

关注孕期母体反应 分段补充精准营养

十月馨®

步源堂®战略支持



分段服用配比合理的营养素(金·十月馨),在孕前可促进孕妇雌性激素、孕激素分泌,提高卵子质量;孕早期可促进胚胎发育,促进胎儿神经系统雏形分化建立,还能缓解孕妇恶心、呕吐、厌食等。



●反应七:孕期水肿

孕期水肿也是孕妇常会面临的问题,每个人出现水肿的时间和水肿程度都有所不同。

如果孕妇在孕晚期出现下肢轻度水肿,休息后减轻多属生理性水肿。对于生理性水肿,一般夜间休息时抬高双腿,平时适当保暖、控制盐分的摄取、适量吃水果蔬菜,并每天坚持科学泡脚,便可有所缓解。

休息后不消退,且日趋严重,应考虑病理性水肿。病理性水肿通常由踝部开始,逐步发展到小腿、大腿甚至腹部。用手轻按肌肤时,肌肤下陷,没有弹性,皮肤呈暗蓝色,严重时还会引起大腿外侧发麻、指尖刺痛或感觉丧失。体重1周增加超过0.5kg,2周超过1kg或1个月超过2kg以上的孕妇,为体重异常增加。

对于病理性水肿,孕期一定要注意检测血压、尿常规及血肌酐、尿素氮等肾功能指标,要注意有没有颜面水肿、尿中泡沫增多等情况。临床表明妊娠期高血压、下肢静脉血栓以及孕妇有心脏、肝脏、肾脏方面的疾病,都是引起病理性水肿的重要诱因,如果有异常,千万别大意,要及时去医院检查,明确病因。

●反应八:胎位异常

孕晚期一旦发现胎位异常,必须要加强产前检查。如果腹壁比较松,胎儿也不太大,让有经验的医生纠正胎位。实在没有办法纠正,在孕36周时,要及时去医院进行待产,切记一定要选择有资质的医院,中小城市也一定要到县级以上的医院,找有经验的医生治疗。

分段补充精准营养是关键

孕妇在孕期身体出现异常情况,要及时采取适当的措施,到医院做相关的检查,并配合医生的治疗。平时,也要重视相关营养品的补充,以提前预防不良结果的发生。

2016年12月至2018年6月,课题组选取内蒙古医科大学附属医院、山东大学齐鲁医院、广东省妇幼保健院、陕西省人民医院等我国东、南、北、中5所公立医院妇产科产检的孕妇,采用前瞻性多中心随机对照临床研究发现:孕期分阶段精细补充复合维生素矿物质制剂(十月馨)可有效降低妊娠期并发症的发生,改善围产儿结局。

分段服用配比合理的营养素(金·十月馨),在孕前可促进孕妇雌性激素、孕激素分泌,提高卵子质量;孕早期可促进胚胎发育,促进胎儿神经系统雏形分化建立,还能缓解孕妇恶心、呕吐、厌食等;孕中期可以促进胎儿脑部发育,帮助胎儿形成健康的消化、神经、骨骼系统和组织形态,缓解孕妇头晕、小腿抽搐、私处瘙痒等症状;孕晚期可以增加胎儿的脑细胞数量和体积,促进脑皮质沟回的形成,促进胎儿各系统和器官健康发育,缓解孕妇手、脸、脚部、脚踝水肿。哺乳期可以提高新生儿体质,促进乳汁分泌、提高乳汁质量,促进产后各器官、系统功能及身材的快速恢复。

(中国优生科学协会“围产保健与优生基层行”项目组)

市场信息报 7月27日-7月30日,由中国医师协会、中国医师协会妇产科医师分会主办,甘肃省医师协会妇产科医师分会、兰州大学第一医院承办的“2023中国医师协会妇产科医师大会”以线下会场+线上直播的形式在甘肃省兰州市召开。

大会延续“学术交流,自律维权,人文教育”的主题,致力于加强我国妇产科医师队伍建设,展示我国妇产科医师队伍风采,规范临床实践,推广妇产科领域新理念、新技术,从而更好地为广大妇产科同仁服务。

本次大会,孕期母体反应的应对方法成为重点关注的主题。怀孕之后,由于孕激素的影响,孕妇身上各种身体反应接踵而至,这些反应中,可能藏着宝宝的求救信号。这时,如果能察觉身体上出现的不良反应,及时干预,科学监测腹中宝宝的胎动情况,合理、分段补充叶酸、维生素、矿物质等精准营养,可有效避免围产意外的发生。



需引起注意的八大孕期母体反应

●反应一:孕期阴道出血

在妊娠早期,如果发现少量阴道流血,应警惕宫外孕、葡萄胎的可能,及时做B超检查确定胎儿着床位置,排除异常。同时阴道出血也是先兆流产最主要的症状之一,准妈妈可以在医生的指导下服用保胎药物,并卧床休息。

●反应二:腹痛并伴有出血

如果孕妇在孕晚期发生腹痛并伴有出血,要警惕是否为胎盘早剥,如果肚子不痛但阴道出血很多,有可能是前置胎盘。这些情况都需要及时到医院观察治疗。如果此时胎儿的心跳比以前更加微弱,可能还需要立即手术终止妊娠,这样才能保证母婴的安全。

●反应三:瘙痒

在妊娠期,很多孕妇会出现瘙痒症状,如果全身广泛性瘙痒,尤其是腹部、手心和趾部瘙痒比较严重,并伴有轻度黄疸,肝功能检查GPT升高,这可能是妊娠期胆汁淤积综合征,建议及时入院就诊监护,避免出现不良后果,因为这种病症很容易引起胎儿窒息、早产、孕妇产后大出血等。当然绝大多数瘙痒是轻度的,可能和皮肤干燥有关,可以抹一些润肤露,然后观察瘙痒是否有所好转。

●反应四:羊水过多或过少

羊水是维系胎儿生存的要害之一,羊水过多可能预示着胎儿中枢神经系统、心血管等方面存在异常。如果羊水少于300毫升则称之为羊水过少症,可能显示胎儿肾脏或肺部发育不完整。

羊水多的孕妇,一要注意休息,二要饮食清淡。孕末期羊水多的人要监测好胎动,避免羊水突然破裂引起胎膜早破、胎盘早剥,羊水过多还会引起子宫支撑过度拉伸,造成产后出血。

羊水少的孕妇,早期应先确认胎儿有无畸形,特别是泌尿道的畸形,要注意胎盘功能是否减退,并及时加强监护。如果有胎儿窘迫的情况发生,一定要选择合适的时机选择剖腹产且终止妊娠。

●反应五:明显溢乳

怀孕早期会有乳汁溢出来,属于妊娠期的正常现象。如果溢乳明显,且伴有腹痛或阴道流血,要格外重视,过高的催乳素水平会抑制下丘脑垂体的激素分泌,影响胎盘功能和胎儿发育,所以,要定期做内分泌检查。

●反应六:胎动和胎心

胎动和胎心能够准确地反映出胎儿生长发育的健康状况。一旦出现不利因素,胎儿就会以过快或过慢,过强或过弱,甚至是消失的胎动和胎心发信号,以察觉到异常。

孕妇在妊娠18-20周时便可以感知胎动,胎动低于10次/12小时或超过40次/12小时,提示胎儿有可能宫内缺氧。同样正常的胎心也是规律有力的,为每分钟120~160次。若超过160次/分,为胎儿早期缺氧的信号,少于120次/分,则为胎儿缺氧晚期。