

怀孕期间服药， 宝宝还能要吗？

授课医师：刘颂平
市妇幼保健院妇科医师

时常有女性生病服用某些药物后才发现自己怀孕了，因为担心药物或对胎儿有不利影响，而在是否要这个宝宝的问题上产生疑虑。事实上，判断外界不良刺激对胚胎的影响要依据以下条件：

服药时间

按照月经 28 天一个周期来看，若月经第 14 天排卵受精，受精的两周内，遵循一个“全或无”的原则，即如果不良刺激影响到了胚胎，胚胎就会死亡，造成孕妇流产。如果胚胎存活，那么说明胎儿丝毫没受到影响。第 3-12 周是胎儿各个器官形成的阶段，对不良刺激没有那么好的修复能力，这段时间应该尽量避免服用药物，以及接触毒物、放射线等。12 周以后，胎儿已经成形，外界因素也不会引起胎儿畸形，不过，这并不意味着胎儿 12 周以后可以随意接触有害物质，吸烟、喝酒仍然会对胎儿产生影响。

药物种类

美国食品药品监督管理局把药物按照对胚胎的影响进行分级 A、B、C、D 和 X 五级。A 级和 B 级是相对安全的，如果孕期必须用药尽量选择 A 级 B 级药物。这些分级都需要大量动物和临床试验才能得出结论。目前，新品种繁多，很多新药并未积累更多的临床数据，因此不建议孕妇盲目服用。

药物剂量

药物对胎儿的不良影响叫做胚胎毒性。任何药物起作用 and 起副作用都需要一定的剂量，也许每种药物毒性有强有弱，但都有一个最低中毒剂量，因此，无论孕妇吃了哪级药物，如果仅仅服用一两片完全没必要放弃胎儿。

自身健康

女性在怀孕以后既不能滥用药，也不能忽视自身健康状况，因为影响胎儿发育的因素除了药物，还有母体的健康状况和导致疾病的病源。前不久，一位怀孕 26 周的孕妇发热、伴腹痛，检查后考虑是感染导致的先兆早产。在医院进行了 3 天的青霉素治疗后，发热症状无好转，医生建议换用抗生素治疗，她担心药物对孩子有不良影响，始终签字拒绝，三天后就流产了。因此，孕妇生病，不仅危害着自身健康，也会危害着胎儿的健康，女性孕期生病，一定要配合医生进行治疗。

如果孕期不慎接触了药物、放射线，一定要告诉医生用药时间、药品名称、用量多少，由医生分析风险，指导做决定。

(钱菁璐 杨冷)



小儿磨牙的几种原因

专科医生：康裕斌
市一院儿科副主任医师



门诊中，时常有家长问，“孩子晚上睡觉磨牙是怎么回事”“会不会是肚子里有蛔虫呢？可是吃了两片驱虫药，还是不见效，该怎么解决”……孩子偶尔磨牙，可能是由于咀嚼肌的异常运动所引起，不属于病态。如果经常磨牙，则是不正常的表现，应引起注意。

造成磨牙的原因，目前还不十分清楚。一般认为与下列因素有关：

精神、神经质等因素 导致磨牙

有专家认为，夜间磨牙是患儿对白天无法表达的愤怒、怨恨、紧张情绪的释放，该行为可能导致牙齿咬合障碍。帮助患儿释放这种紧张情绪可以解决该问题，如睡前交谈、让患儿释放白天所产生的害怕或愤怒情绪等，多多给予精神和情感支持对纠正该习惯非常有利。

有些孩子平时并不磨牙，但如果临睡前刚看完恐怖、紧张的武打影视片或小说后，由于神经系统过于兴奋，也会出现夜间磨牙。有时晚上蒙被睡觉过久，因大脑组织中二氧化碳积聚和氧气供给不足，也可引起夜间磨牙。故临睡前不宜看过于紧张的电影、电视或读物，并注意睡眠卫生，也不要蒙头睡觉。

另外，患有维生素 D 缺乏性佝偻病的孩子，常常会出现多汗、夜惊、烦躁不安和夜间磨牙。如果给这些孩子补充鱼肝油、钙片，平时多让他们晒晒太阳，那么，夜间磨牙的情况会逐渐减少。

不合理饮食、肠道寄生虫 导致磨牙

不合理饮食也会导致患儿磨牙，如晚饭吃得过饱、睡前进食过多等，均可引起夜间磨牙，这是由于膳食分配不合理，不仅影响营养素的吸收和利用，还会增加消化道的负担，入睡时，若胃肠道还积存大量未被消化的食物，整个消化系统

会被迫“加夜班”，甚至连咀嚼肌也被动员起来，不由自主地收缩，而引起磨牙。因此，晚餐不宜过饱，饭后注意适当活动。

还有一类磨牙多由

蛔虫和蛲虫所致。蛔虫不仅掠夺人体的营养物质，还会刺激肠壁，分泌毒素，引起消化不良，脐腹周围隐隐作痛，以及出现失眠、烦躁和磨牙。若因此导致磨牙，可予施行驱虫治疗。

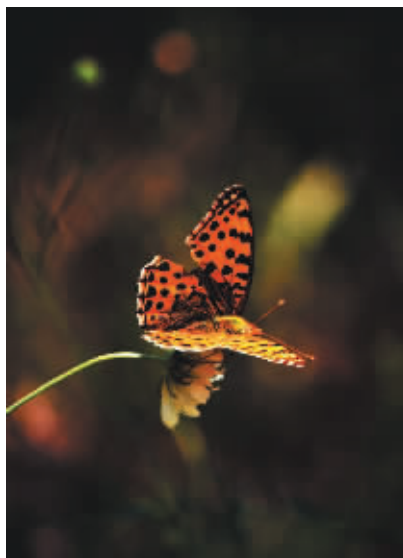
患有维生素 D 缺乏性佝偻病的孩子，常常会出现多汗、夜惊、烦躁不安和夜间磨牙。如果给这些孩子补充鱼肝油、钙片，平时多让他们晒晒太阳。

口腔疾患 导致磨牙

夜间磨牙一般是在熟睡后因神经反射的作用而发生，这时口腔内没有食物，唾液的分泌量也很少，牙齿得不到润滑，只能上下互相干磨，使牙齿磨损严重，影响牙齿的健康。

因此，有牙齿排列不齐、咬颌关系错乱的孩子要进行矫正。如果夜磨牙不能纠正，可到医院口腔科作“塑料牙垫”，晚上睡觉时戴在上下牙之间，可以防止夜磨牙。

(朱研 杨冷)



三伏天老人 如何防止中暑

保健医师：袁叶
市中西医结合医院(市二院)
老年病科主任

入伏后天气闷热，老年人新陈代谢和体温调节功能差，水分补充不足，尤其是患有高血压、高血脂等基础疾病的老人，高温天气极易诱发心脑血管意外。此时，老年人更应该注意生活细节，以平安度过暑期。

老年人的耐高温能力差，因此，尽量不要将皮肤裸露于太阳光下，因为日光中的紫外线、红外线不仅会损伤皮肤，还会穿透颅骨，若脑膜下温度升高，会引起脑组织水肿和淤血，导致头晕、头疼、恶心、眼花、耳鸣，甚至昏倒等，医学上一般谓之“日射症”；若发生体热散失不畅、体温升高、脉搏加快、呼吸急促、心慌恶心、头晕头疼，称之为“热射症”；出汗会使体热和盐分流失，若出现肌肉疼痛，以致痉挛等，或是发生“热痉挛”。因此，老年人在天气闷热、烈日当头时，应尽量少外出，尤其上午 10 时至下午 3 时光照强烈、气温偏高，应尽量避开这段时间外出。必须外出时，应戴遮阳帽和墨镜，穿宽大、松软、单薄、浅色衣，并多到阴凉处休息和用风扇纳凉。另外，老人户外锻炼尽量选择清晨或傍晚进行，此时气温相对较低，中暑可能性较小，高温天气应减少户外活动。

膳食要合理，忌食物种类过于杂乱，多喝解暑饮料，例如绿豆汤、绿茶等。为了防夏季中暑，老人一定要及时补充水分，饮水宜小量频饮，忌口渴时一次喝大量的水，另外，每天还可喝点番茄汤防晒。

夏季昼长夜短，睡眠时间相应减少，加上天气炎热，熟睡程度不高，老年人会感到身倦力乏、精神不振、吃饭不香，从而影响身体健康或诱发疾病。因此，老年人平时应注意休息，不要太劳累，每天应保证一定时间的夜间睡眠和午睡。睡觉时应注意盖好腹部，防止受凉感冒或诱发胃肠疾病。

(刘园园 杨冷)

