



不孕不育,别急

咸宁日报全媒体记者 刘念

幸福美满的婚姻家庭,聪明可爱的宝宝,一家人其乐融融,这是许多夫妇心中的美好梦想,但现实中,有的夫妻饱受不孕不育(一般指不孕症)的困扰。什么是不孕症?如何治疗?如何预防?

不孕症呈增长趋势

宋女士可谓事业有成,但她觉得自己的人生不算顺利,与不孕症抗争了5.6年。

“我太想要一个孩子了,也想留住这段婚姻,所以这些年我辗转各大医院就诊。”说起自己的求医经历,宋女士眼含泪水,吃过不少药,甚至挨过刀子。后来终于成功受孕,实现了多年的愿望。

在多家医院了解到,像宋女士这样受不孕症困扰的患者越来越多。

“近年来,不孕症患者呈增长趋势。”赵雪琼说,我们医院借助华中科技大学同济医学院生殖医学中心加入不孕症专科联盟,资源共享,开展了不孕症专科门诊,让咸安的不孕症患者在家门口就能享受方便、有效、省钱、专家看病的福利。“不孕症专科门诊去年5月开设,截至目前,接诊90人,已经帮助15人成功怀孕。”

不只是女方原因

不孕症是指,育龄夫妇同居,未采取避孕措施,有规律的性生活1年以上,满足三个条件仍未受孕的。

不孕症的原因有很多,主要与环境、遗传、免疫、生活饮食习惯、疾病等有关。“其中女方原因占50%,男方原因占30%,男女双方原因占10%,不明原因的占10%。”赵雪琼介绍。

以下人群需要警惕:晚婚晚育的人群(女性最佳生育年龄26—27岁,过了35岁就是高龄孕妇了);二胎家庭(二胎孕妈年龄偏大,生理机能和卵巢功能下降);异地人群(生活不规律,不好把握排卵期同房导致受孕率下降);压力比较大的人群(生活节奏快压力大,易导致

月经、内分泌失调引发不孕);特殊的工种(接触放射性或有害物质、高温环境等工种);患有某些疾病(甲状腺功能异常、血液病、免疫病、贫血等)。

“怀孕就像种庄稼,需要健康的种子(卵子和精子)、肥沃的土地(子宫)、畅通的道路(输卵管),以上任何环节出了问题,都会导致不孕症。”赵雪琼说。

不孕症可治疗

如果怀疑是不孕症,应及时到医院进行治疗。“不孕症通过筛查病因,针对不同的病因是可以治疗的。”赵雪琼说。

一般治疗,通过改变生活方式、控制体重、避免熬夜、戒烟戒酒、调离工种环境等。药物治疗,通过药物调整月经、促排卵等。手术治疗,对因输卵管粘连阻塞、子宫肌瘤、宫腔粘连、内膜息肉等疾病引起的不孕可以通过宫腔镜、腹腔镜等手术解决。对少精弱精,不能正常同房者可以通过人工受精助孕。对于少精弱精、输卵管切除、卵巢储备功能不良的可以体外胚胎移植助孕。

有的不孕症夫妇认为,检查浪费钱,越检查直接治疗。“忽视检查,盲目治疗是不对的。”赵雪琼表示,只有找准了病因才能有目的治疗,起到事半功倍的效果。治疗不能“三天打鱼两天晒网”、三心二意、各种方法试一下,要坚持规范治疗,需要一定时间才能看到疗效。也不能只重视大问题,忽略小问题,如盆腔炎、阴道炎、前列腺炎等。

预防不孕症,女生要关爱自己,男生要关爱女生,这是非常重要的措施。

在未生育前慎做人流手术,如果意外怀孕要做人流也要去正规医院做。做人流后要节制性生活,注意清洁卫生,并注意有无感染情况,有问题及早就医。尽量不要熬夜,避免对卵巢的伤害。注意生活饮食习惯,不要抽烟、喝酒,少吃含咖啡因较高、生冷刺激食物。

在“三八”国际妇女节来临之际,记者采访了咸安区妇幼保健院副院长兼妇产科主任赵雪琼、妇产科副主任雷娟,请她们就女性一些健康问题支招。我们将这份特别的“女性专属健康礼”送给她,祝她健康、美丽、精致到老,眼里长着太阳,笑里全是坦荡。

在“三八”国际妇女节来临之际,记者采访了咸安区妇幼保健院副院长兼妇产科主任赵雪琼、妇产科副主任雷娟,请她们就女性一些健康问题支招。我们将这份特别的“女性专属健康礼”送给她,祝她健康、美丽、精致到老,眼里长着太阳,笑里全是坦荡。



一起呵护她健康



高龄保胎,别虑

咸宁日报全媒体记者 刘念

妇产科门诊,一位准妈妈来找医生,身后跟着一群人,老公、婆婆、妈妈;妇产科病房里,一位准妈妈来保胎,每天呼叫医生很多次。跟年轻妈妈相比,高龄产妇怀孕几率低,保胎概率高,孩子来之不易,来保胎的人就更多了,也更加焦虑。医生们担心:这样紧绷的状态,反而不利于保胎。

高龄产妇普遍焦虑

数年不孕、先兆流产……说起36岁杨女士孕育的曲折经历,真可谓“一波三折”。

婚后多年未孕,后通过治疗成功受孕,这让杨女士高兴不已,满怀期待,自怀孕初期,全家都对这来之不易的胎儿格外小心。

然而,在怀孕5个多月时,杨女士突然出现阴道大量出血流产现象。因为出血太多,杨女士和家人都觉得这个孩子可能保不住了,非常焦急不安。幸运的是,经过医生不断地心理开导、精神鼓励、药物治疗,病情终于稳定住了,血止住了,孩子保住了,并顺利度过孕晚期一个健康的宝宝。

“根据我院最近三年数据统计,高龄孕产妇占9.7%。”赵雪琼说,随着社会的发展,晚婚晚育、不孕不育、生育观念变化等,导致高龄孕产妇日渐增多。由于期望高,全力以赴想要保住孩子,相应也更加焦虑。

保胎不能盲目

“医学鉴定,初产妇年龄35岁以上为高龄产妇。”赵雪琼表示,高龄孕产妇有胎停、流产、早产、难产的妊娠风险,还容易患妊娠并发症,如高血压、糖尿病、肾病、贫血、产后出血等。产妇年龄在23岁以上,胎儿出生畸形率在6%左右,在26岁以上,胎儿出生畸形率将近8%,两者呈正相关关系,也就是说产妇年龄越高,胎儿的畸形率越高,如唇腭裂、脑积水、神经管缺陷、先天性心脏病的畸形儿。因此,高龄产妇,一定要特别注意产前检查。另外,不管是身体素质还是生殖器官功能,高龄产妇经历了耗时长久的备孕,要想恢复身体,需要花更多

的时间。若女性正常受孕,没有基础疾病,孕检正常,孕期也没有不适,即使是高龄,也跟普通孕妇没什么区别,不用刻意保胎,保持良好的心情、饮食习惯等,就可以了。

“如果以前有过胎停、流产、早产等不良孕产史的孕产妇,我们会建议要加强预防,必要时提前干预保胎。比如孕早期孕酮较低、有腹胀等流产征兆的,我们会建议补充黄体酮等保胎治疗。还有一些因为宫颈机能不全、有过习惯性流产史的孕妈妈,我们会建议在适当的时间做宫颈环扎预防流产。”赵雪琼说,保胎不能盲目,如果胚胎有问题,不建议强行保胎。

“营养均衡,不挑食,是最好的保健。”赵雪琼说,高龄孕妇不要盲目吃保健品,建议到医院做检查,缺什么补什么。另外,是否需要卧床保胎应在医生指导下进行,正常孕妇产后没有必要卧床保胎。

定期产前检查

高龄产妇如何保障自己和胎儿的健康?赵雪琼对此进行了介绍。

高龄产妇应进行孕前身体健康检查,保证严格按照医嘱定期产前检查。

高龄孕妇产前3个月及怀孕开始3个月服用叶酸预防神经管畸形发生。

确定宫内早孕后到产科门诊建立档案开始系统孕产期保健,检测HCG和孕酮,避免出现先兆流产,同时B超检查了解胚胎发育情况。

孕11周进行早期唐氏筛查及NT检查。16—20周进行羊水穿刺了解胎儿染色体情况。

要保持良好生活作息及饮食习惯,保证充足睡眠,减少重体力劳动,但要适当运动。

更多关注血糖、血压、贫血等指标检测。

高龄孕妇产前骨盆、韧带及阴道组织韧性及身体耐受下降,同时容易合并妊娠并发症,分娩难度及风险增加,需要提前做好住院分娩准备。

据了解,对于符合条件的对象,区妇幼保健院可免费进行孕产期优生优育检查,发放叶酸。

母乳喂养,别慌

咸宁日报全媒体记者 刘念

母乳喂养公认的婴儿优质营养源,围绕母乳喂养的话题也夹杂着不同的声音,甚至导致一些常见误区出现。

误区一:奶粉营养价值高,不比母乳差?

“母乳是婴儿成长最自然、最安全、最易消化的食物,含有婴儿成长所需要的各种营养物质。”雷娟表示,奶粉相对于母乳来说,蛋白质含量虽然高但以酪蛋白为主,脂肪酸含量主要以饱和脂肪酸为主,矿物质及维生素含量比例不合理,这些都不利于宝宝的消化和吸收。尽管现代配方奶是改良的奶粉,尽量去靠近母乳的营养成分含量和配比,但仍然不含有母乳中的天然抗体,且相对于母乳来说不利于母子关系的互动以及母亲产后身体的恢复。“因此建议能母乳尽量母乳。”

误区二:催乳就要喝鲫鱼汤、猪蹄汤等浓汤?

现在生活条件好了,生完孩子为了保证宝宝能有充足的奶,各种下奶汤如鲫鱼汤、猪蹄汤,宝妈从早喝到晚。

“但不利于身材恢复,还容易导致堵奶涨奶。”雷娟说,下奶汤可以清淡适量喝。若是产后确实存在乳汁不足情况,可以选择进行电刺激治疗、手法按摩等科学的催乳方法。

误区三:乳房大小会影响奶量,担心宝宝没吃饱?

很多乳房小的宝妈,从怀孕就担心宝宝没有“口粮”。

“乳房大小主要是由脂肪的多少决定的,而负责乳汁分泌与运输的结构是乳房中的腺体组织,与脂肪并无关系。”雷娟说,小胸宝妈大可放心,放松心情,多让宝宝吮吸乳房,一定有充足的奶水。

很多新手宝妈在哺乳时,都担心宝宝吃不饱,有的认为感觉不到涨奶,说明奶量不足,为此上火担心。实际上,“当乳汁分泌与宝宝进食平衡后,就不会再有涨奶的感觉了。”雷娟表示。

误区四:产后奶量少,要添奶粉?

有的宝妈在产后发现自己奶水很少,担心饿着宝宝,就给宝宝添加奶粉。

其实,乳汁的分泌是根据宝宝的成长不断变化的,最开始宝宝的胃口还很小,一点点乳汁就足够了,所以母乳也会相对少一些,随着

宝宝慢慢长大,胃容量增加,母乳的分泌也会慢慢增加。

误区五:感冒吃药不能喂奶了?

在哺乳期间宝妈一旦感冒,就立刻停止喂奶,担心乳汁里有病毒影响宝宝。

雷娟表示,其实,普通感冒对哺乳没有影响,但一些复方感冒药或者其他药物可能会通过乳汁影响宝宝,但不是什么药都不能吃,宝妈不要自己乱吃药,咨询医生,尽量选择哺乳期可以吃的药。

误区六:孩子一哭就喂奶?

并不是宝宝的每次啼哭都是因为饥饿,很多时候是太冷过热,想让人抱抱等,宝妈一定要注意观察,不要一哭就喂,容易使宝宝消化不良。

“一般建议新生儿期按需喂养。”雷娟表示,刚出生宝宝胃口和吮吸能力不同,宝妈泌乳量不同,母乳喂养次数和每次喂奶时间不同。新生儿时期一般是一天喂八次以上,2—3小时喂奶一次,每次喂奶时间20—30分钟。随着月龄增大,吮吸吮吸能力增强,泌乳量增多,宝宝吃奶的间隔时间延长,每次吃奶的时间也会缩短。“勤观察宝宝,按需哺乳。”

误区七:母乳6个月后无营养?

母乳无论何时都是有营养的,但六个月后母乳的营养不够了,必须得添加辅食。若断奶改吃奶粉,营养还不如母乳。

雷娟介绍,6个月后的奶水不是没有营养了,而是没有了免疫球蛋白。但6个月后的母乳同样有营养,价值没有任何食物可以替代,只是宝宝的成长需要逐渐接受其他食物,所以慢慢的,宝宝会从吃糊状食物到块状食物,再到和大人差不多的食物。世界卫生组织推荐母乳喂养至少到一岁,最好到两岁。



咸宁市档案馆关于开展劳模档案资料征集的公告

自新中国成立以来,咸宁市各行各业涌现出许多劳动模范,他们在不同的岗位上铸就了爱岗敬业、争创一流、艰苦奋斗、甘于奉献的劳模形象。为咸宁市经济社会发展作出了突出贡献。为弘扬劳模精神,发挥红色档案教育激励作用,咸宁市档案馆开展劳模档案资料征集工作。

一、征集时间

2022年3月—2022年6月

二、征集范围

被授予全国、部级、省级劳模荣誉称号,全国先进工作者,全国先进生产

者,“五一”劳动奖章(状)获得者的档案资料,主要包括:

- 1、各类奖章、证书、徽章、纪念品、签名的原件或照片;
- 2、各类先进事迹报道;
- 3、撰写的论文、编著的书籍、讲话稿、题词、书信、日记、回忆录、书画作品;
- 4、生平传记、手稿、照片、视频、声像资料;
- 5、其他档案资料。

三、征集方式

采取无偿捐赠、提供复制等方式征

集档案资料。热忱欢迎有捐赠意愿的劳模人士通过来电、来函或发送电子邮件等方式与我馆联系,商洽捐赠等档案资料事宜。

四、联系方式

联系人:李小蒙
联系电话:0715—8891602
征集邮箱:652732903@qq.com
联系地址:咸宁市太乙大道36号
邮编:437100

咸宁市档案馆

2022年3月7日

崇土网挂G[2022]13号国有建设用地使用权挂牌出让终止公告

2022年2月16日在《中国土地市场网》、《崇阳县人民政府网》、《崇阳县公共资源交易信息网》和咸宁日报登载的崇

土网挂G[2022]13号国有建设用地使用权挂牌出让公告的地块,面积1334平方米,因故暂时终止出让。

特此公告

崇阳县自然资源和规划局
崇阳县公共资源交易中心
2022年3月7日

湖北成飞科技股份有限公司年产50吨高纯钕生产线扩建项目环境影响报告书(征求意见稿)

湖北成飞科技股份有限公司《年产50吨高纯钕生产线扩建项目》委托环评单位开展环评工作,现已形成《湖北成飞科技股份有限公司年产50吨高纯钕生产线扩建项目环境影响报告书(征求意见稿)》,根据《中华人民共和国环境影响评价法》和《环境影响评价公众参与办法》的要求,现征求与该建设项目环境影响评价有关的意见。现将湖北成飞科技股份有限公司年产50吨高纯钕生产线扩建项目有关信息公开如下:

一、环境影响报告书征求意见稿全文的网络链接及查阅纸质报告书的方式和途径
网络链接:https://pan.baidu.com/s/12-q1d4Y0ZdGq1uEm_7U
提取码:kx17
查阅纸质报告书的方式和途径:请到以上地址联系查阅。

二、征求意见稿的公众范围

本项目环境影响评价范围内的公民、法人和其他组织,鼓励环境影响评价范围之外的公民、法人和其他组织参与。

三、公众意见表的网络链接

公众可按照下方链接格式填写意见表,请填写与本项目环境影响评价有关的意见和建议(注:根据《环境影响评价公众参与办法》规定,涉及征地拆迁、财产、就业等与项目环评无关的意见或者诉求不属于项目环评参与内容,公众可以依法另行向其有关主管部门反映)。

链接:https://pan.baidu.com/s/1AXF-s8ZseBd1kLM78NVMrbA
提取码:mz71

四、提交公众意见表的主要方式和途径

任何单位和个人可在公示发布之日起10个工作日内,通过信函、传真、电子邮件、电话联系方式,将与本项目环境影响评价有关的意见和建议反馈至我单位。在提交意见时,鼓励公众采用实名制方式提交意见,并提交有效的联系方式及常住地址,以便根据需要进行反馈。您的个人信息未经允许不会对外公开(法律法规另有规定的除外)。