

甲状腺疾病威胁母婴健康

怀孕前应检查甲状腺功能

准妈妈都很关心哪些因素会干扰或制约健康宝宝的孕育。目前可以明确的是,妊娠期甲状腺疾病对母婴健康特别是胎儿脑部发育会带来不利影响,因而,怀孕前检查甲状腺功能必须是必须的,应认真对待,不可敷衍。筛查指标主要是血清TSH(促甲状腺素)、FT4(游离甲状腺素)和TPOAb(甲状腺自身抗体)。



近1/10准妈妈受袭扰

作为我国育龄妇女的常见病之一,妊娠期甲状腺疾病包括临床甲状腺功能减退症、亚临床甲状腺功能减退症、甲状腺自身抗体(TPOAb)阳性等,在妊娠前半期妇女中上述三者的患病率分别为0.6%、5.27%和8.6%,这意味着每10位准妈妈就可能有1个受到甲状腺疾病的袭扰,这些家庭添丁的喜悦之情因此蒙上了阴影。

母婴健康都受累

妊娠期甲状腺疾病不仅发病率高、影响广泛,还会对母婴健康造成不良影响。国内外多项研究已显示:妊娠妇女临床甲减、亚临床甲减和TPOAb阳性对妊娠结局和后代神经智力发育存在不同程度的负面影响。以妊娠期临床甲减为例,会增加早产、低体重儿和流产等妊娠不良结局的风险,发生流产的风险增加60%,发生死胎的风险增加22%,发生死胎的风险升高。同时,对胎儿神经智力发育也会有不良影响,如可能导致孩子智商评分降低,运动、语言和注意力发育迟缓等。基于这些循证依据,一旦确定临床甲减,应立即开始治疗,并尽早达到治疗目标。

及时治疗效果佳

尽管危害严重,但好在只要及时发现、科学干预,结局通常是比较理想的。仍以妊娠期临床甲减为例,接受有效治疗后,目前没有证据表明会发生妊娠不良结局和危害胎儿智力发育,其胎儿也不需要任何额外的监测措施。临床甲减孕妇妊娠前半期(1-20周),应每4周检测一次甲状腺功能,在妊娠26-32周则至少应检测一次甲状腺功能。

孕前筛查最理想

研究和成本效益分析显示,筛查整个妊娠人群优于筛查高危妊娠人群。甲状腺疾病筛查时机应选择妊娠8周以前,最好是在怀孕前就开展甲状腺指标筛查,一旦确诊患病可在怀孕前经有效治疗后再择机怀孕,最大程度确保母婴健康。筛查指标主要是血清TSH、FT4和TPOAb。

日前,我国首个《妊娠和产后甲状腺疾病诊治指南》发布。指南支持国内有条件的医院和妇幼保健部门对妊娠早期女性开展甲状腺疾病筛查。围产期甲状腺疾病的规范诊治,将减少甲状腺疾病对母婴健康的损害,解除医患双方的困惑,对保障母婴健康和提高下一代的人口素质具有重要意义。柏豫

妊娠甲减问与答

问:妊娠甲减有什么症状?

答:妊娠甲减的症状包括:精力不济、昏昏欲睡、体重增加、怕冷、便秘和记忆力减退等。这些症状易与妊娠反应混淆,且轻度甲减没有或仅有轻微的临床症状,易被忽视。

问:为什么妊娠甲减会导致胎儿智力水平下降?

答:胎儿的大脑发育需要甲状腺激素。

妊娠早期即妊娠的前12周,处于胎儿脑发育的第一快速发育期,但此时胎儿自身的甲状腺功能尚未建立,胎儿脑发育所需要的甲状腺激素完全依赖母体供应。

如果在这段时期准妈妈患有甲减,即母体甲状腺激素持续低下水平,不能为胎儿脑发育提供充足的甲状腺激素,将会影响胎儿脑发育,甚至造成不可逆的损害。

问:妊娠和哺乳期服药治疗甲减安全吗?

答:服用正确剂量的外源性甲状腺素是绝对安全的,不影响妊娠和哺乳。因为甲状腺激素是我们身体正常分泌的一种激素,服用外源性甲状腺素只是为了补充身体原本缺乏的那部分。所以严格来说,它并不能算是药物,而只是一种生理性的替代品。左甲状腺素钠片被美国FDA列为A类药物,即安全性与维生素类药物相同。

手脚麻木在日常生活中十分常见,一般手脚麻木在短时间内消除,不会有大问题。但是,有的人手脚麻木后长时间无法缓解,就得看医生了,尤其是高血压、高血脂、糖尿病、脑动脉硬化患者。

引起手脚麻木的原因有很多种,留意麻木的部位和症状,方能明确诊断,针对性选择康复治疗方案和手段。

单侧手臂、手指麻木,那可能是颈椎病引起,通常是慢性、反复发作的麻木,同时伴有颈肩部的酸痛、僵硬等症状。长期低头工作、颈部受寒、枕头垫得过高情况下,容易引发发病。患有颈椎病,上臂麻木,可能是颈椎第5(C5)神经根受压;前臂麻木和拇指、食指麻木,可能是C6神经根受压;中指可能是C7神经根受压;环指和小指麻木,可能是C8神经根受压。

上述症状要在明确诊断后,施以必要的康复治疗措施,例如高频,低频,牵引,光疗及水疗等,通常康复治疗介入越早,临床治疗效果就越好。

如果麻木发生在单侧大腿或小腿,或伴有足部麻木,可能是腰椎疾病引起,通常可能是腰椎间盘突出,腰椎管狭窄,或腰椎间不稳,也可能是腰椎滑脱等。

手脚麻木出现在一侧肢体,而另一侧完全正常,可能是脑梗的先兆。脑梗引起的肢体麻木通常都是急性的,还可伴有言语障碍、半侧肢体功能活动障碍等症状,遭遇这种情况要紧急就医。

糖尿病引起的周围神经病变,常呈对称性疼痛和感觉异常,下肢症状较上肢多见。感觉异常有麻木、蚁走、虫爬、发热、触电样感觉,往往从远端脚趾上行可达膝上,患者有穿袜子与戴手套样感觉异常。

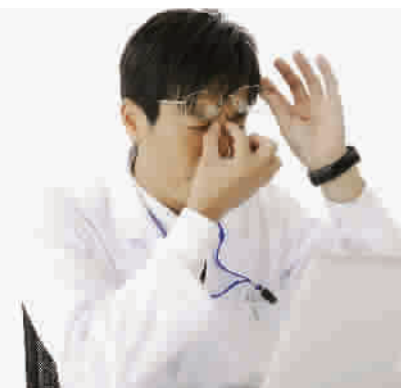
特别需要注意的是,老年人出现长期慢性的手脚麻木,持续不能缓解,还要考虑可能由恶性肿瘤引起,此外,诸如神经源性疾病,肢体局部血管狭窄,雷诺氏综合征,下肢静脉曲张,心脏病等疾病也有可能引起肢体的麻木,所以当排除上述常见的病因之后,还应考虑这些疾病的可能。

对于手脚麻木,不能单纯对症治疗,而是要针对病因积极治疗。在明确诊断的前提下,对颈椎病、脑中风、腕管综合征、腰部疾患、糖尿病及膝关节性关节炎等疾病进行必要的康复治疗,麻木的症状会逐渐消失。

白跃宏(主任医师、教授) 俞红(主管技师)(上海交通大学附属第六人民医院康复医学科)

手脚麻木或是疾病征兆

来自干眼症的忏悔书



干眼症,这是我的名字。看到这三个字,你一定心生厌恶。请先耐心听我介绍自己,我是临床上所称的泪液质或量异常或动力学异常,导致泪膜稳定性下降,并伴有眼部不适或眼表组织病变特征等多种疾病的总称。近些年来,我和越来越多的年轻人纠缠在一起,保守估计全国已有3000多万名干眼症患者。很多人都有眼部干涩、酸痛、异物感,还怕光、视力减退,甚至出现头痛、烦躁、疲劳、注意力难以集中、角膜软化穿孔等症状。让大家感到不适,实在抱歉。

可是,我想说干眼症队伍能够如此壮大,原因多种多样:长时间从事电脑操作、汽车驾驶、读书及其他精细作业、眨眼次数减少,引起泪液减少;佩戴隐形眼镜、过敏性结膜炎、大气污染、紫外线等其他原因,而引起泪液减少;自身眼裂大,或室内干燥等,引起泪液的蒸发;服用部分降压药及部分精神安

定剂对泪液的产生有影响;眼部手术后(近视激光手术、白内障超声乳化术)以及某些全身疾病,如甲状腺功能异常、类风湿关节炎等自身免疫性疾病,也会干扰泪液产生。

人类对我们的认识主要有三大误区:误以为点眼药水就能消灭我们;误以为可以一次性驱赶我们;误以为我们会导致失明。事实并非如此,希望大家可以正确看待我们。

既然,今天我们已经赤裸裸地将罪过交代清楚,那么,我想还是给大家一些忠告,希望干眼症不再成为人类的困扰。

■ 不要长时间注视一个方向,如果需要长时间在电脑屏幕前工作,那么请每隔四十分后休息五分钟,看看远处的绿化景观或者做五分钟眼保健操。

■ 在看书、电脑屏幕时,可以多眨眨眼以保持眼睛的湿润度。

■ 眼睛与电脑屏幕之间的距离保持在60厘米左右,并且屏幕要比眼睛低一些,形成30°的倾斜角,以减轻眼睛的压力。

■ 请不要长时间待在空调房中,因为空调房间中的湿润度低,会使得眼睛干涩。

■ 养好良好的生活习惯,切勿熬夜,从而加重眼睛的负担。

■ 如果眼角膜、眼睑等有发炎、过敏、受伤等情况,需要及时咨询眼科医生并积极治疗,不可随意买药。

■ 如果你已经患有干眼症且较为严重,可以应用泪小点栓进行治疗。

干眼症并非无药可医,只要注重眼保健,我们便不能趁虚而入。本版图片 IC 邱立红 唐琦文(上海市眼病防治中心)

同济堂药业
中华老字号

爸妈腰腿疼痛

要吃仙灵骨葆片

仙灵骨葆片 让儿女更安心
爸妈乐享晚年



国药准字Z20025357请按说明书或在药师指导下购买和使用
禁忌: 孕妇禁用 黔药广审文第2012030028号已备案2012年4月6日

帮助钙吸收 上楼腿不痛

人到中老年以后,很多人都会出现腰背痛、腿脚痛、易抽筋、易骨折、易驼背、身高明显缩短等现象,大多数人认为,上了年纪,这些问题都难免,往往希望用补钙的方法来解决,可天天牛奶、骨头汤,天天吃钙片,还是腰酸背痛腿抽筋,走路上楼腿痛,没力气。因为随着年龄的增长,吸收功能减退,老年人钙的吸收率极低。

中老年人腰酸背痛腿抽筋,是钙吸收能力下降,要想办法帮助钙的吸收。

○为什么仙灵骨葆片能帮助钙吸收?

中医对骨质疏松的研究是以中医学的脏腑理论为基础来进行探讨和治疗的。通过中医药调理气血、滋补肝肾、活血通经等对机体的整合调节作用,提高机体抗氧化能力、免疫功能和调节性激素水平,以促进钙吸收,达到治疗骨质疏松的目的。

同济堂药业生产的国药准字药品——仙灵骨葆片,就是根据“肾主骨”等中医理论研制,经过数十年临床试验证明仙灵骨葆片具有“促进钙吸收”的独特功效。仙灵骨葆片通过滋补肝肾,达到促进钙吸收,强壮中老年人骨骼,解决了中老年人腰酸、背痛、腿

抽筋的大问题。

仙灵骨葆片由百年药业“同济堂”荣誉出品,同济堂1994年被誉为“中华老字号”。

○属国家保密配方工艺

同济堂药业始创于清光绪十四年(公元1888年),至今有120多年的历史。其仙灵骨葆片配方于2006年被审查、核准为国家保密配方工艺。仙灵骨葆片,帮助钙吸收,解决腰酸、背痛、腿抽筋。希望这一保密配方,在同济堂现代中药文化的推动下,让更多的中老年人骨头更结实、不疼痛,拥有健康的骨骼和美好的晚年。

仙灵骨葆片, 6周1疗程, 按疗程服用, 效果会更好!

功能主治: 补肾壮骨。用于肝肾不足, 瘀血阻络所致骨质疏松症, 症见腰脊疼痛、足膝酸软, 乏力。

国药准字Z20025357请按说明书或在药师指导下购买和使用

禁忌: 孕妇禁用 黔药广审文第2011060082号已备案2011年8月2日

OTC
本市各大医保药店均有销售
021-66371193/36050970