

# 胎儿突然安静了许多 原来是脐带打了个结

## 医生紧急手术母子平安

近日,怀孕38周+的二胎妈妈小吕(化姓)发现,每天在肚子里欢腾的宝宝突然安静了许多,她赶紧就医,医生检查发现胎儿已经有缺氧征象,经及时实施急诊剖宫产手术,母子平安。

三周前,小吕曾经因为“胎儿心律失常,胎儿生长受限”在武汉市汉口医院产科住院治疗。出院后,她格外小心。上周,她发现原本每天在肚子里欢腾的宝宝突然安静了许多,结合住院期间医生交代的注意事项,她立刻意识到,宝宝或许有危险了,赶紧来到武汉市汉口医院就医。

接诊的妇产科副主任医师曾为红迅速评估,在详细询问了孕妇的症状及既往病史后作出判断:胎儿已经有缺氧征象,决定立即为小吕实施急诊剖宫产手术,以确保母婴安全。

手术中,医生发现胎儿的脐带竟然打了一个“真结”,让在场的所有人都倒吸了一口凉气。这意味着,如果小吕继

续待产,出现宫缩,脐带可能因受到过度牵拉而阻断血流,后果将不堪设想,甚至会危及宝宝的生命。幸好小吕及时就医,医生精准判断、迅速行动,母子平安。

曾为红介绍,脐带是宝宝获取氧气和营养的小小“高速公路”。然而,有些宝宝在妈妈的肚子里好动,一不小心,脐带就会像这样绕成了“真结”,这可导致脐带管腔部分或完全阻塞,进而影响血液和氧气的流通,会直接影响胎儿从母体获取血液和氧气的效率,进而可能引起胎儿发育迟缓、宫内窘迫甚至死亡。

专家提醒,脐带打“真结”,临床上虽然很难早发现,但孕妈妈可通过以下方式进行监测:自我监测胎动,在胎儿缺氧早期,表现为胎动频繁;在胎儿缺氧晚期,则表现为胎动减少,有脐带异常的孕妈妈应高度重视胎动规律和变化,一旦发现异常及时就诊。定期产

检,胎心监护可以提示宝宝是否存在宫内缺氧,孕晚期建议每周做一次胎心监护。避免剧烈运动,孕妇平时需要注意休息,避免动作幅度过大、剧烈运动等。适当减少触摸腹部的频率,以免加大胎儿受刺激后兴奋的概率,导致胎儿在宫内运动增多,造成脐带打结的发生。此外,孕妈妈们也要注意定期做超声检查,定期超声检查可以观察脐带的血流情况,间接评估是否存在异常。有条件的孕妈妈可考虑进行更高级别的检查,以获取更详细的脐带信息。

据《楚天都市报》



### 专家解惑

## 家长如何帮助厌学的孩子走出困境?

家长提问:

我家孩子今年15岁,读初三,开学没多久就开始用身体不舒服、不想上某老师的课、压力大等各种借口请假不去学校,这种行为在以往也出现过,但升入初三以来更加频繁。请问对于这样不愿意去学校、对学习很厌烦的孩子应该怎么办呢?为什么孩子不能积极面对初三的学业压力呢?

专家观点

北京市大兴区教师进修学校心理教研员、国家二级心理咨询师石影:当孩子对学习失去兴趣,甚至以各种理由拒绝去学校时,家长要调控好自己的情绪,理性且科学分析影响因素,采取有效策略进行正确引导,帮助孩子走出当前困境。

家长要准确识别孩子厌学、拒学行为产生的信号。一般情况下,孩子不存在突发厌学、拒学的行为,在行为症状表达之前必然会出现情绪或躯体症状等问题作为提示家长的信号特征。如:时而心境低落、郁闷不乐;时而感觉较为亢奋,表达走出困境的“豪言壮语”;时而遇到困难就容易感到挫败并想放弃;时而发生如头疼、胃疼、失眠、感冒发烧等躯体化症状;时而觉得愧对父母或老师,想取得好成绩让他们高兴,却又不愿付出持久的努力等。家长如果能够精准识别孩子发出的求助信号,就能够及时提供物质和心理支持为孩子赋能。

家长要精准分析孩子产生厌学、拒学行为的原因。石影通过多年的教育教学以及心理辅导实践发现,孩子厌学、拒学的原因可以在学业、家庭及环境三个维度上进行分析。学业压力包括学科知识难度加大、作业量大且难度增强、低效、无效学习、考试成绩不理想等。家庭压力包括亲子关系紧张、父母关系紧张、家庭氛围不和谐、居住环境恶劣等。环境压力包括同学间的欺凌、同学纠纷冲突、师生间的矛盾、班级或学校氛围不和谐等。家长要能够凭借观察孩子情绪与行为、与其对话、家校沟通等多种途径找准孩子厌学、拒学的原因,才能够采取针对性措施助力孩子。

家长如何帮助孩子走出厌学、拒学的困境呢?石影为家长提供了四个策略。第一,引导孩子辩证地看待自己的学业表现,不再苛求学业成绩的高低。第二,做好家、校沟通,与学科教师共同寻找孩子的学科优势,以修补其自我效能感。家长要坚定一个信念,那就是孩子与自己比较,无论怎样,他都可以从众多学科中找到自己的优势学科,家长需要一双发现的眼睛。

第三,“淘宝”其人格、为人处世、学业等方面的特质、优点及亮点,寻找并利用好适当的契机对其表达,以激活其向上进取的内驱力。

第四,允许孩子根据自己的实际情况来把握学业进度、节奏、安排等,不再强令孩子完成任何学习任务。

据《北京青年报》

### 科普时间

## 新研究:心脏病发作后增加睡眠有助恢复

新华社北京11月4日电 新一期英国《自然》杂志上发表的一项研究显示,在心脏病发作后,心脏通过免疫系统与大脑“沟通”,促使机体更多睡眠,以此来减少炎症、促进心脏恢复。

美国芒特西奈伊坎医学院的研究人员在论文中介绍,他们诱导部分实验鼠发作心脏病,并使用植入式无线脑电图设备记录大脑电信号。结果显示,心脏病发作后,实验鼠的睡眠时间迅速增加,并持续了一周。其中,慢波睡眠(深度睡眠)时间增加了3倍。

对心脏病发作实验鼠的大脑进行研究发现,其血液中一种名为单核细胞的免疫细胞被“招募”到大脑,并利用一种名为肿瘤坏死因子的蛋白质激活大脑丘脑区域的神经元,从而使睡眠增加。这发生在心脏病发作后的几个小时内,而对照组实验鼠未出现这一变化。

进一步研究发现,睡眠中的大脑会利用神经系统向心脏发送信号,以减少心脏压力、促进恢复,并减少心脏病发作后的心脏炎症。

研究人员还中断了一些实验鼠的睡眠,结果发现心脏病发作后睡眠中断的实验鼠心脏交感神经应激反应和炎症增加,与睡眠未中断的实验鼠相比恢复较慢。

随后,研究团队又进行了几项人体研究。他们研究了心脏病发作后一到两天的患者的大脑,发现与没有



增加睡眠助恢复 新华社发 徐骏作

心脏病发作的人相比,其单核细胞增加,这与动物实验结果一致。

他们还分析了80多名患者在心脏病发作后4周内的睡眠情况。结果也显示,在心脏病发作后的几周内睡眠不好的患者愈后更差。此外,睡眠良好的患者心脏功能有显著改善,而

睡眠差的患者没有改善或改善很小。

研究人员表示,上述研究结果强调了心脏病发作后增加睡眠的重要性,并建议充足的睡眠应该成为心脏病发作后临床管理和护理的重点之一,尤其在睡眠经常被中断的重症监护病房。