

关于“肝素保胎” 你想知道的在这里

在复发性流产门诊,每天都有很多患者对孕妇打肝素有疑问,日前,潍坊市妇幼保健院复发性流产门诊的医生孙小云解答了相关问题。

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

1 低分子肝素在产科有哪些应用?

答:低分子肝素是由普通肝素经酶解或化学解聚而成,是一类高效、相对安全的糖类抗凝药。它除了具有抗凝作用外,还有母胎界面免疫调节及其他一些作用,如抑制抗磷脂抗体产生的免疫反应,促进滋养细胞的增殖、侵袭及分化,抑制滋养细胞凋亡,保护血管内皮,促进胎盘形成等。

近年来,低分子肝素在妇产科及围手术期的应用日益增多,尤其是在产科合并自身免疫疾病的保胎治疗方面,被公认为是治疗由抗磷脂综合征、易栓症、自身免疫病等引起的复发性流产的有效药物。

2 低分子肝素与普通肝素有何不同?

答:低分子肝素与普通肝素相比而言,具有高效的抗凝作用,且不良反应小、安全性高。低分子肝素不能通过胎盘屏障,故不会增加胎儿出血事件的发生;不分泌于乳汁中,因此哺乳期使用低分子肝素也是安全的。目前专家观点一致认为妊娠期预防量的低分子肝素对于母亲、胎儿是安全的。

3 长期应用低分子肝素有不良反应吗?

答:长时间应用低分子肝素常见的不良反应包括:药物过敏、转氨酶升高、注射部位皮下淤血、瘀斑、瘙痒、荨麻疹等,但多数症状较轻,不影响治疗,停药或者换药后即好转,罕见有过敏反应和肝素诱导的血小板减少的报道。

4 孕妇有阴道流血症状还能用药吗?

答:孕妇在阴道少量出血的情况下,应用低分子肝素是安全的,一般不会加剧出血情况。如果出血量较多,需要详细检查,在医生指导下用药。

5 应用肝素时要注意哪些问题?

答:遵医嘱。一定要在医生规范指导下用药,定期的用药监测以及对于特殊人群使用时需要加强安全性监测,严密观察用药过程中是否有鼻衄、牙龈出血、皮肤黏膜出血等情况,并及时与医生沟通,及时随诊,规范用药。

此外,应用肝素期间要监测一些项目。需要监测凝血功能,至少每2周至4周监测1次。凝血功能监测指标包括部分凝血活酶时间、凝血酶原时间、血小板计数、血小板聚集率、D-二聚体、血栓弹力图等;肝、肾功能监测,至少每1个月至2个月1次。

妇幼知识
一点通

这些关于孩子身高的说法 家长别轻信

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣 通讯员 季晓琳

有很多孩子从小身高就不如同龄伙伴,家长非常心急,打针、运动、食补齐上阵,费尽心思想让孩子长高。日前,潍坊市人民医院小儿内三科的医生李蕾就市民咨询较为集中的几个问题进行了解答。

●爸爸妈妈长得高,孩子就一定长得高。

一个人的身高并不完全由遗传决定,遗传因素只影响身高的60%-70%,剩余的30%-40%受后天环境因素影响,主要包括饮食、睡眠、运动、情绪、疾病等。如果孩子经常生病、偏食、睡眠不足,即便父母身高都比较理想,孩子也可能会长不高。相反,如果能够创造良好的后天条件,比如合理搭配饮食、保证充足睡眠以及适当运动、积极治疗疾病、调整情绪等,即使父母身高不高,孩子很可能会突破遗传身高。

●孩子早长、晚长都一样,没必要干预。

有的家长因为孩子比同龄孩子高、胖而沾沾自喜,岂不知,孩子生长速度和身高明显增加,很可能是营养过剩、发育提前、性早熟所致的青春期“早长”。骨龄会显示骨骺提前闭合,孩子以后生长的空间将减少,易造成孩子最终身高不理想。有些家长自己晚长,以为孩子会遗传这一点,所以盲目等待,直到孩子骨龄显示骨骺闭合,错过了长高的时机。

此外,医学研究表明,女孩青春期发育开始的标志是乳房增大,一般在10岁左右,男孩发育的开始是睾丸增大,一般在12岁左右。如果等到孩子变声了、来月经了,此时已处于青春期后期了,孩子的骨骺已趋近闭合,生长空间十分有限,身高进入了停长倒计时。如果此时对身高不满意,希望通过外界来干预身高,其实已经不会有太大的作用了。

所以,无论是孩子早长还是晚长,都要进行专业的检查甚至干预。

●孩子身体各项指标正常,即使身材矮小也不需治疗。

孩子进行常规检查结果正常,但身材矮小,临床上称为特发性矮小,也就是没有找到特定原因的矮小症。一部分特发性矮小患者可以通过改善日常生活方式、改善饮食习惯、增加锻炼身高等方式实现“追赶性”生长,但大部分患者是需要进行生长激素治疗的,如果不及治疗,成年后的身高也是落后的。

●不能打生长激素,否则孩子会发胖。

激素从结构上可以分为甾体类激素和肽类激素两种,通常情况下所说的激素类药物代指的是甾体类激素,包含糖皮质激素(地塞米松、甲泼尼龙)和性激素(雌激素、孕激素)等,长期使用有造成肥胖、骨质疏松、免疫力低下等副作用的风险。但是,生长激素属于肽类激素,无论是结构上和功能上都有别于甾体类激素,在规范使用的情况下不会引起甾体类激素所造成的副作用,自然也不会引起发胖。

孕早期怎么补充营养

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

孕早期由于人绒毛膜促性腺激素的升高,会出现恶心、呕吐等早孕反应。孕妇在这个特殊时期,需要增加饮食中的营养物质来满足宝宝的发育。孕早期营养需求及饮食要点有哪些?记者采访了潍坊市妇幼保健院营养科的医生陈茜。

不宜大补特补 孕早期是指孕期的前三个月。这个时期胚胎的生长发育速度缓慢,母体有关组织及胎盘增长不明显,对热量的需求与怀孕前相似,孕妇可根据自身需求合理进食,全面补充营养物质,但也无需为追求全面营养而过度饮食。

多补充叶酸 一般在怀孕期间增加叶酸的摄入,可以有效减少胎儿神经管畸形及早产的风险,补充量建议每天400微克。孕妇可以通过饮食或口服叶酸补充剂等方式进行补充叶酸,富含叶酸的食物包括三文鱼、金枪鱼、小麦胚芽、芦笋、菠菜等。

务必要营养全面 保证优质蛋白质的供给,最好选择容易消化、吸收利用的优质蛋白质,如畜禽类、乳类、蛋类及豆制品,每天能保证1个

鸡蛋、50克瘦肉、50克鱼虾、300克牛奶、20克大豆;合理补充脂肪,如各种植物油、坚果等,为胎宝宝发育提供能量;海鱼、海虾含有许多不饱和脂肪酸,对胎宝宝的发育尤为重要;保证适当的碳水化合物。每天应进食130克以上碳水化合物,以免因饥饿导致孕妈妈出现酮体,影响宝宝发育;补充微量元素。孕早期某些微量元素缺乏,如缺铁、碘等,容易导致胎宝宝生长发育迟缓,并影响中枢神经系统发育。富含锌、铜、铁等矿物质的食物有畜禽肉类及其内脏、核桃、芝麻等。含碘丰富的食物有海带、紫菜等。

怀孕初期反应大,吃什么可以缓解?

陈茜表示,早孕反应严重的孕妇,在饮食方面需要少食多餐,尽量吃一些清淡、容易消化、合胃口的食物。比如,早晨可进食较干的食物,如馒头、面包干、苏打饼干等,防止胃酸反流;避免食用油炸食物和过甜食品,以减少胃酸过度分泌;可适当补充复合维生素B及维生素C,减轻早孕反应;每次饮食后可以根据个人身体情况适当运动。

