

# 孕妈内分泌易“出错” 产后也勿大意

由于激素水平的变化,怀孕期间很多孕妇受到不同程度的内分泌问题的困扰。妊娠期糖尿病为何偏偏“盯”上你?妊娠期糖尿病可以预防吗?怀孕期间得了甲亢,担心吃药影响孩子怎么办?针对孕妈的这些疑问,近日广州日报健康有约“名医大讲堂微课”特地邀请了广东省妇幼保健院内科、MICU 主任罗毅平主任医师,为大家答疑解惑。

## 男女都可能内分泌失调

内分泌失调是生活中高频出现的一个词,到底什么是内分泌失调?罗毅平介绍,医学上来说所有能分泌激素的器官都属于内分泌系统,如中枢下丘脑垂体、甲状腺、乳腺、胰腺等器官。正常情况下,内分泌器官有规律地释放激素。

所谓内分泌失调,即内分泌器官在分泌激素时出现了紊乱,主要表现为激素分泌总量和激素分泌节律出现异常。如当体内雄激素分泌过多、皮脂腺分泌油脂过多时,就可能出现痤疮。

除了身体生理方面的因素,作息紊乱、心理因素等也会导致内分泌器官功能的失调。罗毅平指出,从医学角度而言,男女都可能出现内分泌失调,不过可能女性由于情绪波动相对较大等因素表现得更为明显。

## 孕期内分泌为何易“出错”?

内分泌失调不仅会让人变丑,

还可能导致一系列内分泌疾病,尤其对于孕妇这样一个特殊群体,很容易出现糖尿病、甲状腺功能异常等疾病。

罗毅平介绍,糖尿病、甲状腺疾病基本上占临床妊娠期内分泌疾病的95%以上,非常常见。

“怀孕十月,女性朋友的激素经历了一个巨大的改变。”罗毅平解释,垂体能分泌大量的激素,并指导其他内分泌器官分泌激素,是内分泌系统的“司令官”。女性孕期垂体体积增至正常135%,代表整个内分泌系统都将出现巨大的变化。

具体来说,怀孕前人体会分泌一系列激素为受孕做准备,怀孕期间为了满足孕妈和胎儿的正常发育身体也会做出调整,产后哺乳期同样也会有泌乳素等激素的增加来适应身体需求。

## “糖妈妈”勿忽视产后血糖监测

据统计,在中国每100个孕妇当中就有3个妊娠期糖尿病患者。罗毅平指出,一般从三个层面判断是否为妊娠期糖尿病高危人群:年龄大于35岁、肥胖、缺乏运动等,有糖尿病家族史,或出现过不明原因的胎停、既往孕期有糖尿病等孕妈罹患妊娠期糖尿病的风险更高。

正处备孕期的女性如何预防妊娠期糖尿病?罗毅平建议日常均衡摄入营养,注意少食多餐,尽量减少高升糖食物的摄取,维持一定

的运动。

当出现吃得多吃得多、喝得多、尿得多及体重减轻等糖尿病“三多一少”典型症状时,需警惕妊娠期糖尿病的发生。罗毅平强调,孕妈一定要正规产检,以便在还没有出现典型症状时早期揪出糖尿病。

很多“糖妈妈”担心进行胰岛素治疗会影响宝宝。罗毅平介绍,一般通过饮食控制、营养治疗、运动调整等方式,八成妊娠期糖尿病患者不需要使用胰岛素治疗即可控制好血糖。糖尿病患者的饮食控制大有讲究,可到医院营养科寻求专业的饮食指导。即便需要使用胰岛素治疗,孕妈也不必过于担心,目前可用于妊娠期使用的胰岛素对宝宝是安全的。

有些“糖妈妈”产后血糖恢复正常,认为可以完全放心了。“千万不能有这样的概念。”罗毅平介绍,约三分之一的妊娠期糖尿病患者产后会有糖尿病或糖耐量异常,15%的糖耐量异常患者会得糖尿病,而且与正常女性相比,有过糖尿病史的女性终身得糖尿病的几率要高出七倍,因此产后也要注意生活方式的调整。

针对妊娠期糖尿病患者,临床上建议产后6~12周之间、产后一年应复查糖耐量试验(OGTT),评估整体糖代谢情况,以后每隔两到三年进行一次,终身定期检查。

## 心率增快、容易饥饿不代表一定是甲亢

“甲状腺疾病在内分泌疾病中是非常有特色的一种疾病。”罗毅平指出,甲状腺疾病和个人的精神状态、作息情况、饮食习惯等息息相关,长期熬夜、长期处于紧张精神状态者比较容易得甲亢,且甲亢好发于育龄期和青春期的女性。

甲状腺功能每一项指标的意义不同,临床上通常通过甲状腺三项、甲状腺五项、甲状腺七项来监测甲状腺功能。

女性怀孕之后其甲状腺球蛋白会出现生理性增高,因此孕12周之前判断甲亢需要很多证据的支撑,不能单凭甲状腺激素水平升高确诊是妊娠合并甲亢还是妊娠期一过性甲亢。

此外,孕期出现心率增快、容易饥饿等现象,并不代表一定得了甲亢,还要注意和早孕反应进行区分。

目前一般通过三项指标监测妊娠期甲状腺功能,即促甲状腺激素水平(TSH)、血清游离甲状腺素水平(FT4)、甲状腺过氧化物酶抗体(TPO-Ab)进行判断,建议孕妈在孕八周之前做甲状腺功能筛查,如果有异常,及时到专科就诊。

研究表明,所有的甲状腺疾病,尤其是甲亢,有1%的几率遗传给新生儿。因此甲状腺疾病妈妈生下宝宝之后,一定要对宝宝的甲状腺功能进行追踪,一般追踪到两岁以上。

据《广州日报》报道

## 陆风汽车发力上海车展 新“劲”王牌陆风荣曜高能亮相

在2019上海国际汽车工业展览会上,各家车企纷纷借此机会向外界宣告品牌新动作,展示产品新矩阵,一大批值得关注的车界势力聚势而生。陆风荣曜,就是其中颇具实力和人气的一款高能力作。

作为陆风汽车旗下的全新战略车型,陆风荣曜在本届上海车展一经亮相,就吸引了各方媒体和消费者的热切关注,顺利地完成了它的全国首秀。这辆定位“智享高能大五座SUV”的诚意之作,不仅拥有卓越的性能实力,更有大师级外观设计的颜值加持,也难怪能在“高手云集”的上海车展成功吸睛,为陆风展台聚集一波又一波的人气热浪。

## 联合GFG Style,打造优雅“超颜值”

初见陆风荣曜,“优雅”“时尚”是很多人的第一感受,这样的视觉美感,是设计大师非凡经验的结晶和精心雕琢的成果。

陆风荣曜由江铃控股和意大利高端设计公司GFG Style共同设

计,GFG Style是由Giorgetto和Fabrizio Giugiaro创立的全球知名汽车设计公司,而这两位创始人不仅同为汽车设计界的翘楚,还是一对大有来头的父子。大众熟知的兰博基尼、法拉利、高尔夫、阿尔法罗密欧、保时捷等著名品牌旗下的多款经典车型均出自他们之手。

和众多大牌一样系出名门的陆风荣曜,将意式优雅和都市现代完美结合。

整车造型方面,六边形前格栅和前大灯,塑造出陆风荣曜强壮有力而又均衡的独特前脸。纤长的日行灯,在夜晚亮起时星耀夺目,和三点式矩阵LED交相辉映,让前脸部分具有更加鲜明的品牌识别性。从时尚的流线型雕塑中汲取灵感,通过犀利流畅的线性,塑造出陆风荣曜优雅流动的侧面光影。车尾部遵循了设计语言的极简纯粹,线条简洁却不失质感,光看背影,就知道这是一款高颜值魅力座驾。

一台车的气质和人一样,往往是从内而外散发出来的,拥有时尚

优雅外观的陆风荣曜,同样也有着精致的内饰。“现代感”和“品质感”是陆风荣曜在内饰设计方面的追求。以动感的线条融合前沿科技,打造宽敞舒适、令人愉悦的内饰座舱,让这款车成为好看又舒适的高品质座驾。

## 专注性能SUV,练就强势“超性能”

“坚守高性能产品”,是陆风汽车一直坚持的造车理念。在本届上海车展上,陆风汽车也宣布了全新的产品主张:“专注性能SUV”。陆风荣曜完美继承了陆风家族“高性能”的品牌基因,成为了新产品主张的完美诠释。

陆风荣曜基于江铃控股全新CSPA舒适可拓展高性能平台,整车轻量化水平达到国内领先。搭载福特技术发动机1.5GTDI+格特拉克湿式7DCT领先动力总成,是完



全超越同级的核心配备,兼顾强劲动力和平顺的换挡,配合国际知名的英国米拉专业团队底盘调校,给用户带来的驾乘体验同样也是超越同级的。

这一次的上海车展,让我们认识了“颜值”与“性能”兼备的陆风荣曜,相信不少想要买车的朋友已经有所期待。稍安勿躁,预计在2019年秋天,也就是再过几个月,你就可以真正地把这辆座驾带回家了。

豆子