有的怀孕6次都以流产告终 有的24岁就提前进入更年期

为啥生个小孩这么难？全国中医妇科大咖汇聚杭州,共同探讨生育问题

本报讯(记者 柴悦颖 通讯员 徐尤佳)怀孕产子,在许多人眼里是件水到渠成的事,但在市中医院中医妇科门诊,医生们却总能碰到不少反复流产和怀不上宝宝的女患者,有的不是反复胎停就是怀上了畸形儿,还有的想尽办法备孕,肚皮也没有动静。

上周末,在市中医院主办的"中医妇科名家调经、助孕、安胎理论与实践研讨班"上,全国中医妇科界的大咖汇聚一堂,共同探讨生育问题。会上,国家级名中医、中医妇科主任医师傅萍做了有关复发性流产的专题演讲。她说,受生育困扰的女性越来越多,除了胚胎染色体异常,还有人是因为自身免疫问题引起的。

怀孕6次都以流产告终

嘉善一位张女士,找到傅萍时一脸愁容。她怀孕过两次,一次在孕6个月时,查出胎儿存在心脏病、唇腭裂、四肢短小等多发畸形,无奈引产,随后怀上二胎,又在怀孕2个月时突然胎停流产。

"我们检查发现,她反复流产的原因是胚胎存在染色体异常。"傅萍说,门诊中,还有一位38岁的李女士,情况更糟糕,"怀孕6次都流产,最久的一次也只坚持到了4个月。"

和张女士不同,李女士的胚胎并没有异常,但检查发现,她的免疫系统亢进,体内长了许多小血栓,胎儿得不到营养,怎么也保不住。"这是许多复发性流产的女性存在的问题,有的天生就容易长血栓,还有的患有免疫系统疾病,本身凝血功能有缺失。"傅萍说。

为了让李女士顺利怀孕产子,医生开出了抗凝药的处方。一怀孕,就让李女士服用阿司匹林。一般孕妇禁用的活血药,在李女士这里反倒有了保胎的作用。

门诊中复发性流产女性占了三四成

"复发性流产是指连续发生2次及2次以上的自然流产,大多数为早期流产。"傅萍说,在中医妇科门诊,这样的患者占了30%到40%,年龄在30岁到35岁,而且有越来越多的趋势。

一般,自然流产2次以上的女性,再次流产的可能性为39%;流产3次以上的女性,再次流产的可能性就达到了80%以上。常见的反复流产有遗传、染色体、免疫问题等因素。

"流产后要做个绒毛染色体检查,绒毛异常说明胚胎本身不好,比如像张女士那样。"傅萍说,临床上,45%到48%的胚胎异常的夫妻俩,去做自身染色体检查,95%是好的,说明主要还是胚胎染色体突变导致的流产,这与夫妻备孕阶段不良的生活方式、化学因素等有关。

还有的人免疫功能低,导致封闭抗体低下,需要益肾健脾。傅萍说,一般流产一次就要抽血检查封闭抗体和染色体,"如果是封闭抗体低下,可以进行为期3个月的中医调理,80%到90%的患者可以治好。"

24岁姑娘儿提前进入了更年期

反复流产的女性多,门诊中,怀不上的也不少。"来找我看病的女性,有些结婚好几年也没动静,再一查,是卵巢早衰,多半与工作压力大、熬夜有关。"傅萍说。

有个24岁开舞蹈室的姑娘儿,本来是到市中医院中医妇科看闭经的,结果一查,卵巢早衰,卵巢功能相当于50多岁的绝经妇女。"姑娘身高1米63,体重只有42公斤,平时晚上都要到凌晨一两点才睡,工作压力也大,脾气也躁,还拼命要减肥。"傅萍说,这么年轻的姑娘,提前进入了更年期,以后想生育恐怕会很困难,只能先进行人工周期治疗。

那么,想生宝宝的女性如何健康备孕?傅萍说,孕前要正常饮食,吃时令的水果、蔬菜,不吃反季节食物。从孕前3个月开始到哺乳期,都可以补充叶酸。"有些女性孕前和孕期会吃燕窝、冬虫夏草、鱼油等进补,其实没有必要。但要注意的是,怀孕以后,山楂、米仁、绿豆、螃蟹尽量不要吃,甲鱼也应该在孕3个月后吃。"

又见暴力玩具伤人！7岁男孩胸口"中弹" 距离心脏只有2厘米

本报讯(记者 柯静 通讯员 王雪飞)"嘭",一声闷响传来,7岁男孩球球随即捂着胸口,蹲在地上……6月30日深夜11时,球球被父母从江西南昌紧急送至浙大儿院滨江院区。

据介绍,这是该院首次接诊被高压气枪弹珠击伤的病案。"气枪威力很大,如果再打偏2到3厘米,很有可能直击心脏,后果不堪设想。"接诊医生浙大儿院普外科章立峰副主任医师说。

穿透三层组织 再偏2-3厘米就是心脏

刚放暑假没几天,浙江男孩球球就和父母去江西南昌走亲戚。6月30日,几个孩子见面,分外开心,球球还是军事迷,特别羡慕舅舅有一把高压气枪。

"气枪是舅舅从网上买来的,平时打打鸟,练练眼力。球球使劲央求舅舅让他摸摸。"球球父母述说病情时,后悔不已。当时,我们还特意问了下他舅舅,这枪有没有危险?他还说,没事,没事。

但就当他舅舅离开的一转眼工夫,球球就中弹了。球球父母把球球连夜送回浙江,送进浙大儿院滨江院区救治。检查显示:气枪击打出的钢珠,卡在球球左侧胸口下第9-10肋骨之间。必须马上手术。"幸运的是,钢珠穿过皮肤、皮下、肌肉三层组织,还未穿透胸膜。如果射击力道再大一点,钢珠穿透胸膜,可能会引发气胸,孩子完全撑不到杭州救治。"章立峰医生说。

经过紧急手术,一颗直径为0.5厘米的钢珠从球球胸口取出。记者在医生所拍的图片中看到:这颗钢珠发黑,略带铁锈。章立峰医生说:"钢珠射入体内有2-3厘米深,如果当时偏个2-3厘米,就射中了心脏,那后果真的不堪设想。"

暴力玩具不能碰 益智类玩具也要管好

浙大儿院普外科医生介绍,像球球这样被高压气枪所伤害的案例,还是第一次碰到。但每年暑假,因为塑料子弹、橡皮弹弓,伤到眼睛的案例,却是屡有接诊。

浙大儿院普外腔镜科副主任高志刚说:"高压气枪的威力大,可以穿透玻璃,打穿玻璃瓶,而橡皮弹弓或者塑料子弹的危害,注意到的人却不多,近距离打到眼睛,也会导致意外伤害的发生。"

而6月30日深夜替球球做完手术,第二天章立峰医生在朋友圈发出提醒。很多口腔科、眼科的医生,都在朋友圈留言,表示接诊过弹珠伤到眼睛,打断牙齿的病例。

另外,不少家长都会给孩子买一些磁铁球之类的益智玩具,培养空间立体概念,高志刚医生劝告家长,一定要管好这些益智玩具。"曾经接诊一位小患者,就因为误吞磁铁球,引发了肠黏连,孩子吃了不少苦头。"

祖孙三代身高不超1米65 15岁的他身高停在1米64 他还能继续长高吗?

本报讯(记者 柴悦颖 通讯员 周俊博)俗话说,男儿"一高遮百丑"。从事房产生意的黄先生一家,却为家里15岁的"第三代"小黄的身高犯了愁。这两天,黄先生祖孙三代一起去找市红会医院生长发育门诊特聘专家余邵淼:小黄今年身高1米64,他还能再长高吗?

富豪三代身高不超1米65

黄先生一家家境不错,儿子小黄今年15岁,即将升入高中。进入青春期来,小黄身边的同学个个像雨后春笋般长个子,身高大多在1米7左右。眼见小黄身高停留在1米64,迟迟不长高,于是一家人慕名来到市红会医院生长发育门诊,寻求专家余邵淼的帮助。

"余主任,求你帮我看看,我孙子今年15岁了,比班里同龄孩子还矮一截。我和他爸爸身高也不到1米65。"看小黄的爷爷老黄神情焦虑,余邵淼安慰道,"别着急,我先给孩子测下骨龄。"

为什么要测骨龄?余邵淼说,首先要看小黄的骨龄是否达到同年龄段标准,其次看看孩子的骨骺是否闭合,这一点很关键!遗憾的是,小黄的骨龄片子显示:他的骨骺已经提前闭合,这也就意味着,他已经失去了身高干预的可能。得知结果,小黄的爷爷和爸爸不甘心,"只要能让孩子长高,多大的代价我们都愿意付出。"

余邵淼说,家长关注小孩生长迟缓的时机非常关键,一旦孩子骨骺闭合,想要再长高已几无可能。

3到12岁是黄金干预期

"如果父母发现孩子是班里同性别孩子中个子最矮的,或年生长速度不到5厘米时,应考虑孩子是否存在生长迟缓。"余邵淼说,矮小症是指在相似环境下,儿童的身高较正常同种族、同年龄、同性别人群的身高均值低2个标准差以上。

孩子个子矮,容易存在自卑、自闭、抑郁、厌学、社交退缩等心理行为异常,还可能降低孩子一生的生活质量和幸福指数。

"医生会通过孩子的生长史、体格和检查,分析、判断孩子是否矮小。"余邵淼说,3到12岁是矮小身材治疗的黄金时间,年龄越小,骨骺的软骨层增生及分化越活跃,对干预的反应越敏感,用药量也小。"随着医学的发展,儿童矮小症通过生长激素的替代治疗,大多数孩子可以出现快速追赶式生长,最终达到比较理想的身高。"

要长高多跳绳游泳少举重

除了药物干预外,适当的体育锻炼也会对孩子长个子有帮助。

余邵淼自己有一对双胞胎女儿,她们一个正常学习,一个进了体校。成年以后,两人的身高竟相差了五六厘米。"选对运动项目很重要,如跳绳、篮球这些纵向拉伸的体育运动,可以让孩子的关节软骨板兴奋起来,刺激细胞再生长能力,对长高很有帮助,但举重就不合适了。"余邵淼说。

另外,游泳也很适合生长发育期的孩子。在水中进行拉伸运动,借助水的浮力,更容易让细胞分化。

"一旦孩子骨骺闭合,不论是运动还是药物都会失去效果。"余邵淼强调,很多家长担心生长激素有副作用,不愿意给孩子使用,这是个误区,生长激素的副作用比抗生素还低。要注意的是,用药前要先对孩子进行专业评估。

养生道·养生大咖112

何茶英

杭州市妇产科医院(市妇幼保健院)党委书记,主任医师。

关注"养生道" 一起来养生

跑步、打球、补充雌激素 腰围始终保持一尺九

杭妇院妇产科专家何茶英教你怎样活得美

记者 柴悦颖 通讯员 王红丹 文 张之冰 摄

得益于从事的专业,何茶英更明白如何自我呵护,熟悉她的同事和朋友,都知道她是个乒乓球高手,平时饮食均衡,爱喝点花茶,49岁起每天补充雌激素。尽管到了5字开头的年纪,但何书记却没有像其他同龄女性那样发胖,腰围常年保持1尺9,她说,健康是个持续不断的"重大工程"。

运动让腰围保持一尺九

当医生的日子总是家和医院两点一线,压力大、生活单调,为了保持健康,何书记找到了一项适合自己的运动——打乒乓。

"我是农村孩子,爬山干活是基本生活内容之一,考上学校后,每天早上跑上3000—5000米,后来还喜欢保龄球、篮球、羽毛球、乒乓球等各类运动。生了孩子后,我还练过一阵瑜伽。"何书记说,运动最大的好处,是让她的记忆力和体能一直保持在良好状态。

近10年,她还专门找了乒乓球教练,和先生一起打球。为什么不像别人那样跳广场舞呢?何书记说:"乒乓球速度快,不仅是全身运动,更多的是球友之间的交流,技艺的提高,感觉更适合我们夫妻俩,我们都在杭州星都宾馆乒乓俱乐部练球和打球,俱乐部是前省队的乒乓球运动员夫妻俩开的,俱乐部每个人都非常棒,强大的吸力让我尽量定期抽时间去,尤其是工作忙碌时,只要打一场乒乓球,就会忘记烦恼和焦虑,晚上睡眠质量也特别好。打球还能提高反应能力、调整循环和呼吸功能,让身体肌肉更结实,真是越打越有劲,越打球技越好。"

"我现在50多岁,腰围一直保持在1尺9,而且打球后夫妻感情也更好了。"何书记笑着说。

做到"五快"才算身心健康

何书记曾生病做过三次大手术,平时,她在吃的方面比较随意,但口味比较轻淡。

"一般50多岁的女性不适合吃得太咸、太油、太饱,我一般每餐控制在七八分饱,晚上如果不打球,吃到六七分饱就足够了,但菜品比较丰富。早饭保证一个鸡蛋和其他淀粉主食,每天吃一些水果,量不大,但种类不单一,外加3个核桃。

工作期间,她比较爱喝花茶,一般会在绿茶或红茶里放入玫瑰、枸杞、山楂等,有活血养颜助消化的作用。

49岁开始,何书记每天都会补充雌激素和钙片。在她身边,许多更年期的女医生也在补,雌激素可以让身体内分泌维持相对平衡状态,不仅延缓衰老,还提高生活质量。

"生理、心理和社会适应良好才是真正的健康。"何书记有个"五快"口诀,都做到了才是健康状态:吃得快(吃什么都香),便得快(大小便),睡得快(倒头就睡着,一觉到天亮),说话快(反应敏捷);走路快(行动迅速)。

"养生道"栏目由浙江省医学学术交流管理中心和本报联合主办

我市集中销毁假劣食品药品

本报讯(记者 柴悦颖 通讯员 蔡明亮 姜晓霞)昨日,市市场监管局稽查支队集中销毁了缴获的满满三卡车假劣食品药品。

今年以来,市市场监管局加大假劣食品药品查处力度,增加了食品药品检测频次,开展了食品安全排雷"百日攻坚"等食品药品整治等多个专项行动,联合公安查处了巨德食品有限公司销售猪肉冒充牛肉、食品生产企业生产经营超范围超限量使用食品添加剂的食品案等案件,依法没收了脉动维生素饮料、甘草榄、去骨牛排、牛肉干等不合格食品,藿香正气水、黄连上清片、热淋清片等不合格药品及草本之心面霜、海皙蓝面膜等化妆品,共计46个品种,1000余公斤,价值100余万元。