

产检攻略：早中晚孕期检查的时间和检查项目

濉溪县医院妇产科

1、早孕期

早孕期是指从停经到怀孕 12 周。早孕期产检有两次：

6-8 周：第一次产检。内容包括：身高体重、血压心率、血尿常规化验、肝肾功能检测、感染指标（比如肝炎）检测、心电图等。超声明确是否为宫内孕，并且评估胎芽、胎心等胚胎发育的指标。第一次产检的目的主要是评价孕妇全身的健康状况，寻找可能影响怀孕的潜在因素，以及计算孕周和预产期。

12 周：这次产检非常重要，因为 12 周的时候会做一个叫做“NT”的很重要的超声检查。所谓“NT”，指的是胎儿颈后透明带，是超声检查中看到的胎儿颈部的一个结构。这个结构间接反映了胎儿是否有染色体异常的可能。通过超声测量 NT 的厚度，医生可以初步判断胎儿发生染色体异常，特别是 21 号染色体异常（导致唐氏综合征，俗称“大傻子”）的可能。如果 NT 检测有异常，就需要做羊水穿刺了（简称“羊穿”）。

除了 NT 检查，现在还有一种检测胎儿染色体异常的新技术叫做“无创游离胎儿 DNA 检测”，俗称“无创检查（NIPT）”，也是在 12 周开始可以抽血。如果 NIPT 正常，那么胎儿有很大的概率不会发生常见染色体异常，如果 NIPT 异常则需要羊穿。

2、中孕期

中孕期指 14-28 周。这一时期胎儿快速生长发育，产检内容较早孕期明显增多。

16 周：16 周时应该可以听到胎心了，医生会尝试用多普勒听诊仪听胎心。16 周还要做唐氏综合症筛查（俗称唐筛）。唐筛的目的是筛查可能存在 21 号染色体异常和开放性神经管异常的胎儿。当然，如果 12 周时做个 NIPT 是正常的，那么唐筛可以免除。

22 周：22 周左右要做整个孕期最重要的“系统性超声检查”，俗称“大排畸”。这次超声的目的是排查胎儿有无大的方面的畸形。有些医生会在此时进行骨盆测量。

24 周：从 24 周开始要进行妊娠糖尿病的筛查，俗称“糖筛”。采用的办法有 50g 葡萄糖试验或者 75g 糖耐量检查。如果糖筛有问题，说明孕妇患有妊娠期糖尿病的可能。

3、晚孕期

从 28 周后即进入晚孕期。晚孕期胎儿发育基本定型，产检频率较早、中孕期有所增加。

28 周：从 28 周开始每次产检都会测量子宫底高度（宫高）和腹围，以此判断胎儿生长大小是否和孕周一致。

30 周左右：再次 B 超检查，目的是评价胎儿生长是否能跟上孕周，如果发现明显的胎儿偏小需要进一步寻找原因。

32 周：血压、体重、尿常规、血常规、肝肾功能复查。

34 周：阴道细菌培养，尤其是阴道 B 族链球菌的检查。这是引发新生儿感染的一种很重要的细菌。有些医生会在这个时候开始做胎心监护。

36-37 周：骨盆测量，胎心监护。

从 37 周以后产检的频率增加到每周一次直到宝宝出生，内容包括：血压、体重、胎心监护、尿常规、宫高腹围。孕 38 周和孕 40 周还会再做 B 超以评估胎儿的生长和羊水的情况。

孕期产检流程和内容给大家介绍完了，各家医院和不同的医生可能略有差别，但是总的内容是差不多的。如果一切顺利，孕期产检的次数在 9 次左右。另外，像血压、体重、尿常规、胎心数这样的常规项目在每次产检的时候都可能要进行检查。

注意：以上产检程序仅针对身体健康的正常孕妇，合并其他疾病的孕妇请咨询产科医生！！！！

泌尿外科科普知识之前列腺疾病篇

哪些活动会诱发前列腺疾病？据医疗研究显示，青年学生、司机、企业家、中老年人、公务员、老师等都是前列腺疾病的高发人群，大部分男性都不了解也不关心前列腺及其常见疾病。其实，有一些被我们忽略的日常活动会诱发前列腺疾病发生：

1、久坐

由于前列腺位于肛门前方的会阴部，男性坐着时，身体很大一部分重量会“压”在前列腺上，腺体血液循环不畅，长时间充血使前列腺液的排泄变困难。尤其是久坐在软椅、沙发上或骑自行车，会使整个泌尿系统血液循环受阻，致使无菌性前列腺炎的发生或细菌性前列腺炎加重。因此，建议坐 40 分钟就站起来走走，开车或坐车久了，也要注意变换一下坐姿，让前列腺部位得到充分松弛。



2、寒冷

男性睾丸害怕热，但前列腺恰恰相反，它怕冷。天气转凉，人体交感神经兴奋性增强，使前列腺腺体收缩，腺管和血管扩张，造成慢性充血，加重前列腺液的淤积，导致前列腺疾病发作。



3、憋尿

有实验证明，前列腺增生手术前一天将碳素注入患者膀胱内，手术后可以在切除的前列腺组织内发现黑色碳素，者表明尿液会反流至前列腺组织内，憋尿会加重这一现象的发生。此外，憋尿还可以让细菌进入前列腺。正常情况下，男性尿道的下段寄生有细菌，排尿时，这些细菌会被冲刷掉。经常憋尿会减弱尿液的冲刷作用，使得细菌繁殖增加，逆行到尿道，从而引发前列腺炎。



4、酗酒

由于酒精的刺激，前列腺局部毛细血管会迅速扩张、充血，引起前列腺不适。这时，“体态臃肿”的前列腺就会侵占尿道的空间，前列腺周围的神经也会受到压迫、牵制。前列腺充血快、消退慢，临床症状持续时间长。前列腺在“酗酒”后需要经过 3-5 天才可恢复。因此，酗酒者应对自己前列腺健康有所关注。



5、吸烟

调查显示，吸烟者前列腺疾病患病率比不吸烟者高 1~2 倍。这是因为，烟草中含有的各种化合物多达 1200 余种，其中绝大多数对人体有害，主要有尼古丁、氰化物和一氧化碳等。吸烟越多前列腺受危害越大。



6、饮食过辣

吃辣会刺激前列腺和尿道，引起前列腺的血管扩张，降低前列腺的抵抗力，还可能让前列腺寄居菌群大量生长繁殖，诱发急性前列腺炎，或加重慢性前列腺炎的症状。



7、性生活过度

纵欲是前列腺的“大敌”。性生活过于频繁会导致前列腺过度充血，诱发前列腺炎。但是过度压抑性欲，也会使前列腺液大量囤积，诱发炎症。另外，射精前中断性交、体外排精或频繁的自慰，都会使前列腺充血、肿胀，引起炎症。

8、不良生活习惯

急性前列腺炎多是由于细菌引起的，一定要每天对自己进行清洁，尤其是生殖器官，减少感染的几率。多注意休息，尽量不要熬夜，有规律的生活，多饮水，少食辛辣食物，适当的运动，从而让自己的抵抗力提高。



以上这些行为，很多是男性朋友在现代日常生活中不可避免要进行的，但他们却不知道生殖健康危险却恰恰是由此而来。前列腺疾病，正成为影响男性生殖健康最可怕的隐藏杀手。

泌尿外科—刘刚