

2012年公卫执业医师考试辅导：孕期4种常见疾病的预防 PDF
转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/655/2021_2022_2012_E5_B9_B4_E5_85_AC_c22_655974.htm

1、孕妇感冒多喝开水谨慎用药
怀孕期间，准妈妈们最怕的就是感冒了。专家表示，一般的感冒，症状较轻，如流鼻涕，打喷嚏等，对胎儿影响不大，也不必服药，休息几天就会好。但妊娠早期（3个月内）是胎儿胚胎发育器官形成的时期，若患流行性感，且症状较重，则对胎儿影响较大，此间服药对胎儿也有较大风险。因为妊娠后，孕妇体内酶有一定的改变，对某些药物的代谢过程有一定的影响。药物不易解毒和排泄，可有蓄积性中毒，在孕早期胎儿器官形成时，药物对胎儿有一定的影响。但如果感冒引发继发性感染，那对胎儿、母亲的影响远远超过药物的影响。这时，就应权衡利弊，在医生指导下，合理用药。准妈妈们一旦患了感冒也不要惊慌失措或乱服药物，感冒后可选择多喝白开水、保持睡眠充足、多吃水果和绿色蔬菜、少吃滋补类的食品等物理治疗的方式。另外，家中居室通风换气，温、湿度适宜；保持良好的心境，增强对疾病的抵抗能力。如果感冒症状一直没有好转，应及时到医院找医生咨询。

2、皮肤瘙痒分清皮肤炎症与胆汁淤积症
孕妇在怀孕期间出现皮肤过敏是正常的妊娠反应。女性怀孕后受激素变化的影响，经常会出现短期过敏性皮肤炎症，但对胎儿不会造成影响。如果孕妇出现皮肤瘙痒等症状，医生一般建议她们停用所有的化妆品。洗澡时，只用清水冲洗，少用或不用沐浴露、肥皂等。孕妇容易出汗，往往频频洗澡。不少孕妇因为洗澡过于频繁，或者身上残留沐浴露等因素引发皮肤瘙痒

。除此之外，还有一种皮肤瘙痒大家不能忽视。孕妇在妊娠中、晚期发生全身皮肤瘙痒，部位四肢明显，躯干较轻，没出现皮疹，多因体内胆汁淤积所致，临床上称作妊娠肝内胆汁淤积症。肝内胆汁淤积的孕妇容易发生胎盘功能不全、胎儿宫内窒息、早产及产后出血等并发症。属于高危妊娠患者必须遵从医嘱，酌情住院治疗、随诊及监测。有些病例在发生皮肤瘙痒数日至数周后出现黄疸，表现为皮肤及巩膜发黄，并可伴有轻度恶心、乏力、腹泻及腹胀等症状。如果出现此类现象切勿疏忽大意，定要及时去医院诊治。

3、妊娠高血压综合疾病多补钙定期做产前检查

妊娠20周以后易发生孕妇妊娠高血压综合疾病，这是孕产妇和胎儿死亡的主要原因之一。主要表现为高血压、蛋白尿和浮肿等症状，严重时出现抽搐、昏迷、心肾功能衰竭等并发症，容易导致胎儿宫内急性或慢性缺氧，胎儿发育迟缓、死胎、死产或新生儿死亡。目前医学上对妊娠高血压综合疾病的病因不明确。但是，有高血压家族史、营养不良、或者自身患有免疫性疾病的孕妇是高危人群。目前患有妊娠高血压综合疾病的孕妇中，80%左右是轻度的，患者可以无明显症状或仅有轻度头晕，产后大多数都自然痊愈。因此，怀孕期间积极有效地生活调理至关重要。实行产前检查是筛选妊娠高血压综合疾病主要途径。妊娠早期应测量1次血压，作为孕期的基础血压，以后定期检查，尤其是在妊娠36周以后，应每周观察血压及体重的变化、有无蛋白尿及头晕等自觉症状。另外，加强妊娠中、晚期营养，尤其是钙质、多种维生素、叶酸、铁剂的补充，对预防妊娠高血压综合疾病有一定作用。

4、妊娠糖尿病少吃甜食进行糖尿病筛查

怀孕期间，随着胎盘的形

生了多种对抗胰岛素的激素，从而使孕妇的胰岛素分泌相对不足。如果孕妇此时大量进食甜食和高糖类的水果，则容易引发妊娠糖尿病。血糖过高可能引起胎儿先天性畸形、新生儿血糖过低及呼吸窘迫症候群、死胎、羊水过多、早产、孕妇泌尿系统感染、头痛等，不但影响胎儿发育，也危害母亲健康。有研究表明，发生妊娠期糖尿病的病人，一大部分都是诊断了妊娠期糖尿病之前存在饮食的不合理，主要是大量含糖食物的摄入。比如说糕点、水果或者是含糖分的饮料。爱吃水果可以，但是量一定要控制。针对这一情况，专家建议，准妈妈们应在怀孕24~28周时到医院进行糖尿病筛查。对于有糖尿病家族史、年龄偏大或肥胖的糖尿病高危人群，怀孕后应尽早接受糖尿病的筛查，以便及早诊断。一旦确诊为妊娠期糖尿病，孕妇应在医生指导下进行饮食、运动调节，如果血糖控制不满意，必须及时接受胰岛素治疗。胰岛素本身不通过胎盘，因此，对母子来说都是安全的。相关推荐：[#0000ff>2011年公卫执业：警惕化妆品致癌](#) [#0000ff>2011年公卫医师：儿童青春期基本概念](#) [#0000ff>2011年公卫执业医师：皮肤久痒是肿瘤的“警钟”](#) 特别推荐：[#0000ff>2011年执业医师考试真题及答案（网友版）](#) 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com