

# 准妈妈怀孕期间体重暴增70多斤

## 竟是患上妊娠期高血压,只能急诊将孩子剖出

### 急诊故事



YMG全媒体记者 刘晋 通讯员 李成修

26岁的小陈是一位怀孕39周的准妈妈,身高163厘米的她自从怀孕后体重增长了70斤,达到194斤。在莱山区一家医院产检时,医生曾提醒她控制体重,可她觉得自己年轻,没什么问题,一直放任不管,结果水肿情况越来越重,只能到烟台毓璜顶医院通过急诊剖宫产将孩子取出。

### 全身水肿未就诊,准妈妈无奈剖宫产

家住莱山区的小陈从怀孕之后体重就开始疯长,原本120多斤的她在不到8个月的时间里,飙升到194斤,对医生控制体重的建议一直置之不理。两个月前,她出现了双足踝部水肿,即便休息过后也不能缓解,并逐渐蔓延至全身。

半个月前,小陈无明显诱因地出现嘴歪并伴有眼睛闭合障碍,无奈之下,只能到烟台毓璜顶医院做

进一步检查。检查结果为右侧面神经炎。经过治疗,症状得到缓解。可让她没想到的是,4月9日再次去产检的她血压升至148/91mmHg,伴有头痛、眼花,诊断为妊娠期高血压。烟台毓璜顶医院产科主治医师王玉苹见此情景,“马上将其收治入院,住院后查尿蛋白++++,血压升至168/111mmHg,诊断重度子痫前期,决定行剖宫产手术终止妊娠”。

### 太胖的她无法平躺,手术全程垫高头部

她被推进手术间后,麻醉医师孙奇评估发现:“患者全身浮肿,术前检查显示有明显胸腔积液,而且伴有妊娠期高血压引起的头晕、头疼,平躺时也会出现明显的胸闷憋气。”

她告诉记者,这种情况下施行椎管内麻醉虽然比较困难,但还是有一定优势的,椎管内麻醉对循环干扰轻,阻滞后会致下半身容量血管扩张,回心血量减少,使心脏前负荷降低。另外,用于术后镇痛有优势,降低术后心衰风险。整个

手术过程还要重点关注胎儿娩出这个时段,因为胎儿娩出后腹压骤降,回心血量增加,心脏负担增加,严重时会引起心力衰竭、肺水肿等危及孕妇生命安全。

“像小陈这种情况,我们是不建议顺产的,因为顺产会让患者出现血压生理性升高,增加脑出血风险。整个手术过程,患者的切口流出了很多液体,这都是水肿造成的。我们使用利尿药物帮其排世,好在手术最终顺利完成,母婴平安。”王玉苹说。

### 高发病率的妊娠期高血压要补钙预防

期、妊娠合并慢性高血压。严重影响母婴健康,是孕产妇和围产儿病死率升高的主要原因。”王玉苹告诉记者,“遗憾的是,至今发病机制尚未完全阐明,是一种多因素、多机制的疾病。”

患上妊娠期高血压,血压升高是最常见的表现,严重患者还能引发蛋白尿,表现为下肢水肿、腹壁水肿、眼睑水肿,甚至有头痛、头晕、眼花、胸闷、憋气、恶心、呕吐及上腹部不适。“如果孕期出现下肢水肿,经休息后不能缓解,就需要监测血压及尿常规,警惕妊娠期高血压疾病。”王玉苹表示,“对于低危人群,目前尚无有效的办法。高危人群则可通过适当锻炼、按时休

息、合理饮食等方式预防。”

预防妊娠期高血压还有很重要的一点,就是补钙。“正常孕妇早孕期每日需要800mg钙,中晚孕期需要1000mg钙。需要注意的是,正常饮食中仅能摄入需求量的30%-40%,故国内专家都建议,正常孕妇从孕中期就要开始每日补充钙剂至少600mg,直至分娩。根据2020年《妊娠期高血压疾病诊治指南》建议,对于钙摄入低的人群建议口服补钙,补充量每日至少1000mg,以预防子痫前期。孕11-13+6周开始,可给予小剂量阿司匹林口服,可预防子痫前期的发生。这类药物对孕妇和胎儿是安全的,可以放心使用。”王玉苹说。



### 健康提醒

## 腮腺炎、水痘等传染病多发

### 专家提醒:勤洗手,多开窗通风

本报讯(YMG全媒体记者 李俊玲 通讯员 王朝霞)当下正值春季,天气忽冷忽热,流感、诺如病毒和流行性腮腺炎等春季传染病多发。昨日,烟台市疾控中心提醒学校及托幼机构要注意防范,做好日常的清洁和消毒,家长应确保孩子不带病上学、入园。

### 接种流感疫苗是预防流感最有效的手段

流感是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病,常发生于冬春季。传播途径以空气飞沫为主,也可通过被病毒污染的物品间接传播。潜伏期为1-3天,患儿发病后1-7天均具有传染性,病初2-3天传染性最强。如发现病情

加重,应及时就医,在医生的指导下服用抗流感病毒药物,尤其是发病48小时之内,用抗流感病毒药物能显著降低流感重症和死亡的发生率。目前,接种流感疫苗是预防流感最有效的手段,可显著降低罹患流感和发生重症的风险。

### 腮腺炎可并发脑膜炎等多种疾病

流行性腮腺炎是由腮腺炎病毒感染而引起的腮腺及其他腺体的肿大,肿胀以耳垂为中心,以冬春季常见,主要通过呼吸道飞沫传播,也可通过直接接触感染者的唾液传播。多见于5-15岁的儿童和青少年,一次感

染后可获得终生免疫。专家提醒:腮腺炎可并发脑膜炎、心肌炎、睾丸炎或卵巢炎等,少数患儿出现听力损害。在腮腺炎流行期间,尽量不要带孩子到人群密集的场所,要养成良好的个人卫生习惯。

### 诺如病毒传染性强,要勤洗手

诺如病毒是引起急性胃肠炎常见的病原体之一,冬春季节高发,传染性强,传播途径包括人传人、经食物和水传播。诺如病毒颗粒小,且仅需10-100个病毒就可致病。最常见的症状为呕吐和腹泻,其次为恶心、腹痛、头痛、发热、畏寒和肌肉

酸痛。多数病例为轻症,发病后2至3天即可康复。

预防诺如病毒应注意饮食、饮水卫生,尽量吃熟食,吃水果要清洗、削皮。饭前便后勤洗手,减少到人群聚集的地方。患儿出现呕吐、腹泻等肠胃症状,应尽早到医院就诊。

### 手足口病高发期少去人群密集场所

手足口病是由肠道病毒引起的传染病,多数患者一周左右自愈。主要经消化道或呼吸道飞沫传播,或接触病人皮肤、黏膜疱疹液而感染。表现为急性起病,发热,可伴有口痛、厌食,手、足、口腔等部位出现小疱疹或小溃疡,少数患者可引起心肌炎、肺水肿、无菌性脑膜炎等并发症。

当患儿出现下列表现时,应警惕为重症患儿,及时到医院就诊:持续高热,头痛、呕吐,精神反应差、嗜睡、抽搐,肢体无力、急性偏瘫,呼吸急促甚至呼吸困难、心率增快,面色苍白、皮肤发花、四肢发凉、发绀、出冷汗。

专家建议,手足口病高发期,不宜带孩子到人群聚集、空气流通差的公共场所,避免接触患病儿童。

### 家有水痘患者要多开窗通风

水痘是一种急性传染病,人群普遍易感,1-14岁为高发年龄。水痘传染性强,一次发病可终身获得较高的免疫力。

若因挠抓继发感染时可留下轻度凹痕。家有水痘患者要注意开窗通风,因为水痘主要是通过空气来传播的。

水痘主要通过飞沫经呼吸道传播,或接触被病毒污染的物品传播。人体感染水痘病毒后,经过大约2周的潜伏期后发病。

患者感染水痘后可出现发热、头痛、全身不适、食欲下降等症状,发病后24小时内出现皮疹。水疱期痛痒明显,



# 33岁男子因前列腺炎“抑郁”

## 毓医专家林春华支招解决“男”题

### 名医在线

本报讯(YMG全媒体记者 黄钰峰 通讯员 李成修 马瑾)近年来,随着人们生活压力的增加和不良生活习惯的形成,越来越多的疾病正在快步向男性走来,并严重威胁男性身心健康。近日,记者在烟台毓璜顶医院泌尿外科采访时发现,前列腺疾病已成为很多男性的“标配”。

“林主任,我最近小便总有疼痛感,而且骨盆这一块也很难受……”在泌尿外科门诊,33岁的王先生正在向烟台毓璜顶医院泌尿外科主任医师林春华描述自己的病情,并坦言自己平时经常久坐、很少运动,还总是吃辛辣刺激的食物,自从有症

状以后情绪一直很低落,时刻都在想这个问题。通过王先生的描述,林春华确定这是明显的慢性非细菌性前列腺炎的表现。在进行尿常规、前列腺液等详细的检查后,王先生被诊断为慢性前列腺炎。

“像这种情况不需要药物治疗,回去放松心情,注意生活习惯,加强运动,很快就会缓解的。”林春华告诉记者,对于男性来说,前列腺炎是很常见的一种男性疾病,对男性的身体健康和日常工作生活、心理上都有不利的影响。但从目前来看,很多患者都是因为不良的生活习惯导致的。在日常生活中,经常吃辛辣刺激性强、高油高脂的食物或久坐、缺乏运动等都是慢性非细菌性前列腺炎的诱发因素。

那么,前列腺疾病会出现哪些

症状呢?对此,林春华介绍说,前列腺出现问题主要表现在排尿方面,比如尿频、尿急、尿痛以及排尿困难等,最明显的症状是会出现夜尿增多的情况,而频繁起夜会影响中老年人的睡眠质量,从而导致基础疾病的发生,所以应早就诊早治疗。“现在在很多年轻人都不爱喝水,导致尿液浓缩,排尿次数减少,而尿液内的有毒有害物质会对组织器官造成伤害。”林春华说,大家在日常生活中要多饮水、多排尿,每天饮用2升以上的水,通过尿液来充分冲洗尿道,也有利于前列腺分泌物排出,以预防前列腺的重复感染。除了这些,前列腺还怕受挤压,应做到不憋尿。要想远离前列腺疾病,戒烟限酒,避免辛辣饮食,且减少或避免长时间久坐是十分重要的。