

哺乳期的避孕方法与注意事项

□ 姚超炎

按照世界卫生组织建议,适宜母乳喂养的年龄段是出生后到6个月内,之后可选择混合喂养的方式直到2岁或更大年龄。但是因为产妇并不太了解母乳喂养知识,以至于错过最佳喂养时间,加上因为产妇泌乳启动延迟率,产后7d缺乳发病率相对较高,影响了产后母乳喂养。且母乳喂养的方式同奶粉和混合喂养相比,能够降低新生儿罹患疾病及病死率,促进新生儿智力发育,还能够增加其免疫力和抵抗力,降低成年期生长发育障碍,以及儿童时期肥胖、过敏反应等的发生率。那么有一个现实的问题是,女性在哺乳期时应当如何做好避孕措施呢?哺乳期做好避孕的优势有哪些呢?你有所了解吗?下述将做出简要说明。

一、为什么哺乳期要避孕

在哺乳期照样是排卵的,在哺乳期如果性生活的话,要做好常规性的避孕措施,不然存在一部分意外受孕的可能性。而且哺乳期由于孕产妇体内的激素水平不稳定,排卵期也不固定。大多数情况下,产后哺乳期恢复排卵在4到6个月,但是也有过早或者延迟。一般正常产后三个月、剖宫产后半年,就应该放置宫内节育器。在放置宫内节育器之前,如

果有性生活,一定要做好安全有效的避孕措施,否则就有怀孕的可能性。哺乳期避孕大多可以采用避孕套,对婴儿哺乳没有任何的影响,也是为了产妇能够尽快恢复身体,也是为了避免在哺乳期再次怀孕。

二、哺乳期如何避孕

哺乳期期间避孕方式有很多,但产妇需要注意的是因为产妇需要给宝宝喂奶,避孕药是坚决不可以吃的,如果产妇喂奶期间吃避孕药的话,那避孕药里面所含的一些成分就会很容易进入乳汁,然后宝宝通过吃奶之后就会产生不良的影响,所以一定要选择正确的避孕方法。

1.皮下埋植。皮下埋植也是很多女性朋友会选择的一种避孕方式。其避孕的机理就是将避孕棒埋入女性朋友的手臂内侧,在埋植以后会缓慢的释放出小剂量的孕激素,抑制大家体内的排卵状况,同时还会改变大家的子宫内膜和宫颈黏液的状况,不利于精子穿透,从而起到很好的避孕的效果及用法。是在经期7天内或者是产后6周左右来进行皮下埋植,同时不会影响到大家的乳汁分泌总量和乳汁当中的蛋白质的含量,所以哺乳期的妇女也可以放

心使用。

2.男用安全套。对于产后体质情况较差的哺乳妈妈们,男用安全套避孕方法的应用能细菌病毒传播与感染情况的发生起到抑制作用,而且还能对性传播病症有效预防。此避孕方法是夫妻性生活时最常用的一种避孕方法,避孕率较高,能达到99.6%左右。

3.性交中断法。性交中断法也就是所谓的体外排精法,是一种比较传统的避孕方法,避孕效果取决于夫妻双方每次进行房事时采取体外射精的愿望和能力。但是这种方法不适合长期使用,可以偶尔一次使用。

4.绝育手术。绝育手术已经普遍到人们的生活中,很多男性为了避免意外怀孕,又考虑到产妇需要喂奶,就会去做绝育手术,这种手术是一种永久性的绝育方法。通过小手术结扎输精管,精子进入精液被阻断,从而达到避孕的效果。

5.服用避孕药。女性服用避孕药是一种常见的避孕方法,虽说避孕药能够杀死精子从而避孕,但是避孕药也要慎重服用,一定要选择不影响乳汁分泌的避孕药,这样才不会影响自己的哺乳期,还可以有效的避孕,尤其是在同房时不影响双方的快感。

生殖器官畸形的成因与治疗方法

□ 黎小虹

在神秘的生物世界中,我们的身体就像是一部精密的仪器,每一个部件都有其独特的功能和形状。然而,有时候这部仪器会出现一些“小故障”,其中之一就是生殖器官畸形。那么,这些畸形是如何形成的呢?我们又该如何治疗它们呢?今天,就让我们一起走进这个有趣而又神秘的领域,探索生殖器官畸形的成因与治疗方法。

首先,我们要明白什么是生殖器官畸形。简单来说,生殖器官畸形就是指生殖器官在发育过程中出现的结构异常或功能障碍。这种异常可能发生在男性身上,也可能发生在女性身上,其表现形式多种多样,有的轻微,有的严重。

那么,生殖器官畸形是如何形成的呢?其实,这个问题的答案并不简单,因为生殖器官畸形的成因多种多样,既有先天性的因素,也有后天性的因素。

先天性因素主要是指遗传因素和胚胎发育过程中的异常。遗传因素就像是一颗种子,它决定了我们身体的基本构造和特性。如果父母的基因中存在生殖器官畸形的倾向,那么孩子就有可能继承这种倾向,从而在发育过程中出现生殖器官畸形。而胚胎发育过程中的异常则可能受到环境、营养、药物等多种因素的影响,导致生殖器

官无法正常发育。

女性可能会出现生殖器官的畸形。这些畸形不仅可能影响生育能力,还可能对身体健康和心理健康造成负面影响。为了更好地了解和处理这些问题,我们需要深入了解女性生殖器官畸形的各种表现形式。

一、先天性生殖器官畸形

阴道畸形:这是最常见的生殖器官畸形之一。阴道畸形可能表现为阴道狭窄、双阴道、无阴道等。其中,双阴道和无阴道是较为严重的畸形,需要通过手术进行治疗。

子宫畸形:子宫畸形包括子宫发育不良(如幼稚子宫)、子宫纵隔、子宫粘连等。这些畸形可能导致不孕、月经异常或分娩过程中的并发症。治疗方法取决于具体的畸形类型和患者的需求。

双子宫:双子宫是指女性生殖系统中,存在两个独立发育的子宫和两个宫颈,阴道也可能完全分开,左右侧子宫各有一个单一的输卵管和卵巢。这是一种较为罕见的生殖器官畸形。

双子宫患者约有25%无症状,工作生活与正常人无异。但是,当双子宫发育不良时,可能会出现痛经、月经异常等症状,严重时可能导致妊娠后流产、早产。另外,在人工流产、产前检查或分娩过程中,由于两个子宫完全

分开,可能会误刮未孕的子宫,导致漏刮孕例子宫而使妊娠继续,这可能会引发手术难度增加、出血过多等一系列问题。在某些情况下,双子宫患者可能只有一个阴道或者阴道内存在一个纵隔,这可能会对性生活产生影响,导致性交困难或性交痛。

输卵管畸形:输卵管畸形主要表现为输卵管过长或过短、输卵管堵塞等。这些畸形可能导致卵子无法顺利排出或与精子结合,从而影响生育能力。治疗方法包括手术修复和试管婴儿技术。

二、后天性生殖器官畸形

产后损伤:分娩过程中的创伤可能导致生殖器官的破损或撕裂。这些损伤需要及时进行治疗以避免感染和其他并发症的发生。

感染性疾病:某些感染性疾病如淋病、梅毒等可能导致生殖器官的炎症和粘连。这些疾病需要及时诊断和治疗以防止永久性损害的发生。

三、心理和社会影响

生殖器官畸形可能对女性的心理和社会生活产生负面影响。一些女性可能会因为自己的身体形象而感到自卑或焦虑;同时,她们也可能面临社会偏见和歧视。因此,对于患有生殖器官畸形的女性来说,心理支持和社交

辅导是非常重要的。家人和朋友的理解和支持可以帮助她们更好地应对这一挑战。

对于轻微的生殖器官畸形,可能只需要通过药物治疗或生活方式调整就能得到改善。例如,一些激素类药物可以帮助调节生殖器官的发育和功能;而保持良好的生活习惯和饮食习惯也有助于预防和改善生殖器官畸形。

对于严重的生殖器官畸形,手术可能是唯一有效的治疗方法。手术可以通过修复、重建或替换受损的生殖器官来恢复其功能或改善其外观。当然,手术并不是万能的,它也有一定的风险和并发症。因此,在选择手术治疗时,我们需要充分了解手术的风险和收益,并在专业医生的指导下进行决策。

四、结语与展望

女性生殖器官畸形是一个复杂的问题,其表现形式多种多样。了解这些畸形有助于我们更好地处理它们并帮助患者恢复健康和生活质量。随着医学技术的不断进步和发展,我们相信未来会有更多有效的治疗方法和预防措施出现来减少这些畸形带来的危害和影响。同时,我们也应该关注患者的心理和社会生活质量等方面的问题并提供必要的支持和帮助让她们能够更好地融入社会并享受健康的生活。

(作者单位:广西壮族自治区生殖医院)

探讨电波在医学领域中的重要作用

□ 彭羽

在我们的日常生活中,电波无处不在。它们是电子设备的燃料,也是神经脉冲的载体。然而,你可能不知道,电波的魅力能够被应用于医学领域,为我们带来一种新的治疗方式——经颅磁刺激(TMS)。今天,我们将一同踏上这段旅程,从肌电图的微观世界出发,探讨电波如何影响人体的神经和肌肉活动,直至引领我们走向经颅磁刺激治疗的神奇世界。

肌电图,顾名思义,是一种记录神经和肌肉活动的技术。通过使用电极和电子设备,肌电图能够捕捉到肌肉纤维的电活动,从而为我们提供了关于肌肉功能和神经传递的宝贵信息。这种技术广泛应用于神经科、康复科和

运动医学等领域,帮助医生诊断和治疗各种神经系统疾病。

随着科技的发展,肌电图的应用范围不断扩大。除了传统的神经和肌肉研究,它还被应用于开发新的诊断工具和治疗方法。例如,利用肌电图数据可以评估神经损伤的程度和恢复的可能性,为医生提供制定治疗方案的重要依据。此外,肌电图还可以用于评估康复训练的效果,为患者制定个性化的康复计划。

然而,电波的魅力远不止于此。近年来,一种名为经颅磁刺激的技术逐渐崭露头角。经颅磁刺激是一种非侵入性的神经刺激技术,通过在头皮上施加磁场来激活大脑中的

神经元。与传统的药物治疗和手术相比,经颅磁刺激治疗具有无痛、无创和安全的特点,为许多神经系统疾病的患者带来了新的希望。

那么,经颅磁刺激是如何工作的呢?当磁场作用于头皮时,它会诱发微弱的电流,这些电流会穿过头皮和颅骨,直接刺激大脑中的神经元。这种刺激可以引发大脑中的神经活动,进而影响大脑的功能。在临床上,经颅磁刺激被广泛应用于治疗抑郁症、精神分裂症、阿尔茨海默病等疾病。对于一些药物治疗无效或无法耐受的患者,经颅磁刺激治疗成为了他们的新选择。

此外,经颅磁刺激还有望成为一种新的

神经调控技术。通过调节大脑中的神经元活动,它有望为神经系统疾病的治疗开辟新的途径。例如,利用经颅磁刺激调控杏仁核等情绪相关区域的活动,有望为抑郁症患者提供一种新的非药物治疗方式。同时,随着技术的不断进步,经颅磁刺激还可能与其他治疗方法相结合,形成一种综合性的治疗策略。

总的来说,电波的魅力在医学领域中发挥着重要的作用。从肌电图到经颅磁刺激治疗,我们见证了科技如何改变我们对神经系统疾病的治疗方式。这些创新技术的应用不仅提高了治疗效果,也为患者带来了更多的选择和希望。

(作者单位:四川省眉山市中医医院)