



# 孕妇猛吃水果变成“糖”妈妈 可能导致难产、畸形、死胎

□本报记者 林颖

直播时间:9月15日(周四)晚7点

直播主题:安全分娩,开启生命探索之旅

水果是女性怀孕期间,健康饮食中不可或缺的一部分,含有丰富的维生素、矿物质和纤维,可它也是产科医生头疼的“甜蜜杀手”。

## 01 孕妈妈加餐吃水果 反而起到反效果

前不久,怀孕28周的产妇琳琳在先生的陪同下,来到省妇幼妇产科门诊接受常规体检。结果医生发现,琳琳的“空腹血糖”和“餐后两小时血糖”的检测指标大大超过了正常范围。于是产二科主任医师徐榕莉仔细地询问起孕妇的日常生活起居。

原来,琳琳在怀孕期间便秘较为严重,胃口也不太好。在水果大量上市的夏秋季节,葡萄、芒果、水蜜桃、哈密瓜等水果,就成了她三餐以外的“加餐”项目,通常一天都能吃一两斤。

徐榕莉告诉琳琳,正是这看似“健康”的水果加餐,让她摄入了过多的糖分,体内热量过剩,给人体的胰岛素造成负担,加上妊娠期间胎盘分泌较多拮抗胰岛素的激素,进而提高糖尿病的发病率。

## 02 妊娠期糖尿病 对孕妇和胎儿都有严重危害

妊娠期糖尿病与一般糖尿病的发病时间不同,这是一种在孕期发生的血糖升高现象。在所有血糖偏高的孕妇中,只有一成左右是本身就患有糖尿病的(即怀孕前就

患有糖尿病)。

省妇幼保健院产五科副主任医师陈丽春指出,妊娠糖尿病不仅会导致孕妈妈血糖升高,还会出现妊娠期高血压疾病、高血脂、孕期感染等并发症,严重时会发生酮症酸中毒、死胎,甚至出现高渗性昏迷,危及母儿生命。

**孕妈妈:**血糖过高的情况下,巨大儿的发生率也会明显增加,导致剖宫产率增加,经阴道分娩难产、产道损伤、产后出血发生率也会增加。虽然绝大多数情况下,妊娠期糖尿病在分娩后会自然治愈,但是等到步入中老年后,这类孕妇患2型糖尿病的几率会变大。

**孩子:**怀孕头三个月孕妈妈血糖没有控制好,孩子出生后出现心脏畸形的概率也会加大。此外,孩子出生体重过重,今后肥胖、糖尿病、心血管疾病的风险明显增加。

因此,要避免妊娠期糖尿病,在怀孕期间必须走出饮食“误区”,健康精准地“补”身体。

## 03 不科学孕期生活方式 一胎妈妈较为多见

除了过量摄入水果,还有不少不合理的孕期生活方式,都可能影响孕妈妈和胎儿的健康,这在缺乏经验的一胎妈妈中较为常见。

比如有些孕妈妈希望孕期“只长胎,不长肉”,饮食上不吃或少吃碳水化合物,还结合跳操等高强度运动,结果胎儿营养摄入不足;运动方式不当,增加早产、流产风险。

还有些孕妈妈迷信高汤有营养,三餐之外还要各种高汤进“补”。由于其脂肪含量高,导致孕妈妈在怀孕中后期体重增长过多,出现了糖尿病、高血脂等问题。

怀孕是每个女性生育过程的必经之路,要安全度过孕期,生下一个健康小宝宝,其间需要掌握许多科学的方式方法,尤其高龄的孕妈妈,因年龄因素,怀二胎、三胎与怀头胎之间还有许多差异,这些都需要有专业科学的孕期指导。

想知道更多关于孕期健康的知识吗?  
就在9月15日晚7点《大医生开讲》直播间。  
扫描二维码立即预约看直播。

9月15日晚,我们不见不散



福建卫生报 | 新福建

## 安全分娩 开启生命探索之旅

直播时间

09

15

星期四

19:00

产二科  
福建省妇幼保健院  
主任医师  
徐榕莉

产五科  
福建省妇幼保健院  
副主任医师  
陈丽春



扫码进入  
直播间



福建卫生报直播平台

新福建

视频号

抖音号

快手号

微博

扫描二维码填写问卷,有问题专家来解答



扫描二维码进入孕期健康交流群



活动组织

主办单位:《福建卫生报》社、福建日报·新福建客户端  
协办单位:福建省妇幼保健院

(上接16版)

## 新药新技术助力肝癌脱掉“癌王”帽子

中晚期患者,介入治疗是主要治疗方法

林海澜表示,介入治疗就是在不开刀的情况下,通过血管、皮肤上做直径几毫米的微小通道,在影像设备(DSA机、CT、MRI、B超)的引导下对肿瘤进行局部治疗。目前常用的介入治疗方式有:TACE(肝动脉化疗栓塞

术),冷冻消融术、微波消融术、射频消融、酒精注射等。当然,我省最近新开展的钇[90Y]微球精准介入治疗更是一项新突破。

内科药物治疗的快速发展,提高生存率

郭增清表示,特别是靶向药物与免疫药物这两种系统治疗手段的“强

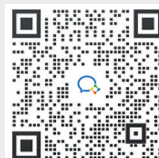
强联合”,让15%左右的晚期肝癌患者能够有机会接受手术治疗。此外,在我国,肝癌的治疗还有中医中药,特别是淫羊藿素(阿可拉定),可让晚期肝功能不好、无法接受强烈治疗的部分患者获益。

如今,晚期肝癌的生存期已经能延长到19.2个月,甚至比晚期胃癌生存

时间更长,因此,已经不能称之为癌王了。

随着医学技术发展,学科分类越来越细,新的治疗手段和方法层出不穷,分工合作显得非常重要。福建省肿瘤医院推行多学科诊疗(MDT),从患者首诊起,就由多个相关科室联合讨论,为病人制定科学、规范、合理的诊疗

方案,最大程度地延长患者生存期,提高生活质量。



扫描二维码,加入肝健康交流群