

# 47岁高龄双胎孕妈“历险记”

医生:孕期“皮痒”需高度重视,这种“怪病”对宝宝危害很大

记者 张如意

## 高龄孕妈皮肤瘙痒 原来得了“怪病”

怀孕的时候,你是否有过皮肤瘙痒的症状?47岁的赵丽华(化名)通过试管辅助成功受孕,但是她的生育历程一直不顺利,不但有过自然流产,而且因为异位妊娠,切除了一侧输卵管。

孕29周时,赵丽华开始出现皮肤瘙痒的症状,起初并没有在意,直到挠得皮肤红肿、破皮,她才来到济南市妇幼保健院就诊。

高龄、双胎、瘙痒,这些敏感因素,瞬间让有30年工作经验的韩爱卿想起了一种可怕的孕期并发症——妊娠期肝内胆汁淤积症。

济南市妇幼保健院病理科主任韩爱卿介绍,这是一种严重影响妊娠,可能导致胎儿不明原因胎死宫内的并发症。

检查结果显示,赵丽华总胆汁酸、胆汁酸及肝功转氨酶均明显高于正常,确诊为重度妊娠期肝内胆汁淤积症。

韩爱卿立即把赵丽华收入产科六病区,经过产科、儿科、重症医学科多学科会诊,给予保肝、降胆汁酸等处理,赵丽华的胆汁酸和肝酶值终于缓慢下降,这意味着宝宝还有机会延长一下孕周。

本以为这样慢慢就好了,没想到在孕32周和孕36+5周的时候,又出现了血压、胆汁酸值升高等问题。

孕36+5周的下午,赵丽华因恶心、胃部不适及头部不适来医院就诊,除了妊娠期肝内胆汁淤积综合症的症状,她还出现了另一种妊娠期的特有并发症——子痫前期重度。

解痉、降压,一系列救治措施处理下来,赵丽华的血压并没有下降,情况紧急,如果



继续等待,可能出现胎盘早剥、心脑血管意外、HELLP等并发症,医生建议急诊剖宫产,尽快终止妊娠。

30分钟后,龙凤胎宝宝在大家的期盼中出生了,手术很顺利,术后5天,赵丽华平安出院。

## 只要对症处理 即能“去痒”成功

济南市妇幼保健院病理科副主任孙谦介绍,妊娠期

肝内胆汁淤积症(ICP)是一种妊娠特有疾病,以不明原因的皮肤瘙痒、肝功能异常,但产后迅速消失或恢复正常为临床特点。主要危害为早产、羊水胎粪污染、胎儿窘迫、死胎、死产,进而使围产儿病率及死亡率增加等,其发病也具有地区性差异。

“瘙痒一般最开始出现在手掌和脚掌,然后渐渐向肢体近端延伸甚至发展到面部。”孙谦表示,当孕妇出现不明原因皮肤瘙痒时,应该引起重视

并测定血清胆汁酸水平,尤其是有ICP高危因素者(如有慢性肝胆基础疾病者,包括丙型肝炎、胆囊结石或胆囊炎、口服避孕药史,有ICP家族史或既往有ICP病史、双胎孕妇以及人工授精妊娠的孕妇等)。

孙谦表示,ICP的治疗主要为药物治疗,缓解瘙痒症状、降低血清胆汁酸水平、改善肝功能、定期复查相关指标、尽量延长孕周、改善妊娠结局。一般通过药物治疗,症状及生化指标都能达到较好的控制。

不是所有的ICP孕妇都需要剖宫产终止妊娠。对于轻度ICP,无其他产科剖宫产手术指征者,可考虑经阴道试产,而且产时需严密监护,做好新生儿窒息复苏及紧急剖宫产准备。

“即使是ICP,大家也不用太害怕,只要对症治疗,即能‘去痒’成功,需要提醒大家的是,孕期的‘皮痒’需高度重视,有异常情况要及时来医院咨询。”孙谦表示。

如何辨别正常的皮肤瘙痒和胆汁淤积引起的瘙痒?孙谦介绍,妊娠纹也会引起局部皮肤瘙痒,瘙痒发生的部位主要是妊娠纹出现的区域,如腹部、大腿及乳房等。

胆汁淤积引起的瘙痒,一般从手心和脚心开始,这主要是因为血液中过量胆酸作用神经末梢的缘故。

孙谦表示,因为病因不明,所以对于该疾病目前也没有针对性的预防方法。由于妊娠期肝内胆汁淤积症的主要风险在于引起胎儿发病和死亡,因此,对此病的治疗方法是以使胎儿顺利足月分娩为目的。

若有胎儿窘迫且胎儿已成熟则应当机立断终止妊娠,且以剖宫产为宜,因为经阴道分娩会增加胎儿缺氧程度。妊娠期肝内胆汁淤积症经积极主动处理,可明显降低围生儿死亡率。

记者 张如意

许多准妈妈整个孕期都在与各种小问题、不适症状“作斗争”,当准妈妈们被孕期不适搞得焦头烂额时,便秘是一个最容易被忽略,但又不得不重视的问题。

据悉,大多数孕妇在孕期甚至产后都有胀肚便秘的情况,据国外报道,孕产妇便秘的患病率在11%~38%。

济南市妇幼保健院药剂科主任李国辉表示,凡是粪便干燥坚硬、排便不畅,或数日才排便一次,严重丧失正常频率者,称为便秘。便秘也可以是排便次数明显减少,每2~3天或更长时间一次,无规律,粪质干硬,常伴有排便困难感的病理现象。

为什么孕期容易产生便秘呢?李国辉表示,孕期分泌的孕激素、孕晚期胎儿压迫、饮食失衡、缺乏运动、微量元素摄入过量、情绪波动等,都可能导致便秘。

那么,孕期该如何缓解便秘呢?李国辉说,只要各位孕妈在日常生活中多注意一些,改掉一些不良的生活习惯,便秘之苦是可以尽量避免的。

首先要保证良好的水分摄入。建议孕妈每天至少饮水1.5~2.0L,以保证身体循环和代谢。当然,这些水量包括平常喝的牛奶、豆浆、蜂蜜水、淡茶水等。

每天要固定排便时间,帮助肠道养成良好的排便习惯。有两个推荐时间,一是晨起直立性排便反射,其次是早餐后胃肠排便反射,这两个时间,身体本身就有生理性的排便感,更容易帮助习惯的养成。

加强膳食纤维的摄入。建议孕妈妈增加含植物纤维素较多的谷物、蔬菜和水果。适量食用杂粮,如糙米、山芋、绿豆、薯类、玉米、燕麦片等;多吃各种新鲜瓜果和蔬菜,尤其是香蕉、梨、苹果、黄瓜、白菜、芹菜、丝瓜、芹菜等。不过,孕妈在食用膳食纤维比较多的食物后,一定要多喝水。

每天保证适量的舒缓运动。孕早期和孕中期适当运动能够减轻便秘症状,在无特殊情况下,一般建议孕妇采取散步、慢走等运动方式,可改善肠道功能(以实际身体情况为准)。也建议做凯格尔运动(骨盆运动)来帮助强化盆底肌,肌肉有力量了,排便的时候就能使上劲儿了。

药物治疗。当饮食和生活方式都不能很好地缓解便秘症状时,通常会考虑药物干预,常用的孕期通便药有乳果糖等。不过在用药方面,一定要在医师指导下进行。

李国辉提醒,如果孕妇便秘症状过于严重,或者一直无法缓解,建议及时就诊,切记不能随意、盲目用药,否则可能会威胁胎儿健康甚至导致流产。

治疗孕期便秘也要小心,不要口服润滑性的泻药,如蓖麻油、液体石蜡等,这样影响肠道对营养成分的吸收,宝宝的营养得不到很好的保障。

服用导泻剂或强刺激作用的润肠剂,会使胃肠蠕动增强,引起子宫收缩,导致流产或早产。润滑性泻剂(液体石蜡),则会减少准妈妈对脂溶性维生素(A、D、E、K)的吸收,影响宝宝健康。

## 孕妈妈如何缓解便秘之苦

# 只用两个月,告别七年之“痒”

济南市皮肤病防治院:疑难皮肤病会诊解患者烦忧

记者 秦聪聪  
通讯员 于德宝

“七年瘙痒,两个月解决,真是太感谢涂教授了!”只用两个月时间就告别了多年病痛,市民赖先生满是感激。

赖先生是一名退休人员,本来应该享受安逸闲适的生活,但是因为不明原因的瘙痒,一度整天吃不好也睡不着。

事情要从7年前说起,一开始,赖先生以为是湿疹,并没有太在意。但是,瘙痒反复发作,赖先生痛苦不堪,生活

质量也明显下降。虽然他也在省城多家医院就诊,内服外用的药物也用了不少,但症状始终没有改善。

直到今年6月份,赖先生从报纸上看到北京大学第一医院皮肤科涂平教授在济南市皮肤病防治院定期进行疑难皮肤病会诊的消息,便第一时间预约了涂平教授会诊。

涂平教授接诊后,详细询问了赖先生的病史与治疗经过,并为赖先生进行了必要的血液检查。

结合赖先生的皮肤病症状与检查结果,确诊赖先生患

的是“嗜酸性粒细胞增多性皮炎”。

据悉,嗜酸性粒细胞增多性皮炎是一种瘙痒严重的皮肤病,临上好发于中老年人,严重影响患者生活质量,因皮损表现缺乏特异性,在治疗过程中多被误诊为湿疹、痒疹、荨麻疹等疾病。但是,如果能得到及时正确的治疗,患者预后较佳。

根据赖先生的病情,涂平教授为赖先生制定了一项详细的针对性治疗方案。经过2个月治疗,在8月底涂平教授来院会诊时,赖先生的皮肤瘙

痒症状已得到完全缓解,生活质量基本正常。

秉承“始于需求 终于满意”的服务理念,济南市皮肤病防治院自2015年起,特邀国内知名皮肤病学专家孙建方、涂平等教授来院会诊,让济南市民足不出济、省内市民不用长途奔波便可在“家门口”享受来自全国著名专家的诊疗与服务。

9月26日,涂平教授再次在济南市皮肤病防治院进行疑难皮肤病会诊,需要就诊的市民,可关注济南市皮肤病防治院微信提前进行预约。