

A34

孕子江湖

QQ群:70427058
微博互动: http://t.dsqq.cn
邮箱: kbdzk@163.com

点点周刊



1826号 贾雨静

专家指点

妈妈打了麻药 宝宝会受“连累”吗?

指导专家:沈晓凤 主任医师
南京市妇幼保健院麻醉科

妈妈们都知道母乳喂养好,但是有些时候,还是有人会担心,尤其是不符合顺产条件确定要剖宫产的准妈妈们,开始陷入纠结——既然是剖宫产,是不是几天之后才能让宝宝吃母乳?麻醉药对宝宝有没有影响?现任江苏省中西医结合学会疼痛专业委员会常务委员、南京市医学会麻醉专科分会委员、南京市麻醉质量控制委员会委员的沈晓凤主任向心存疑虑的爸爸妈妈们详细解答了这个问题。

母乳里会“残留”麻药吗

初乳中可能会有少量残留,但不足以危害宝宝

剖宫产后妈妈分泌的初乳中可能会残留少量麻药,但不足以危害到宝宝。剖宫产的妈妈完全可以在半小时内让宝宝吸吮乳汁,不用过于担心手术中的麻药会影响奶水。这是因为剖宫产通常采用硬膜外麻醉,并且采取的都是局麻和强化的联合麻醉,所以药性不会影响到胸部,等到产妇清醒和肢体能够活动的时候,麻醉药也已经代谢和排泄完了,所以产后半小时让宝宝吸吮乳头,没有任何问题。此外因为宝宝出生后的半小时,是吸吮能力最强的时候,也是宝宝吸吮乳汁的最好时机,此时让宝宝吸吮,可以很好地刺激乳汁分泌。不过对于刚经历手术的妈妈来说,是个挑战。妈妈可根据自己身体的情况,尽早让宝宝吸吮。

产后输液影响母乳质量吗

一些药物进入母乳很快就会被代谢出体外

有很多妈妈担心产后的输液用药会影响乳汁质量。其实产后输液通常是为了消除炎症,预防感染,虽然会有一些药物通过血液循环进入母乳,但是很快就会被代谢出体外,因此对乳汁分泌和乳汁成分的影响是微乎其微的。妈妈们大可不必为此而恐慌。而且产科医生在剖宫产后输液的药品上都会首选对乳汁质量没有影响的药品,这方面新妈妈可以放心。除非新妈妈患有其他疾病,那就要根据具体病因决定用药含量,这时,一定要在医护人员的许可下才能母乳喂养。

产后使用镇痛泵影响母乳质量吗

镇痛泵麻药是按规定剂量缓慢进入体内是安全可行的

剖宫产术后疼痛,不仅影响新妈妈的休息和睡眠,而且产生的疼痛、交感神经兴奋等都可以抑制泌乳。而镇痛泵可使新妈妈在手术后情绪安定、睡眠充足;有助于早接触、早哺乳,利于建立泌乳反射,促进催乳素分泌和泌乳始动时间提前;有助于新妈妈下床活动,促进胃肠功能恢复,尽早进食,从而使奶水分泌明显增多。镇痛泵可以让新妈妈们顺利度过痛感最为强烈的前三天,且通过一系列临床调查表明,剖宫产后镇痛泵的效果安全、稳定,临床上偶有出现排气排便不佳、恶心呕吐、尿潴留、瘙痒等症状,但这些仅仅是个别现象,副反应也大多能够得到很好的控制。

对于担心奶水质量的妈妈们也可放心,镇痛泵中的麻药是按照规定剂量缓慢进入体内,微量的镇痛药物不会影响乳汁质量,因此是安全可行的。用镇痛泵的妈妈们可以尽早开始母乳

喂养,使宝宝获得更充足的营养及免疫物质,这也有利于母婴感情的建立。

剖宫产是否奶下来得晚,要催奶呢?

剖宫产的新妈妈虽然开乳比顺产的妈妈会晚一些,但一般都不需要特别催乳。护理人员会建议新妈妈尽早让宝宝吸吮乳汁,对于部分泌乳不畅的新妈妈可根据情况进行热敷、按摩、疏通、哺乳前挤奶等乳房护理,刺激她们体内催乳素产生及射乳反射形成,使乳汁分泌的时间提前,乳腺管提早通畅,保证泌乳顺利。但所有的新妈妈都要注意,不要为了催奶而盲目进补,要知道一日三餐荤汤不断,身体吸收了大量的脂肪和蛋白质的同时,乳腺分泌的乳汁变得浓白稠厚,极易堵塞乳腺管,最终导致乳腺炎,严重者甚至诱发急性胃肠炎、胆囊炎等疾病。

通讯员 钱莹 快报记者 吕珂

好孕交流

有特别能吃荤的孕妇吗?

□贼婆~

我现在怀孕70天,不能吃素菜,吃了就吐,就喜欢吃荤菜,但是也不能吃多,吃多了就堵在嗓子里面下不去,也会吐。但是这个周末的时候,我突然太能吃了,周六中午吃了两份牛排,晚上我妈炸肉圆,我闻着觉得好香啊,不是说孕妇都闻不了油味重的嘛,我吃了五个(小的肉圆不是大的哈)!周日中午我又吃了两份牛排(都是要9成熟的)。我是不是太能吃肉,有点不正常啊?但是到了晚上胃口又不好了。

云很伤心 你太厉害了,我刚怀孕的时候,荤的就不想吃……

一培黄土 几乎不吃素的另一位路过……不过我大概在28周的时候因为这个被鼓楼医院的医生强制吃了很久的蔬菜,每天叶菜必须一斤,而肉类降为猪肉50g,鱼虾100g,牛羊肉一周100g,因为体重超标~

P*in*k” 听说怀儿子喜欢吃荤~

摩羯座精灵 我妈怀我的时候天天吃红烧肉,貌似我也不是男的。

cy-sl 怀孕前看到肉就致命了~死命冲,怀孕后看到肉就难受~看来我宝是素食主义,哈哈!

robinsnow 我那个时候也爱吃荤,就喜欢吃大肉!有什么关系!

小悠妈妈 我好像完全相反哦,今天21+4,吃荤还是不行滴~

maydeadqiao 我想到肉都能吐出来,羡慕LZ,我四个多月了,依旧吃素,何时到头啊!到现在一斤肉都没有长,急死人了!

俊慧 喜欢吃素,但身材像吹气球一样,这十天胖得不行,也不知道是什么原因!

钟爱灰太狼 我一直都喜欢素的,怀孕前期不吃荤,现在好万能吃一点了。

安安的嘎嘎 我本来就吃荤,怀孕以后更吃。

雨霖铃之痛 我天天要吃肉,到了医生那,医生说,少长点体重,超标了!

想去泡泡温泉 我也想吃荤,特别是肥肉。但是吃了就吐,不管荤素水果什么的全留不住,周末参加婚宴看到那个大蹄膀啊,特别想吃,都没好意思啃!

微信息

@江苏省妇幼保健中心#9种最适合孕妇的水果#1、柿子;对付妊娠高血压;2、香蕉:可以治疗孕期牙痛;3、苹果:预防宝宝哮喘;4、芒果:有效缓解孕吐;5、梨:清热降压良药;6、柑橘:维生素的宝库;7、猕猴桃:提高免疫力;8、柚子:预防妊娠糖尿病;9、草莓:防辐射。

@江苏省妇幼保健中心#暗藏孕效果的5种食物#①咖啡:女性每天喝一杯咖啡以上,怀孕可能性只是不喝咖啡女性的一半;②胡萝卜:妇女过多摄入大量胡萝卜素会引起闭经、抑制卵巢正常排卵功能;③酒精:可导致女性月经不调、闭经、卵子生成变异、无性欲或停止排卵等;④大蒜:有明显杀灭精子作用;⑤木瓜:含孕效果的木瓜蛋白酶。

好孕提醒

高血糖环境容易产下巨大儿

南京市妇幼保健院产科主任 陆元庆

胎儿在母体内生长过大,在我国新生儿的标准体重在3000~3300克,出生体重等于或大于4000克就可以称为巨大儿。巨大儿的产生会给分娩带来一定的困难。

随着人们生活水平的提高,孕期营养不断加强,产生巨大儿的比例也在不断上升。由此可见,营养过剩是产生巨大儿的一大原因。很多人怀孕后以为吃得越多越营养对胎儿就越好,孕期不仅大鱼大肉还补充昂贵的保健品,素不知这样盲目地摄入营养,不仅自己的体重飙升,腹中胎儿的体重也随之猛增,成为巨大儿。

我们知道,人的多个特征与父母的遗传相关,身高和体重特征很大比例是父母遗传的结果。一般来说,父亲或母亲身材高大、体格健壮或体重过重,生下巨大儿的可能性较大;同时患有糖尿病的孕妇,以及一些孕前血糖正常的孕妇,怀孕后由于体内的胰腺功能不正常容易导致血糖偏高,胎儿处在高血糖的环境下,会将这些糖转化为多余的脂肪和蛋白质,导致体重增长较快,成了巨大儿。通讯员 钱莹 快报记者 吕珂

大肚皮烦恼

夏季蚊虫偏爱孕妈妈,怎么办?

夏天到了,讨人厌的蚊子又要围着孕妇们转悠了。可是快要做妈妈的人了连防蚊子也要顾及肚子里的宝宝,有什么方法是适合孕妇防蚊子的呢?

孕妇夏季最易招蚊子叮咬

孕妇在妊娠后期呼吸量比非妊娠妇女大21%,呼出的潮湿气体与二氧化碳对蚊子具有相当的吸引力。孕妇腹部温度比非妊娠妇女高,腹部温度越高,皮肤表面所散发的挥发性

物质就越多,这种由皮肤细菌产生的化学信号极易被蚊子嗅到而成为叮咬目标。

孕妇尽量不要用蚊香等化学驱蚊,最好不用风油精或清凉油,因为风油精或清凉油里的冰片对孕妇的刺激可能会导致早产。孕妇被蚊子叮咬后,可抹一点茶海拉明药膏或炉甘石药膏,一般次日可消肿。

香水发胶面霜招惹蚊子

化妆打扮过火,也会挨蚊子咬。使用香水、发胶、面霜等带花香味的化妆品以及焗油膏,被蚊子叮咬的几率都会增加。有人认为,大多数化妆品都含有可吸引蚊子的化学成分。所以化妆的女士比素颜朝天者更受蚊子“追捧”。夏天洗澡也不宜使用香味过浓的香皂和沐浴液。不过,并非所有的香味都会招惹蚊子,例如香茅油、桉叶油气味,反而是驱蚊的良品。

驱蚊水不宜和防晒霜共用

对于容易挨蚊子咬的人来说,驱蚊水无异于救命的稻



1835号陈子杰