

女人生娃 绊在35岁的坎上?

35岁的阿兰(化名),一直在丁克和生宝宝的想法中徘徊。生孩子吧,自己已经是高龄产妇,能不能怀上还是个未知数;不生吧,今后太寂寞了。像阿兰这样晚婚晚育的白领丽人并不少见,种种缘由使她们发现自己想要孩子的时候,已经超过35岁了。当前,不少女性在她们30多岁甚至40多岁的时候选择怀孕。35岁是不是女性怀孕生育的一道坎儿呢?如果35岁以后想怀孕会有什么样的风险?



一位65岁的印度高龄产妇产下的双胞胎

“高龄孕妇”生育充满未知数

南医大二附院生殖助孕中心主任陈沿东说,妇女35岁就进入“高龄孕妇”行列,这个时候如果怀孕、生育,充满了许许多多未知数。高龄妇女的骨盆、韧带及会阴肌肉弹性降低,临盆时会产程延长,难产、手术产机会增加,新生儿患合并症的机会也增加。

女性到了35岁以后,卵巢功能开始减退,生育能力下降,排卵期明显减少,不容易怀孕。即便是怀孕成功了,发生流产的现象也比较常见。

此外,35岁以上的孕妇还会因为卵子染色体老化的缘故而导致畸胎、痴呆儿的发生率增高,这是大龄产妇要面对的最大危险。

更令人担心的是高龄孕妇产力收缩力较差,易导致难产。35岁左右的女性年龄过大,产道和会阴、骨盆关节等不易扩张和变硬,子宫的收缩力和阴道的张力也较差,从而引发了生产时的困难。体力下降和精神上的巨大压力,容易导致分娩时间延长,容易发生难产和大出血,也正因此,高龄产妇的剖宫率比最佳育龄妇女要高。

超过35岁的夫妇,1到2年才能成功怀孕

35岁之后要怎么做才可以增加怀孕的机会呢?南医大二附院生殖助孕中心主任陈沿东说,那些渴望做妈妈的35岁以上的白领丽人们,可以通过下面一些并不太复杂但绝对

需要耐心的措施来增加怀孕的机会:

可以找一个你信得过并且经常接触的医生朋友,一起回顾你的病史,研究你现在的药物使用方法和全面考虑你的生活习惯,这样可以让你有机会说出你在35岁后想怀孕所担心的事情;要有足够的耐心和信心等待怀孕神奇一刻的到来,一般说来,一对超过35岁的夫妇需要1到2年的时间才能成功怀孕,所以如果不能马上成功怀孕,不要担心,这是正常的;一个身心健康又开朗的女性更容易成功怀孕的。注意多了解自己的身体,经常观察自己的生育能力的迹象,如记录身体的温度和子宫颈液体状况,了解排卵是否正常;如果精心准备了六个月后都没有怀孕,那么就有必要到妇产科做个咨询,与产科专家讨论一下有关生育能力的测试和没有怀孕的可能性原因是什么,而后采取相应措施。

35岁以上女性,最好早做母血筛查

如何科学规避高龄怀孕所带来的风险呢?陈沿东建议,35岁以上女性受孕后最好在孕8~9周时去做母血筛查,以早期发现先天愚型患儿。如果怀疑是先天愚型儿,再经羊水诊断便能确诊,准确率达到99%。

同时,要注意避免孕期感染。孕妇接触化学药物、感染病毒等容易导致新生儿出现先天畸形或异常,特别是在孕早期,一定要注意避免孕期感染,要防止风疹、腮腺炎、流感、单纯疱疹等病毒感染。通讯员 小河 快报记者 张星

南京试管婴儿去哪做?

南京哪些医院可以做试管婴儿?据了解,经卫生部批准,目前在南京地区,江苏省人民医院、鼓楼医院、南京市妇幼保健院可以开展此项技术。

有关专家介绍,试管婴儿技术主要用于治疗因女方输卵管不通而不孕的夫妇,具体做法是将卵子和精子取出,在实验室里受精形成胚胎,然后根据情况将胚胎在体外培养3至5天后,再选择优质胚胎移入子宫内继续发育。对于高龄产妇来说,运用试管婴儿手段进行治疗是最有效的手段。试管婴儿适用于输卵管阻塞、子宫内膜异位症、男性少、弱、畸精症及不明原因不孕患者。通过将卵子、精子取出,在体外培养,再将发育较好的胚胎种入子宫内。一般来说,做试管婴儿的程序是:制定用药方案,取卵,移植,初次就诊的时间可以在月经来潮的2-3天,空腹,或者是月经干净1周以上,时间2-3个月。

有关数据显示,“试管婴儿”每年以50%的速度增加。试管婴儿的增多,原因是多方面的。首先试管婴儿技术目前已成为成功率最高的不孕症治疗手段,另一重要原因则是现在因多种原因导致的不孕不育人群大大增加。

“试管婴儿”的成功率有多大?有关专家介绍,近几年,“试管婴儿”的成功率在世界范围内逐渐提高,从原来的20%-25%已经提高到30%-40%。当然,从应用的角度来看,“试管婴儿”的成功率并不高,但它比自然怀孕的几率已经提高很多。“试管婴儿”的成功率取决于很多方面,比如病人的年龄,子宫和卵巢的条件以及有没有其他疾病,实验室的条件,技术人员的水平等。这当中影响最大的因素是女方的年龄,因为年龄意味着相应水平的卵巢功能。

快报记者 张星

链接数据

高龄怀孕对孕妇的不良影响

- 1. 流产率增高**
20-25岁-10%
25-30岁-15%
35-39岁-20%
40岁以上-35%-40%
- 2. 受孕率降低**
以20-24岁作为基准(因此阶段女性最易受孕)
25-26岁-受孕率比基准下滑4%-8%
30-34岁-受孕率比基准下滑15%-19%
35-39岁-受孕率比基准下滑26%-46%
- 3. 染色体异常比例增高**
染色体异常几率-以唐氏儿为例
当孕妈咪20岁时-1/1600
当孕妈咪30岁时-1/1000
当孕妈咪35岁时-1/378
当孕妈咪40岁时-1/100

“性急”胎宝通知妈妈 我来啦

所谓“早产”是指宝宝在还没有足月时就已出生。大约有10%左右的宝宝是提前4周或4周以上出生的。早产的征兆主要有以下几种:

子宫收缩

子宫收缩是早产的典型征兆。在怀孕29周至36周时,如果出现有规律的子宫收缩,而且频率也很高的话,就可能预示着准妈妈有早产的危险。子宫收缩会造成胎宝宝的头部压迫准妈妈的直肠,出现强烈的便秘感觉,而当阴道中有不正常的分泌物或者出现出血的情况时,就要尽速就诊。

持续阵痛

在怀孕29周至36周时,子宫收缩频率每10分钟2次以上,准妈妈会感觉到下腹部不舒服,还会痛到腹股沟甚至有持续性下背酸痛;严重的还会伴随阴道分泌物增加及阴道出血。如果子宫颈的扩张比初次检查时超过1cm,应该就是早产的阵痛,要立即就诊。

下腹变硬

在怀孕晚期,随着子宫的胀大,夜间可能会出现不规则的子宫收缩,这种现象在医学上被称为生理性宫缩。如果准妈妈的下腹部反复变软、变硬,且肌肉也有变硬、发胀的感觉,至少每10分钟有1~2次宫缩,持续30秒以上,而且伴随着持续阵痛,这种现象就是先兆早产。

寻常百姓家的宝宝生来就不幸福?

网友孕宝宝还有不到两个月就做妈妈了,可是她不仅没有将为人母的幸福感,反而陷入深深的焦虑——因为她担心小宝贝出生后不会幸福,而不幸福的原因仅仅是因为宝贝出生在一个“普通人”家!许多网友跟贴,七嘴八舌议论此事。

孕宝宝: 宝宝还有不到两个月就要出生啦!妈妈自己在家突然想宝宝出生之后会不会幸福,因为我们的家就是一个非常普通的家庭罢了!没有高档的宝宝用品,也没有高档宝宝的玩具,我好怕宝宝出生后什么都不如别人家的宝宝!我想到这些突然就伤心了好多!爸爸虽然在努力挣钱给宝宝最好的条件,但是妈妈突然间还是觉得宝宝不要来到我们这个家庭里好!因为妈妈希望宝宝出生之后什么都是最好的!妈妈愿意用一切来换取宝宝的幸福!

像治感冒一样治抑郁

初为人母,烦心的事情掐指一算,随便都有一大堆,随之而来的压力更是多了。别人看起来不屑一顾的问题都可以排山倒海般地压垮她。网友孕宝宝就是这样一位因为几个小问题而陷入抑郁无法自拔的妈妈,而她自己可能并没有意识到自己抑郁了。

据权威部门调查,我国的产后抑郁症发病率约为17%。其中,30%-40%患者的孩子因缺少母亲的关爱,出现营养不良、发育

网友声音

湖北网友: 你这样想是不对的。人比人气死人,不要和别人比。宝宝健康快乐成长才是最重要的。你的心态不好哦,要改。

浙江杭州网友: 我也是贫穷家庭出生,我现在本科毕业,在杭州工作并且结婚,有一个很疼我的老公,夫家条件也很好,所以说,家庭贫穷并不表示以后没有好日子过。难道你没听过“穷人的孩子早当家”吗?

北京网友: 不知道你为什么这么想,对于所有孩子来说,任何物质享受都比不了父母和睦,家庭的温馨。而那些高档的东西,生活过于奢侈精细,对孩子来说未必就是好的。幸福绝不是用物质来衡量的,如果把注意力都放在物质上,就会错失幸福啊!

迟缓、情智启蒙起步晚,活动能力受影响等症状。

这个准妈妈具有比较典型的产前抑郁症状。其实,“抑郁”在心理学专家眼里,不过是像感冒一样易治的问题。对于每个妈咪来说,如果你感到压力过大,就要调整自己的情绪。研究显示,并非生活本身使你抑郁,抑郁者最大的问题是其看待问题的方式。

快报记者 吕珂

本版主持:点点妈妈

你为自己写好孕日记了吗?你为自己或爱人祈求好孕烦恼吗?
登录 baby.dsqq.cn 点点周刊频道论坛
联系点点妈妈
QQ:1224453292
加入QQ3群:100029141
发送邮件kddzk@163.com
零距离与点点妈妈说说心里话……



好孕必读

妈妈饮食多下功夫 孕育宝宝明亮眼睛

点点妈妈提醒过孕妈妈们,吃得太粗心对胎宝宝的视力很不利,坛子里一些准妈妈向点点妈妈咨询,究竟吃什么既不伤身又能让胎宝宝将来有明亮的眼睛,点点妈妈专门为好孕妈妈整理出了小贴士。

油质鱼类吃出胎宝贝好视力

孕妈咪的饮食与胎宝贝的视力发育有密切的关系。为了胎宝贝有一双明亮健康的眼睛,要鼓励自己,多吃对宝贝眼睛发育有益的食品。

孕妈咪应多吃油质鱼类,如沙丁鱼和鲑鱼。这是由于油质鱼类富含一种构成神经膜的要素DHA,能帮助胎宝贝视力健全发展。孕妈咪怀孕后期,胎宝贝如果严重缺乏DHA,出生后会出现视神经炎、视力模糊,甚至失明,但不建议孕妈咪吃鱼类罐头食品,最好购买鲜鱼自己烹饪,孕妈咪每个星期至少吃2次鱼。

含胡萝卜素的食品以及绿叶蔬菜

孕妈咪在孕期要多吃含胡萝卜素的食品以及绿叶蔬菜,防止维生素A、B、E缺乏。尤其是孕早期,妊娠反应剧烈,持续时间比较长,严重的甚至影响进食,所以一定要注意维生素和微量元素的补充,保证胎宝贝的健康发育。为了防止妊娠早期严重妊娠反应导致营养摄入的不足,在孕前三~6个月准备怀孕期间就应该开始注意营养的准备了。

孕期注意补钙,宝贝不易近视

钙不仅对孕妈咪的健康非常重要,更是保护胎宝贝健康发育的重要元素。医学发现,缺钙的孕妈咪所生的宝贝在少年时患近视眼的几率比不缺钙孕妈咪所生的宝贝高3倍。妊娠早、中、晚期,推荐孕妈咪每日钙的摄入量分别为800毫克、1000毫克、1200毫克,每日最高摄入量不要超过2000毫克。

天气变脸得感冒 准妈妈见招拆招

一场寒流引起气温骤然升降,让不少人患上感冒,孕妈妈们也难以幸免,但是为了肚子里的小家伙,可不能贸然吃药。那么点点妈妈和你探讨,孕妈妈感冒了该怎么办。

1. 轻度感冒,仅有喷嚏、流涕及轻度咳嗽,不需用药。注意休息,多喝开水,保暖,可不治而愈。若症状仍不改善,口服感冒清热冲剂或板蓝根冲剂等中成药。
2. 感冒较重有高烧者,除一般处理外,应尽快控制体温。可用物理降温法,如额、颈部放置冰块、湿毛巾冷敷、30%-35%酒精(或白酒加水冲淡一倍)擦颈部及两侧腋窝等方法;亦可选择用药物降温。在选用解热镇痛剂时,要避免采用对孕妇、胎儿和新生儿有明显不良影响的药物,例如阿司匹林之类药物。可在医生指导下使用醋氨酚、柴胡注射液等药。
3. 对感冒合并细菌感染,应加用抗生素治疗。
4. 中医药能很好地控制感冒病毒,同时又无毒性,所以中医的辨证论治、中药处方是治疗孕妈妈感冒最好的方法。

但是下面情况就要赶紧去医院就医了。

发烧超过39摄氏度

发烧一旦超过39摄氏度,可能会引起胎儿残废,造成流产,此外,有些时候类似感冒的症状,却可能是肾盂炎,这是因为感冒同时可能引起一些并发症。

久咳不愈

严重的咳嗽如果持续一个星期以上都无法治愈时,也许患的是霉菌菌属型的肺炎。原本它是一种儿童容易患的病症,其特征是轻微发烧,且持续地久咳。一般的抗生素治疗不具任何效果,必须仔细地检查治疗。