

10月10日上午,由中国女医师协会联合南京多家媒体共同发起的、国内首次将不孕不育女性作为援助对象的大型公益活动“好孕”计划在南京正式启动。该计划旨在帮助有孕育障碍的女性朋友获得好“孕”,促进和谐社会,缔造幸福家庭。同时经过医疗设备、医疗技术、医师资质、服务水平等多方面的严格筛选,华世佳宝妇产医院成为本次活动的唯一指定医疗援助机构。

一个求助帖引发的公益 “好孕”计划帮你圆妈妈梦

公益源于一个求助帖

孩子,对于家庭来说,不仅是传宗接代的产物,更多的是情感纽带。也许我们的身边每天都上演这样的喜剧,即将面临解体的家庭,因为有了孩子而和好如初。但也不可能上演那样的悲剧,因为生不出孩子,曾经相濡以沫的夫妻分道扬镳,曾经其乐融融的家庭支离破碎,有的人为了能生出孩子四处求医,不惜倾家荡产,也有的人因为生不出自己的孩子而郁郁终身。此次“好孕”计划的开始,也是源于西祠论坛上一个渴望成为母亲女性的求助帖。

在这个名为《我该怎么办,大家帮帮我》的帖子中,29岁的网友“嘻嘻哈哈”叙述她结婚5年,和老公却未能生育,承受来自家庭和社会的压力。看到周围的姐妹们都甜蜜地拥有自己可爱的宝宝,老公时不时的沉闷表情,让她觉得很无助,该帖写道:“现在已经不知道该怎么办,老公家里人对我越好,我就越内疚……”“一个家庭没有孩子是一个不完整的家庭,我也不能做一个完整的女人,对于以后的生活是什么样子,我真的不敢去想,我想要个完整的家庭,想做个好儿媳、好妻子,更想做个好妈妈!”字里

行间都能看出这位女性迫切希望成为母亲的心情。该帖在西祠网站一发出,访问量就突破四万。

随着求助帖的浏览量和跟帖量不断猛增,引起远在北京的中国女医师协会的关注,在多方的努力下,“好孕”计划这项大型的公益援助活动应运而生。

求助女性能圆母亲梦

“好孕”计划已经开始,不少人更关心网友“嘻嘻哈哈”的近况。记者了解到,目前,“嘻嘻哈哈”已经在华世佳宝医院进行治疗。对于她的病况,副主任医师梁毅告诉记者,其实“嘻嘻哈哈”是典型的子宫肌瘤和输卵管梗阻引发的合并症,事实上,病情也没有她自己想象的那么严重,通过腹腔镜手术结合导视技术完全可以摘除子宫肌瘤并疏通输卵管。术后结合中药调理,促进排卵,相信“嘻嘻哈哈”母亲梦能成为现实。

梁副主任还告诉记者,很多不孕女性都十分迫切希望成为母亲,因此有很大一部分女性“病急乱投医”,在治疗过程中很没有耐心,只要听到一点关于治疗不孕的信息,都愿意去尝试。其实治疗不孕是需要时间和过程的,患者需要信任医生,放松心情,配合治疗。

为了更好地为不孕女性提供救治,华世佳宝妇产医院妇科的孕育诊疗专业配备了包括4名副主任以上医师在内的专业医疗团队,她们治愈过数百例不孕不育症病患。张同友院长还告诉记者,本次活动医院联合台湾台北医学大学医学院,在“好孕”计划开展期间,每月均将邀请有亚洲生殖医学之父的曾启瑞教授为首的孕育专家团来院交流指导,将最大限度地为广大女性不孕患者提供专业权威的诊疗服务。

“好孕”计划的参与方式

凡是正常同居一年以上未能孕育宝宝的已婚女性均可参加此次的“好孕计划”。报名者可以从即日起至11月10日进行报名,并在规定时间内去华世佳宝医院,向医生提供病史、病历,并在医生的指导下完成相关病理诊断检查,由组委会根据医生的诊断结果,认定报名者是否符合救治条件。

同时,本次活动提供10个全程免费诊治名额,将在南京电视台十八频道以现场直播的方式,公平、公正、公开地抽取产生。除此之外,报名参加活动者均可获得华世佳宝医院价值1000元宫腔腹腔镜手术治疗援助卡一张。 快报记者 李鑫芳



新闻链接

女性孕育障碍已成为社会问题

从8月22日在北京召开的“2009中国不孕不育高峰论坛”上公布的数据得知,目前我国每年进入生育年龄的人口有3.2亿,而因为种种原因不能孕育的占到12.5%,也就是说全国约有4000万的育龄人口不能生育,而这个数据还在以每年至少10万的速度递增。

中国女医师协会副秘书长张静介绍,本次“好孕”计划活动的发起看似偶然,但网友的发帖却引起了如此强烈的关注,是因为道出了一个长期被忽视但非常严峻的社会问题。不孕不育导致了情感痛苦、婚姻危机、家庭破裂等系列社会问题,近年来更是由此引发了代孕等饱受争议的伦理问题。张副秘书长告诉记者,发起“好孕”计划这样的公益活动,一方面是利用医疗援助机构提供的先进医疗技术,帮助解决大家的孕育难题,另一方面也意在呼吁大家关注和重视自己的生殖健康。

美丽秘方

长假结束减肥正当时

“这个长假我啥地方也没去,彻底休息了8天,今早一称体重长了6斤,郁闷。”“我事情太多,健身的时间实在是太多了,只能偶尔来健身房一次……”在第一医院中医减肥门诊长假后经常能遇到这样的白领,看着腹部出现的“游泳圈”,特别想把肚腩减掉,该怎么办呢?第一医院中医减肥专家徐炳国总结了九招“秘方”,让你坐着躺着都能减腹。

■ 卧式

动作一:胸腹呼吸法
交替抬腿,上身稳定不动,腹部收紧,下背部紧贴地面,交替抬腿,下腹部肌肉就能得到锻炼。胸腹呼吸法,简单地说,就是挺直腰背,在缩下腹的同时,慢慢地用鼻子吸气,感觉胸部在扩大,屏住1~3秒左右,再慢慢地用嘴把气吐出来。这个动作,无论是在公交车上站着,还是在椅子上坐着,都可以练习,相当有效。

■ 坐式

动作二:抬腿收腹法

抬腿收腹法更适合长时间坐着办公的人士进行:坐在椅子上,把腰挺直,双手放在大腿两侧,扶着椅子边缘。腹部用力,把膝盖慢慢朝胸部方向抬高,在最高点停一下,从一数到五,再将膝盖缓缓放下。这样的动作连续做六次为一组,然后休息一会儿再重复一组,对消除腹部脂肪有非常好的效果。

■ 躺式

动作一:胸部抬起加旋转侧腹
侧腹,吸气不动,呼气时腹部用力把胸部抬起旋转。在旋转时感觉到腰腹在用力,肩膀随着身体的转动幅度旋转就可以了。

动作二:锻炼上腹的动作
胸部抬起,仰卧在地上,屈膝90度,肘关节水平打开,呼气把胸部抬起,直至肩胛骨离开垫子,不要憋气,吸气还原。

要注意的是,腹部锻炼也有先后顺序,练习的顺序是下腹、侧腹,最后是上腹。

通讯员 张子青

他健康

中年男人 当心睡眠窒息

男士步入中年后,即使每天已睡足8小时,但仍感到非常疲倦,有时甚至会头痛。这正是典型的睡眠窒息症状。

睡眠窒息症是一种睡眠障碍,常发生在中年男性、肥胖、酗酒及有服安眠药习惯的人士身上。患者在睡眠时,因不能呼吸导致暂时窒息,并经常从睡梦中醒过来。类似情况在一晚间可以发生数百次,而患者却不自知。因为每次窒息至醒来的时间只有10至20秒,患者可能没有察觉。由于不能完全进入睡眠状态,所以即使睡足十小时,也不能有足够休息。

疲倦、打瞌睡及缺乏活力是睡眠窒息症患者常见的表现。另外还有打鼾、记性转坏、反应迟缓、情绪不稳等情况,男性甚至会有不举现象。若长期处于睡眠窒息状态,更可能引起高血压、心跳异常,若心肺机能受到破坏,可酿成中风及心脏病。

目前医学界仍未能明确睡眠窒息的成因,但由于患者多是肥胖的中年男性,医生相信这与脂肪过多引致气管收窄,令呼吸不能畅通有关。另外鼻炎、咽喉肿瘤、鼻息肉、扁桃腺过大、脑部创伤等也可能是诱因。 金文

好孕计划

Pregnant Plan 一场探寻生命之源的神奇计划 一次让生命延续的爱心行动

“好孕计划”是由中国女医师协会联合南京电视台十八频道、南京电视台科教频道等多家媒体共同发起的大型助孕公益活动,旨在帮助有孕育障碍的已婚女性获得好孕,促进和谐社会,缔造幸福家庭。本次活动将从报名参与者中公开抽取10名有孕育障碍的已婚女性,最终获得全程免费诊治。除此之外,凡报名参加活动者,均将获得价值1000元宫腔腹腔镜手术治疗援助卡一张。

大型助孕公益活动“好孕计划”全面启动

活动报名时间: 10月10日—11月10日

主办单位: 中国女医师协会、南京十八频道、科教频道 协办单位: 金陵晚报、东方卫报

活动细则

1. 报名对象: 正常同居一年以上未能孕育宝宝的已婚女性。
2. 报名方式: 拨打电话025-84631001/86577666报名, 确认信息后, 请按约定时间至南京市龙蟠中街338号南京电视台2号门活动报名处或南京水西门大街文体西路9号南京华世佳宝妇产医院一楼导医台领取并填写《报名表》。
3. 入围说明: 报名者须在规定时间内来院, 向医生提供病史、病历, 并在医生指导下完成相关病理诊断检查, 组委会将依据医生的诊断结果, 对报名者是否符合救治条件做认定, 凡符合救治条件的报名者则自动入围。
4. 全程免费诊治的名额产生: 本次活动提供的10个全程免费诊治的名额, 将在南京电视台十八频道以现场直播的方式, 从入围者中公平、公正、公开的抽取产生, 最终产生的10名有孕育障碍的已婚女性, 即获得本次活动提供的全程免费诊治机会。

特别说明

1. 活动期间, 报名者均免收专家挂号费、咨询费; 专项检查费用享受8折优惠。
2. 最终产生的10名有孕育障碍的已婚女性, 获得全程免费诊治, 前期专项检查费用将在结果产生后, 全额退还。
3. 凡报名参加活动者, 均获价值1000元宫腔腹腔镜手术治疗援助卡一张。
4. 活动详情请登录: <http://www.hswoman.com/haoyun/>

唯一指定医疗机构: 华世佳宝妇产医院



南京市水西门大街文体西路9号/Tel: 025-86577666/www.hswoman.com

祝贺现代快报创刊十周年!