

有病不能拖，孕期更要科学用药

药品对胎儿的危险度分为A、B、C、D、X五个等级，A、B两级比较安全；孕4周至10周不安全用药最易致畸

近日锡城气温忽上忽下，孕妇小刘不慎感冒，这让她纠结万分：上医院看病吧，害怕医生开药对胎儿不好；不看忍着吧，又怕拖成肺炎。对此，江大附院（原无锡四院）产科副主任医师邱旭军表示，孕妇有病还是要看，并且告知医生孕期，如果确实需要服药，应请医生权衡利弊，选择A、B两级对胎儿比较安全的药物；当然，为了避免孕后病情发展导致不必要的麻烦，最重要的还是怀孕前先体检，治疗后再备孕。

孕期发病，该治不治危害大

邱旭军介绍，产科门诊上，像小刘这样纠结于服药的患者每天都有，最常见的就是感冒患者。曾有一名患甲流的孕妇，自以为普通感冒而不服任何药物，最后因甲流病情严重只得服用奥司他韦。医生告知，没有在病毒感染早期服药控制，可能会增加胎儿出生缺陷的风险。权衡利弊后，小刘最终决定终止妊娠。

也有孕妇服药时不知道已怀孕，事后发现怀孕了，陷入焦虑。另外，有些疾病是在怀孕期间出现的，如妊娠期高血压、妊娠期糖尿病等，如果不积极控制，可能导致胎儿早产或存在缺陷、宫内死亡、新生儿窒息并可能危及孕妇生命。然而，有些疾病可能孕前就有，没有得到及时治疗，怀孕后随着体内激素水平的改变和抵抗力下降，病情进一步发展。如有些患乳腺肿瘤的女性，怀孕后瘤子猛长，一旦达到手术指征或有恶性的可能，就需要在孕期手术。

4周至10周不安全用药最易致畸，如果这个时间段服用了不安全药物，应该找医生根据药物的毒副作用以及孕妇出现的症状判断是否可以继续妊娠，如出现与服药有关的阴道出血，就不应再继续盲目保胎。

如准妈妈生命垂危或疾病严重，无法应用较安全的药物或用安全药物无效时才使用；X级药品则禁用于已怀孕或将要怀孕的女性。可能对胎儿产生的危害，还与孕妇用药时间有关。谢芬介绍，孕

孕期服药，看药品种类和孕周

孕期一旦生病，且必须用药时，应看药品种类和孕周。江大附院（原无锡四院）药学部副主任谢芬介绍，人民卫生出版社出版的《新编药理学》中，沿用了美国食品药品监督管理局对孕期用药的分类，将药品对胎儿的危险度分为A、B、C、D、X五个等级。A级药品可能对胎儿影响甚微；B级药品在动物实验中未见到药物对胎儿的影响；C级药品仅在动物实验研究时证明对胎儿致畸或可杀死胚胎，但未在人类研究中证实；D级药品对胎儿的危险有肯定证据，

如准妈妈生命垂危或疾病严重，无法应用较安全的药物或用安全药物无效时才使用；X级药品则禁用于已怀孕或将要怀孕的女性。可能对胎儿产生的危害，还与孕妇用药时间有关。谢芬介绍，孕

4周至10周不安全用药最易致畸，如果这个时间段服用了不安全药物，应该找医生根据药物的毒副作用以及孕妇出现的症状判断是否可以继续妊娠，如出现与服药有关的阴道出血，就不应再继续盲目保胎。

如准妈妈生命垂危或疾病严重，无法应用较安全的药物或用安全药物无效时才使用；X级药品则禁用于已怀孕或将要怀孕的女性。可能对胎儿产生的危害，还与孕妇用药时间有关。谢芬介绍，孕

孕期看病，向医生亮明孕妇身份

邱旭军表示，有病不能拖，孕妇更是如此，正确的做法是，生病后第一时间去医院，同时亮明孕妇身份。告诉医生末次月经时间，如果确实需要用药，医生会根据孕妇的情况选择合适的药物。如孕妇小

云被查出子痫前期高风险，医生根据临床指南，为其使用阿司匹林提前干预，有效预防疾病发生。要做到孕期少用药不用药，一方面是怀孕期间要处处小心谨慎，以防为主。如怀孕4-10周那些最

不能轻易用药的日子里，要注意冷暖，合理饮食，少去人员密集地方。此外，还要把预防和治疗一些疾病，作为备孕的必备条件。孕前要做全面的体检，评估，该治疗的要治疗后怀孕为好。如有子宫肌

瘤、乳腺纤维瘤的女性，医生认为需要手术治疗的，要在怀孕前先行手术。否则，一旦怀孕后，肿瘤增大需要手术，就势必需要用药，留下隐患。

激光手术后 仍要防范视网膜脱落

高度近视眼患者做了激光手术，依然面临着视网膜脱离、玻璃体病变等后遗症。近日，第904医院眼科接诊了这样一位大学生。眼科专家提醒，高度近视的人一旦出现眼前有黑影跳动，一定要第一时间到医院处理，否则有致盲的危险。

这名大学生在踢足球时眼睛不慎受伤，感觉右眼视物不清楚，并且有苍蝇在飞。第904医院眼科主任医师陈建卓接诊后发现，患者右眼视网膜脱落，右眼视力4.0，左眼视力5.0。眼底检查发现，他双眼眼底都有高度近视一样的改变。

陈建卓介绍，高度近视患者由于眼轴变长，导致眼球结构变形、视网膜变薄、视网膜供血不足等问题，会引发多种严重并发症，包括白内障、视网膜脱离、玻璃体病变等。眼下，很多高度近视患者做了激光手术后，觉得手术后不需要戴眼镜了，近视也就治愈了，眼睛就

没事了。

其实，激光手术本身并没有消除近视带来的眼部改变，激光只是给眼睛配了副非常精致的看不见的隐形眼镜而已，好比在角膜上做了一个不用摘下的隐形眼镜，这样近视的人就不用每天护理眼镜了，也不用脱戴，解决了不少问题。但是近视眼患者还是近视眼，而且永远都是。尤其是高度近视，眼底比较薄，发生病变的概率并没有因为做了激光手术而减少。但很多人做了激光手术后，会忽略自己曾经是高度近视患者，就放松了对眼睛的保护，从而出现视网膜脱落等问题。

专家提醒，高度近视患者无论是否进行过激光手术，都要避免遭遇外伤，不做跳水、打篮球、足球、蹦极、拳击等剧烈运动；定期做眼健康检查，近视300-600度每年检查一次，600-800度的每半年检查一次。

(张纪红)

有些尿频其实是糖尿病并发症

老李患有糖尿病10多年了，最近老是起夜小便，起初怀疑是前列腺出了问题，但是查后无恙，经过多方就医最后确诊为糖尿病神经源性膀胱，为糖尿病并发症之一。无锡市同仁康复医院老年康复科主任于海燕介绍，提起糖尿病的并发症，大家想到的往往是糖尿病肾病、糖尿病视网膜病变、糖尿病足等，而像糖尿病神经源性膀胱这类并发症临床上也不少，但市民了解不多，常常被忽视。

老李查出是糖尿病神经源性膀胱后，经过穴位治疗、神经营养治疗以及排尿训练后，小便总算恢复正常了。还有的患者则相反，平时咳嗽、大笑，甚至快步行走时会有小便溢出，身上有股尿味。于海燕介绍，糖尿病神经源性膀胱可见于20%-40%的糖尿病患者，即使血糖控制良好仍有约15%的发病率。糖尿病植物神经受损，可导致支配膀胱的交感和副交感神经功能异常，并累及支配尿道括约肌的神经，导致逼尿肌反射及收缩力减弱或消失、尿道内外括约肌控尿能力减低，造成膀胱残余尿、排尿困

难或尿失禁。

还有一种糖尿病并发症也容易被误诊。糖尿病患者老陈胃口一向很好，可是最近1个多月来，经常感觉吃很少的东西就饱胀，甚至有恶心想吐。老陈以为是消化出了问题，连忙做了胃镜检查，发现了胃蠕动明显减慢的情况。于海燕主任介绍，这种情况是糖尿病性胃肠神经功能紊乱，也是糖尿病神经病变的另一种表现，除了感觉胃部不舒服外，有的患者还会出现便秘和腹泻交替，以为是患了肠癌，但做了肠镜没查出什么毛病。一般来说，诊断为糖尿病性胃肠神经功能紊乱的患者，经过药物、心理和康复治疗，患者的消化道功能都会得到改善。

于海燕提醒，这些泌尿和胃肠功能紊乱的发生，与糖尿病自主神经病变、内分泌功能失调、胃肠微血管病变、肠道菌群紊乱及糖尿病代谢紊乱等因素相关，要早期发现。通过规律有效的生活和药物调节，才能最大程度地减少此类病变的进展，提升生活质量。

(晨曦)

贪吃红烧肉吃出急性胰腺炎

因贪吃红烧肉而患上了急性胰腺炎，日前，老家盐城大丰的沈阿姨终于从无锡市二院肝胆外科康复出院。经历了这场劫难，她出院时向医务人员说：“会谨记你们的交待，今后我再也不贪吃了！”

上月，年近七旬的沈阿姨从老家来锡与子女欢度中秋，因难挡美食诱惑多吃了几块红烧肉，导致急性腹痛。她本以为忍一下就会好，结果两天后腹痛加剧，急诊就近的区级医院就诊时，沈阿姨已经痛得说不出话来。经医院检查，沈阿姨患了急性胰腺炎。由于病情来势汹汹，沈阿姨又有多年高血压病史，给治疗带来了难度，其子女又将老人转入无锡市二院肝胆外科进一步治疗。

急性胰腺炎患者需要通过控制饮食，使用抑酸、胰酶药物及抗生素等治疗，在治疗过程中，沈阿

姨口渴难忍，但是所有的能量和水分都需由输液控制，护士悉心观察患者的水分出入量，准确调整输液量。通过细致周到的治疗以及患者的配合，沈阿姨一天比一天有精神，腹痛逐渐好转，病情得到了有效控制。很快，沈阿姨已经下床活动，并且拔除了胃管，进食米汤，几天后康复出院。

无锡市二院肝胆外科主治医师陈虎介绍，胰腺是重要的消化器官之一，急性胰腺炎发生后，胰液外溢，胰液内含有多钟消化酶，具有很强的消化作用，会使胰腺及其周围组织遭到破坏，从而造成严重后果。由于急性胰腺炎的表现多种多样，极易误诊，延误治疗，所以如果有胆道疾病病史，尤其是在暴饮暴食后，突然发生中、上腹部剧烈疼痛，要考虑到急性胰腺炎的可能。

(卫文)

健康小屋“甜蜜一家人”

近日，锡山区东北塘街道社区卫生服务中心健康小屋作为无锡市首批糖尿病示范小屋“甜蜜一家人”正式投入使用。中心每日上午为辖区内糖尿病患者免费测血糖，并为糖尿病患者开展饮食指导，便于群众理解和在日常生活中中实行。

(王悦 张爱春 摄)



“长相不好”的智齿还是拔了好

四类智齿，存在感再低也应尽早拔除

智齿是指口腔颌骨最里面的第三颗磨牙，从正中的门牙往里数第八颗牙齿。有人20岁之前就会萌出，有人四五十岁才长或者终身不长，都是正常现象。有四类智齿一旦萌出，患者到医院给医生看一眼，就会建议拔出，分别为：垂直阻生、水平阻生、近中倾斜以及远中倾斜智

齿。“简单理解为，牙齿生长位置不好的、斜着长的或者横着长的智齿。”严国鑫说，首先，智齿长歪容易导致食物嵌塞造成龋坏、邻牙松动龋坏甚至牙列拥挤不齐。其次，在长智齿期间，若是遇到感冒、过度劳累、身体抵抗力差等情况，很容易引起智齿发炎。细菌的滋生不仅会引发口腔炎

症，还会侵蚀牙齿，造成牙周病等口腔问题。

“只有一类智齿不需要拔除，即智齿完全萌出，形态、位置、咬合均正常，并且容易清洁，可以考虑不拔。”严国鑫说，但是保留的智齿需格外注意口腔卫生，“智齿要多刷几遍，仔细刷，饭后也要及时漱口，避免食物残渣残留。”

拔智齿不能瘦脸，但该拔就要拔

智齿问题受到越来越多市民关注，一些认识误区也相伴而来。

“被问得最多的就是拔智齿能瘦脸吗？”严国鑫坦言，一些爱美的女性受到网络错误宣传，认为拔智齿可以矫正脸型，实际上是错误的。“智齿长在下颌骨内，对脸型宽度没有影响，并且脸型的大致形状取决于骨架的大小，所以要瘦脸得去整形科削骨，才能真正达到目的。”

另一种认识误区却恰恰相反，认为拔智齿可能会造成脸颊

凹陷，影响“颜值”，这也是错误的。“许多人认为拔智齿改变了脸型，可能是因为拔牙后饮食受限，肚子里没了‘油水’，才会产生脸型有变化的错觉。”

此外，“没长出来的智齿可以不去理会，等长出来再说”的说法也有误。严国鑫强调，尚未萌出的智齿是颗“定时炸弹”，一定要定期拍片观察，如果牙片评估为可能有潜在危害，最好及时拔除。“很多人惧怕术后疼痛，感觉动刀切牙龈很恐怖一拖再拖，其实没必要过分紧张。”长歪的

智齿由于生长空间有限，很多时候都是埋藏在牙龈或者牙槽骨下面，切开、翻瓣是为了更好地暴露术区，方便医生拔除。这个过程在局麻下基本无痛，而且术后缝合不会影响愈合时间，愈合后也不会留疤。

对年轻女性，“智齿问题应该在女性备孕前做检查，一旦孕期发作，会疼得夜不能寐。”他说，因为在妊娠期大量的孕激素和雌激素的作用下，孕妈的牙周毛细血管易充血，造成牙龈炎。



名医坐诊

□本报记者 王晓宇

受访专家：
无锡市第二人民医院
口腔科主任 严国鑫

前不久，市民小张前往无锡一家民营口腔诊所做口腔检查，通过拍片，医生发现小张口腔双侧的智齿有萌出趋势，建议拔除。这让小张为难了：“多余的”智齿暂未影响他的咀嚼，也不发炎或疼痛，反而是切牙龈拔除智齿的过程及恢复会让人痛苦。智齿到底该留还是留？为此，记者采访了无锡市第二人民医院口腔科副主任严国鑫。

山里人 卖的就是山里货
来自安徽大别山椴木灵芝孢子粉、孢子油、有机硒等
品尝正宗大别山灵芝，你会吃出大山的味道，你健康我开心。

一个批发灵芝系列等农产品的小店

市场上孢子粉多如牛毛，为了你和家人生命健康安全，谨慎购买！打铁必须自身硬。小店不免费赠送、不打电话回访。记住：所有活动都会增加你的购买成本。你想要的产品价位、规格、包装、小店都有。

小店利薄 请不要还价 货比三家不吃亏

批发零售，薄利多销：椴木孢子粉 1000元/斤，买3斤送1斤。纯孢子油 2000元/100粒/瓶，每粒0.5克，买10瓶送2瓶，混合孢子油 1200元/瓶，买10瓶送10瓶。有机硒：每片含100微克，1500元/6瓶，可食用一年。

无锡总店：崇宁路17号4楼（无锡市检察院西隔壁）电话：82700029 13093041150
三院专卖店：春申路供电局后面荷花里顾桥旁 电话：15152258250
洛社代卖：洛社天奇B座72号701室 电话：13606191050
向阳苑电话：13915331803 体育中心电话：13921281187 坊前代卖电话：13771473550