

专家指点

在很多亲子论坛上都有准妈妈发问,过了预产期宝宝还没有“打动”,究竟怎么回事?这个和胎儿的性别有关系吗?专家提醒,当宝宝超过42周仍未出世就该引起准妈妈的警觉了,过期妊娠发生率约占妊娠总数的5%~12%,过期妊娠的胎儿围产病率和死亡率增高,坐等只会带来危险。

预产期过了,宝宝咋还没动静?



1771号 俞文博

过期妊娠危险重重

南京市妇幼保健院产科邵克美副主任医师表示,过期妊娠对胎儿和妈妈的危害都是极大的,就一般而言随着孕周延长胎盘老化,胎盘的物质交换和传输能力下降,会直接影响胎儿的供氧和营养物质输送,致使胎儿处于慢性缺氧和营养不良状态。此外,胎儿对临产时子宫收缩产生的压力不易耐受,易导致胎儿窒息死亡。而且妊娠38周以后,羊水量开始减少,妊娠足月时的羊水量为1000ml,随着妊娠期的推延,羊水量越来越少。过期妊娠时,羊水量明显减少,可减少至300ml以下。对母亲而言,此时胎儿颅骨变硬,在临产期胎头适应产道的变形能力减弱,致使产妇产后并发症显著增多,最常见的就是难产率增加。因此,孕妇如果到了预产期仍不见动静,应及时去医院妇产科检查,切忌凭老经验在家中待产,这样只会危及母婴。

四种情况易致过期妊娠

专家进一步介绍,以下四种情况容易导致过期妊娠。
1. 无脑儿畸胎不合并羊水过多时,由于胎儿无下丘脑,使垂体-肾上腺轴发育不良,由胎儿肾上腺皮质产生的肾上腺皮质激素及雌三醇的前身物质16 α -羟基硫酸脱氢表雄酮减少及小而规则的胎动,不足以刺激宫颈内口及子宫下段引起宫缩,孕周可长达45周。
2. 头盆不称时,由于胎先露部对宫颈内口及子宫下段的刺激不强,容易发生过期妊娠。
3. 内源性前列腺素和雌二醇分泌不足而孕酮水平增高。有人认为过期妊娠系雌孕激素比例失调导致孕激素优势,抑制前列腺素和缩宫素,使子宫不收缩,延迟分娩发动。
4. 缺乏胎盘硫酸酯酶,是一种罕见的伴性隐性遗传病,均见于怀男胎病例,胎儿胎盘无法将

活性较弱的脱氢表雄酮转变为雌二醇及雌三醇,致使发生过期妊娠。

过期妊娠无关胎儿性别

医学上将孕周超过42周,即超过预产期两周的妊娠称过期妊娠。老百姓常讲“女孩懒月”,认为过期妊娠是与胎儿性别有关,其实这并没有科学道理。南京市妇幼保健院产科副主任医师王欣告诉记者,一般而言,过期妊娠的原因主要有:一、准妈妈内分泌失调,孕激素分泌过多或过少,都不易激发子宫收缩引起分娩。二、遗传因素,过期妊娠具有家族遗传倾向。三、胎儿畸形,多见于无脑儿,因缺乏头颅骨,先露部分少,不能很好地压迫子宫,分娩不易发动。而胎儿的性别是由染色体决定的,与分娩迟早毫无关系。所以说,过期妊娠一定是女孩的说法是没有任何科学根据的。

通讯员 钱莹
快报记者 吕珂



贴心链接

如何预防过期妊娠

1. 在未怀孕的前半年,“孕妇”便应及时记录每次的月经周期,以便能推算出较准确的预产期。在停经后两个月,便应去医院检查,以后定期做产前检查,尤其在37孕周以后每周至少做一次产前检查。
2. 如果预产期超过一周还没有分娩征兆,更应积极去检查,让医生根据胎儿大小、羊水多少、测定胎盘功能、胎盘成熟度或者通过“B超”来诊断妊娠是否过期。
3. 孕妇也可以自测胎动,如果12小时内胎动数少于20次,说明胎儿异常;少于10次,说明胎儿已很危险,应立即求医。如果确诊为过期妊娠,应由医生及时处理。

微观点

@南京市儿童医院 #女性不吃早餐更易生女孩# 牛津大学和埃克塞特大学对英国740名初孕妇女进行调查发现:①受孕期间日常摄取热量较高食品的孕妇中,56%生了男孩②每天早餐吃谷物的孕妇中,59%生了男孩,很少吃早餐的更易生女孩③食物酸碱碱性影响生男生女,要怀女孩,女性要避免吃太多碱性食物。

@南京市儿童医院 #孕妇青菜吃太多有害# 菠菜、芹菜、番茄等含有较多的草酸,与其他食物中的钙结合,容易形成草酸钙结石;粗纤维含量高的蔬菜,如芹菜、春笋等,大量进食后很难消化;怀孕的妇女和生长发育期的儿童、青少年,大量摄入蔬菜会阻碍体内钙、锌的吸收,影响孩子智力发育和骨骼生长。

@南京市儿童医院 【夫妻长相好更易生女孩】《生殖科学》杂志刊登英国一项新研究,对17000名英国孩子跟踪调查,调查内容涉及7岁时对老师的吸引力,45岁时其子女的年龄和性别等。结果,在被老师认为长相“吸引人”的84%的人中,头一个孩子可能是儿子也可能是女儿,但长相平平的人生男孩的比例更高。

@中大医院妇产科 #女性乱吃保健品当心吃出子宫肌瘤# 中大医院妇产科赵维英副主任医师说,为了漂亮,吃一些“纯天然”保健品,用一些“神奇”化妆品,现在已经是都市女性留住美丽、永葆青春的主要“秘方”,但是殊不知乱吃保健品,会吃出子宫肌瘤。这与生活水平提高,乱用保健品和过度使用化妆品有关。



1798号 吴晓逸

专家指点

孕期每次血压测量都有意义

南京市妇幼保健院产科王欣副主任医师

许多准妈妈会疑问为什么从初次产检到以后的每次检查医生都会量血压,量血压的意义到底何在呢?

一般而言,初诊的时候大部分准妈妈都处于孕四个月以前的阶段,此时的血压和孕前几乎相同,所以测量数值作为基础血压,将来和以后的血压作比较。如果这时的血压已经超过正常范围,那么您很可能在孕前就患有高血压了。以后每次复诊的时候,如果血压超过正常范围,或者没有超过正常范围,但是和基础血压比较,收缩压/舒张压,特别是舒张压升高超过了20mmHg,那么就有可能罹患妊娠期高血压疾病,或者已经患有这种疾病,要列为高危妊娠孕妇,要做进一步检查或治疗。

需要提醒的是,如果平时感到头晕头痛、胸闷或明显乏力水肿、体重短时间内明显增加等,不必等到产检时再量血压,可以去就近的医院测量血压,如果超过正常范围则要去产检的医院就诊。

通讯员 钱莹
快报记者 吕珂

产检记事

每一次产检,都是一次闯关

怀孕期间产检是必不可少的任务,来看看一位猪妈妈每一次产检的“闯关”心情吧!

第一关:孕否?鬼使神差的早上,拿出试纸试孕,中奖了!当时傻眼了,因为之前做过一个小手术,怕是因为药物引起的尿样呈阳性,就跑去医院做血液检测,忐忑的一小时,打了无数的电话,结果出来,好孕!当时真是不知道是“好孕”,还是“坏孕”!我只觉得是晴天霹雳。老公坚持留下宝宝,我比较犹豫,询问了相关妇科的阿姨,被告知,基本无影响。松了口气。期待三个月后的建档检查,每天数日子过啊。

第二关:建档。建了档,先要做一系列的检查。抽了5管血,手已经麻了,和护士小姐说,我手麻了。此时才是第三管。告诉我,再坚持一下。终于抽完血,我的手已经没有知觉了。常规尿检。然后是听胎心,那是我第一次听到了胎心,心情激动啊!做B超,妈妈说看到了宝宝的手和脚,嘿嘿!真是高

兴,拿着B超图给老公看,基本上能看到宝宝的大致轮廓,其他的还是黑糊糊的一块,全凭想象也够我们傻乐半天的了。妈妈问我,还用和医生说之前我做手术的事情吗?我说不说了,照我们的心里,医生如果说不好,又要提心吊胆了。还不如不说,做好检查,有问题再说吧。等着三天后的结果,数据一切正常!吼吼!

第三关:唐氏儿筛查。在这期间上了一次孕妇学校。和讲课的老师沟通了手术的事情,通过她的推算说,如果有可能,那时候是发育神经管,但不是绝对的。如果造成影响,也会有先兆流产,不过我没有,让我放松心情,做好后面的检查。这时候也差不多做唐氏儿的筛查了,结果出来低危,1:7000多,神经管是1:2000多,后来和这个老师又一次沟通,说了这个情况,她说,那就是肯定没问题了,别想太多。又过一关!

第四关:B超排畸。还是之前

莫紫茹

手术的事情,真是纠结了我的大半个孕期啊。又担心麻醉或者用药会造成宝宝畸形,B超前几天就开始忐忑。那时候已经孕23周了,我头一天还晕了一次,不知道是心理作用,还是怎么了!哎,晕的还是情人节那天。老公还说我,情人节,你玩得是哪一出?B超出来,一切正常,那一天是相当轻松愉快的。

第五关:糖筛。我因为是运动员的体质,本身就有点低血糖,估计血糖这一块不太会有问题。果然,一切正常。我觉得这可能是最轻松的一次。因为我担心的是血糖低,而不是血糖高。哈哈!

第六关:二次排畸+二次血糖。其实二次排畸,心里就轻松得多,不过担心的是胎位的问题,上一次是臀位,不过在32周才定胎位呢。那天B超大夫看了很长时间,说了一句,都看到了吧,嗯,都看到了。我这颗悬着的心,才整个放下。看来宝宝挺好的!嘿嘿。血糖,这次,餐后7.38,估计快到临界点了吧!整个检查过程还算不错的,现在期待时间快快过!

第七关:闹肚子。由于自己高兴,天天吃西瓜。清明的时候和朋友聚会,馋嘴,瞎吃。吃了冰激凌,又吃了西瓜,就有点闹肚子。因为知道闹肚子容易早产,第二天就上医院了,检查了大便,没有细菌感染。唉,这纯粹是自己给自己设的一道关卡啊,现在真的不敢吃冷饮了!

之后还有一系列的关要闯,不过,我还没走到,希望最后顺利通关!



122号 奚刘阳和妈妈

好运食谱

菠菜拌蛋皮

原料:鸡蛋2个,菠菜500克,葱丝、姜丝各适量,盐、味精、水淀粉、花椒油、香油各适量。

制作:先将菠菜择去老叶、切开、洗净,捞出沥干水分;把鸡蛋打入碗中,加盐、水淀粉搅匀,摊成蛋皮,切丝备用;菠菜用开水氽烫软,捞出后放入冷水中过凉,挤尽水分,加盐、味精、葱丝、姜丝、香油拌匀,放在盘子里;锅里放少许香油,小火烧热,放入花椒煸炒出香味;捞出花椒,将花椒油浇在菠菜上即成。

这道美食不仅促进胎宝贝的脑发育,而且菠菜富含钙和维生素,还有助于孕妈咪补钙、安神。

蛋包三鲜

原料:蛋皮、绿豆芽、黄瓜丝、火腿丝、盐、醋、烹调油适量,番茄沙拉1小勺。

制法:清炒豆芽、黄瓜和火腿丝,火候炒至七八成熟,加少许盐、醋调味;用小火调好蛋皮(直径10厘米左右,不必太大),用筷子夹取一些炒好的火腿丝,放在蛋皮中央;在蛋皮周围洒一些蛋液,使它自然翘起,卷实,略压一压,重叠的部分抹一些蛋液使它封住不至散开,从锅中取出;切成段装盘,洒上些番茄沙拉即成。

这道以鸡蛋为主料的美食,味道清爽,口感清脆,其中还富含来自蔬菜、肉类等的丰富营养。