

11月17日是世界早产儿日

避免早产儿 预防是关键

□记者 王春霞

本报讯 11月17日是世界早产儿日,今年的主题是“有爱,有未来”。当天上午,解放军152医院妇产科举行了世界早产儿日大型宣传教育活动,提醒准妈妈们避免早产宝宝,提前预防是关键。

据解放军152医院妇产科主任林耀蕙介绍,早产儿是指出生时胎龄小于37周的婴儿,出生体重多低于2500克。据世界卫生组织统计,每年世界上约有1500万早产儿出生,超出了全部新生儿的十分之一。中国是早产儿人数最多的国家之一,位列第二,发生率为5%-8.3%,每年约出生160万早产儿。早产发生的原因很多,主要有以下几个方面:一是感染。准妈妈有绒毛膜羊膜炎、阴道炎等疾病时,会促进宫缩的

生;阴道、宫颈的微生物还可使胎膜强度降低、感染,引起宫缩,致胎膜早破,使早产率增加。二是疾病。准妈妈既往有内科慢性性疾病,如心脏病、高血压、甲状腺功能亢进等;或合并产科并发症,如多胎妊娠、胎膜早破、胆汁淤积、妊娠高血压、前置胎盘、羊水过多等。三是先天性子宫发育异常。如双角子宫、子宫纵隔、子宫颈口松弛等。其他因素如疲劳、外伤等。

那么,准妈妈应该如何预防早产的发生呢?林耀蕙说,首先,孕前要做个全面检查,以了解准妈妈有无先天性子宫发育异常和基础疾病,从而可以提前采取相应的干预措施,避免早产的发生;孕期也要定期检查,了解胎儿的发育情况,如发现问题要积极处理,并控制并发症。其次,应该时常保持心情愉悦,缓解精神压力;从备孕到孕期都应

规避不良生活习惯,包括吸烟、吸毒、酗酒、生活及作息不规律等;孕期减少站立、大跨步、跑、负重及活动量等,注意调节日常生活,避免疲劳,行走要稳,以免发生意外情况,性生活要有节制,孕晚期尽量避免性生活。再次,要注意营养均衡。摄入足够的蛋白质尤其是鱼类等优质蛋白质和适量的蔬菜水果,如菠菜、苹果等,以保证宝宝在子宫内的正常发育,减少早产的发生。

“孕期出现发热或阴道分泌物异常呈黄色以及豆腐渣样分泌物等,提示孕妇有感染的情况;孕妇腹泻有诱发频繁子宫收缩的可能;孕妇出现见红、破水,有水状或血状的阴道分泌物;孕妇出现下腹部疼痛、持续腰酸背痛、子宫收缩比平常明显增多等。若有上述情况,孕妇应立即到正规医院妇产科就医。”林耀蕙提醒道。

导读

国内外名家 齐聚鹰城 共话疾病诊疗

【AII·4】

头晕目眩不容轻视 或为老年人中风预警信号

【AII·6】

健康夜宵 大有学问

【AII·8】

相亲成功故事: 遇到真爱 其实并不难

【AII·7】



11月17日是世界早产儿日,当天,医疗专家在市妇幼保健院向市民介绍减少早产儿发生率的医疗知识。本报记者 李英平 摄



平顶山金融圈



鹰城微健康



鹰城微车市