胎盘功能不良、胎儿生长受限等相关；单次剧烈、过频的胎动，如反复踢、扭动、颤动等情况，多与感染、缺氧、脐带并发症等相关。这些都是胎儿给妈妈的求救信号，需要尽快到医院检查。

产科大夫教你在家数胎动

分类广告

订版电话：8888315

13953667072

家政/开锁/医疗/回收

商务/房产/婚介/招聘

高价回收家具家电18764719138 高收茅台五粮液卡13562611919

回收酒店,空调,制冷机组,电机,变压器,电线,电缆,仓库废旧物资!电话:13573606865

仓库对外租赁地址:胜利街腾飞路西200米路扬物流园400-500平方米18663662555

潍坊幸福佳缘大型婚恋公司电话:8731886 微信15689225798男25开公司28硕士军官31硕士医生32公务员车房男38集团总裁38大学教授44机关房58机关房车女22文职23幼师27硕士医生漂亮29教师30开公司女33电商38事业单位48开加工厂

潍坊潍州路中医院对过宾馆低价转让

宾馆22个房间,位置独一无二,设备新,有固定客源,接手无须投资,正常经营,因本人已退休,患糖尿病眼病,已手术,须定期打针手术,低价急转。欢迎实地考察13953686780

提示:请交易

双方妥善查验

对方相关有效

手续及证件。

本刊信息不作

为承担法律责

任的依据。

潍坊广通宏业物流有限公司

广西 贵州 云南专线

潍坊电话:15864580002 青州电话:15864580007

潍坊地址:潍城区东风西街传化公路港内L2库1-20号 青州地址:青州鸿德物流园内G库1-3号



潍坊恒通物流有限公司

潍坊 专线直达 天天往返

无锡 常州 苏州

电话:8902218 15269619168 地址:机场路鑫汇物流园, A1-A6 号库

潍坊大润物流有限公司

潍坊 浙江全境

宁波 杭州 嘉兴 余姚 慈溪 义乌 台州 温州 舟山 湖州 绍兴 金华 衢州

电话:13853693650 13336369368 8916961

地址:潍城区东风西街传化公路港内L214-L222、L238-L244库

精品物流专版

15853691935