

预防早产早知道
定期产检要牢记

■ 本报记者 马珂 通讯员 张毓容

省妇女儿童医学中心产科主任汪洪林表示，孕妇早产可分为三类：自发性早产、未足月胎膜早破早产和治疗性早产。其中，自发性早产是最常见的早产类型，孕妇如果有早产史、妊娠间隔短于18个月或大于5年、早孕周有先兆流产、宫内感染、细菌性阴道炎、牙周病、抽烟酗酒、高强度劳动、子宫过度膨胀、前置胎盘、胎盘早剥、胎盘功能减退等都会引起早产。

汪洪林提醒说，普通孕妇要定期产检完善相关胎儿畸形筛查。孕前要及时治疗妇科疾病、性病，怀孕期间要避免各种感染，以免影响胎儿健康。孕期要戒烟戒酒，合理补充营养，保证身体所需的营养元素。严重贫血或患有妊娠并发症的产妇，早产几率比较高，所以孕期要补充维生素、蛋白质，多吃新鲜蔬菜、鸡肉、瘦肉、豆制品。出行也要特别注意，一定要避免磕碰到腹部。

汪洪林表示，高龄产妇要提高优生意识，定期做好产检。一旦出现了异常症状，要及时到医院治疗。孕期要做好高危妊娠筛查，及时发现妊娠并发症。尤其要重视孕中期检查，可以筛查胎儿畸形和异常症状。

早产风险早发现

■ 本报记者 马珂

早产儿出院后，如何及时发现宝宝发育风险？省儿童医院新生儿科主任羊玲表示，在护理期间，要随时观察宝宝的吃奶情况、睡眠情况、大小便情况、情绪、对外界环境反映情况、肢体活动情况等。

在排除常见的疾病如呼吸道感染、消化道疾病等外，注意观察宝宝有无经常哭闹烦躁、食欲下降、睡眠不安、反复呕吐、易惊、吞咽困难、拥抱反射增强、哭声低弱等；或者是宝宝在4个月以后仍然有握持反射，到5个月以后还不能主动伸手抓物，出现这些情况，需要到专科如儿童康复科进行随访。

早产宝宝出生时最常见的是呼吸窘迫综合征、脑室内或周围出血、感染、窒息等等，如果这些疾病没有及时对症治疗，就很容易对宝宝的大脑发育造成影响，病情严重的宝宝会出现脑瘫、智力低下、癫痫、视力障碍、听力障碍等并发症。

早产儿脑损伤的风险与早产宝宝的胎龄、出生情况、治疗效果都有相关性，只要做到早发现早干预，大多数宝宝的并发症是很少的，发育也是很好的。

早产有迹可循

◆ 迹象1 分泌物状态

由于体内荷尔蒙的变化，孕妇分泌物明显增加，但多属透明黏液的正常状态。然而，若异于平日，如：持续流出清澈如水的分泌物（可能是早期破水）、分泌量增加、颜色变深、有明显出血（严重者可能是前置胎盘或胎盘早期剥离）的状况等等，则不排除有早产的可能性，建议尽快就医检查。

◆ 迹象2 生理变化

若有以下生理感觉或状况，建议尽快就诊检查。

1. 下背部酸痛感、骨盆部位疼痛感比平日强烈，休息后也无法改善。
2. 腹部有明显下坠感，甚至像东西快掉下来的感觉。
3. 腹部出现连续性痉挛、绞痛等症状。若腹部剧烈疼痛，则有较大几率是胎盘早期剥离的状况，更应紧急就医。

◆ 迹象3 规律宫缩

怀孕期间，偶尔可能会感觉腹部紧紧的，但休息后即恢复正常，属于偶发性子宫收缩。然而，若宫缩是持续性的，且每5~10分钟1次，平躺休息也无法减缓，就必须尽快就医，以诊断是否有早产倾向，并确定是否需进行安胎等措施。

十月三十日，海南省儿童医院内一位母亲在早产儿病房内看望宝宝。本报记者李天平摄

关注世界早产日

“巴掌宝”“最轻宝宝”……近年来，早产儿的抢救一直在挑战周龄和体重的“最”底线。11月17日是“世界早产日”，相关统计显示，我国早产儿出生率约为10%左右，而且有逐年增加趋势。科普知识普及不够、预防早产知晓率低等问题不容忽视。专家提醒，早期保健和干预至关重要，科学的保健措施可以挽救绝大多数早产儿。

我省体重最轻早产儿 出生体重仅700克，如今能背古诗了

“来，给护士阿姨唱首歌呀。”11月1日下午，定安县定城镇的李先生对3岁多的儿子桐桐说道，“桐桐现在在古诗背得很好的，也会唱好多歌，很多人都不相信他出生的时候才700克。”转过头，李先生笑着和刚刚到访的海南省妇女儿童医学中心护理部主任轩妍分享着孩子成长的喜悦。

在一旁的轩妍望着虎头虎脑的桐桐笑得同样开心。这3年多来，她一直关注着桐桐的成长，“感觉就像自己的孩子一样。”轩妍和桐桐一家人的“缘分”始于2016年6月。

2016年6月20日的那个上午，

可能是李先生此生最难忘的时刻。

当天9时许，李先生怀孕25周的妻子叶女士在上厕所时，发现自己出血了。当他跑入卫生间时，发现孩子此刻已经出生。宝宝的突然降生，让李先生和叶女士都懵了。就在几天前的产检中，没有任何迹象显示孩子会早产。

“我当时脑子一片空白，吓坏了。”李先生赶紧用毛巾将孩子裹起来，并打120求助。

“他很慌，我反倒还镇静很多。我们当时只有一个念头，一定要想办法把孩子救过来。”言语温柔的叶女士，在孩子出生那一刻，就成为一个强大的母亲。

救护车很快赶到，并将母子送到医院进行救治。“孩子当时体重很轻，只有700克，比一个大人的手掌大不了多少，全身皮肤都是透明的。”李先生伸出自己的手掌比了比。

此后，桐桐在新生儿科监护室开始了长达3个月的生命闯关。肺炎、黄疸、呼吸窘迫……宝宝脆弱的身体面临多重病症的侵袭。

为了让桐桐更好地康复，即便几乎没有奶量，叶女士还是坚持从桐桐出生第一天就保证母乳喂养。“孩子妈妈很不容易。我买的电动吸奶器都使不上劲，她只能每天用手挤奶。”为了照顾妻子和

孩子，李先生天天定安和海口两头跑，“我妻子为了孩子能吃上母乳，拼命吃东西，身材都变形了也不管。”

“我记得她第一次挤奶时，只挤出了一滴奶。”轩妍是当时的新生儿科护士长，她将这一滴珍贵的母乳用棉签小心地擦拭宝宝的嘴巴，“哪怕只有一滴，对孩子也是有帮助的。”

在医护人员和父母的全力救治和呵护下，桐桐在3个月后顺利出院。“后来我们只带着他做了一个多月的康复训练，现在孩子身体很健康，很多人都很喜欢他。”对叶女士来说，孩子能够健康成长，她所付出的一切都是值得的。

全省孕周最小宝宝 胎龄24周即出生，现已恢复健康

“铭铭现在会抬头了，听力和视力都正常。”10月31日下午3时许，儋州市那大镇邱女士的家里，显得格外热闹。

这一天，海南省妇女儿童医学中心新生儿科主任羊玲与科室的几位医生和护士一起，来看望邱女士出生7个月的宝宝铭铭。这些医护人员，都曾陪伴过铭铭面对他生命中第一个生死难关。

如果按孕期算，铭铭应该只有4个多月大。这个“性急”的宝宝，在妈妈肚子里仅仅待了24周就迫不及待地出生，比预产期足足提前了110天。

今年3月，邱女士出现了早产征兆，在当地医院经过4天的保胎治疗后仍出现临产征象。3月14

日邱女士通过省危重孕产妇转运网络，由当地医院连夜转入海南省妇女儿童医学中心产科。

3月17日，宝宝还是提前出生了。“孩子刚出生的时候那么小，全身皮肤发紫，连呼吸都没有……”每次回想起孩子刚出生的情形，邱女士都会忍不住流泪，“我当时想，这个孩子应该是没办法救了。”

同样身为医护人员的邱女士深知，24周出生的宝宝要想活下去极其困难。

时间就是生命。新生儿科复苏团队立即对铭铭进行清理气道、气管插管，几分钟铭铭心率逐渐上升，肤色逐渐转红润。

在监护室内，铭铭在医护人员的帮助下，开始了生命闯关。由于

超早产和出生窒息等因素，铭铭的治疗过程几乎经历了一个早产儿可能出现的所有问题，反复腹胀、喂养困难、感染、颅内出血……

在监护室外，邱女士和家人度过的每一秒都是煎熬。

监护室医护人员充分发挥多学科协作的优势，集合新生儿科、产科、小儿眼科、康复科以及超声、放射等多个学科专家，制定多学科救治方案。

医院的护理团队还组成了“一对一”特护团队，不仅对铭铭进行24小时专人护理，还提供“袋鼠式护理”、家庭参与式护理，让邱女士每日进入病房，让孩子直立贴在母亲的胸口。“这样能够提供宝宝所需的温暖及安全感，让他不再害怕。”

简单易行的科学方法可挽救四分之三早产儿生命
生命早到 爱不迟到

■ 本报记者 马珂

我国早产儿的发生率约为10%，死亡率为12.7%~20.8%，而体重<750g、胎龄<26周的死亡率和致残率很高。近年来，早产儿的发生率呈上升趋势。随着医疗技术的发展，针对早产儿的救治和康复水平也有了很大提升。

多种因素致使早产儿增多

目前对早产发生的原因医学界尚无定论，但造成早产儿的危险因素有很多。省妇女儿童医学中心新生儿科主任羊玲告诉海南日报记者，高龄产妇数量增多，会造成早产儿数量的增加；有过流产史，特别是有晚期流产、反复流产、人工流产以及引产，或者是流产后不足一年又再次怀孕的，会让早产的几率增高。饮食、环境、工作压力、情绪等都是引发早产儿高发的外因；母体怀的是双胞胎、多胎、羊水过多、胎盘异常等，都是增加早产的不稳定因素。

羊玲表示，目前对早产发生的

科学措施
可挽救多数早产儿生命

研究表明，早产儿死亡率为

12.7%到20.8%，与正常婴儿相比明显偏高，一些早产儿可能会出现器官发育不全的情况，从而会诱发出现一系列健康问题。

“我们很遗憾，看到有些早产儿父母会因为不自信，而放弃孩子的治疗。”羊玲呼吁，父母不要对早产产生恐惧，轻言放弃。

羊玲表示，早期保健和干预至关重要，恰当的保健措施可以挽救绝大多数早产儿，而许多保健措施是非常简单易行的，比如“袋鼠式护理法”（母亲抱住婴儿进行直接

的皮肤接触）、母乳喂养、新生儿复苏适宜技术等。

“这些简单易行的科学方法可挽救3/4早产儿的生命，并降低高致残率。”羊玲表示，世界卫生组织近年先后公布了早产儿照顾指南和孕妇产前指南，“这些措施以科学为基础，不但有效，而且成本低廉，切实可行，容易学会。但全社会对早产儿的知识了解远远不够。”羊玲称，医院在救治早产儿的案例中，多数孩子是可以被成功救活的，而且在医生和家长的共同努力下，可以健康成长。

爱让早产儿「重生」
「袖珍宝宝」历险记

■ 本报记者 马珂 通讯员 张毓容



数说

正常新生儿一般胎龄为
37~42周
出生体重
2500~4000克

体重小于2500克
为低出生体重儿

小于1500克的
为极低出生体重儿

小于1000克的
为超低出生体重儿

而胎龄小于28周的
为超早产儿

根据世界卫生组织的报告
全球每年约有
1500万名早产儿

其中，我国每年早产儿
出生率约为10%

制图/许丽



十月三十日，一位母亲在护士陪同下看望早产儿病房内的宝宝。本报记者李天平摄



扫二维码观看相关视频