



· 医学科普 ·

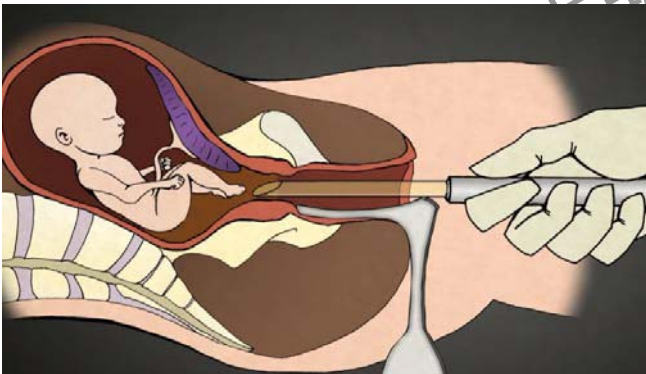
人工流产后多久可以怀孕?

王 懿 (天全县妇幼保健计划生育服务中心 四川天全 625500)

中图分类号: R169.4 文献标识码: A 文章编号: 1009-5187 (2019) 09-092-01

人工流产是指在妊娠 3 个月内通过刮宫或药物方法终止妊娠的一种行为,也被视为避孕失败意外妊娠的补救措施。人工流产对女性身体具有一定的危害,在刮宫的过程中女性子宫会受到不同程度的损伤,严重者甚至会出现感染、出血、黏连等并发症。对于有过人工流产史的女性来说,要想再次怀孕,必须要等半年以上,这样可以子宫恢复的更好,在确保自身健康的同时,也能为胎儿的健康发育提供良好的“温床”。

人工流产手术会把女性的子宫口撑开,然后利用工具将胎儿取出,再通过刮宫清理残留组织。因此,对于刚经历完人工流产手术的女性来说,她们的身体和子宫是相当虚弱的,必须要经过一段时间的修复才能恢复正常。此外,如果在子宫没有得到恢复的状态下再次受孕,很容易增加自然流产的风险,这对女性朋友将会造成不可预料的伤害。鉴于此,专家建议人工流产后最好是休息半年再考虑怀孕,如果身体条件较差,则应该将修复时间延长至一年以上,以便为下次怀孕做好充分的准备,从而确保母婴的生命健康。



当然,为了能够尽快恢复,广大女性还应该要做好日常护理工作,争取在缩短恢复时间的同时,也能降低不良反应发生率。具体应做到以下几点:第一,人工流产手术结束后不要着急离开,应留在医院观察两个小时,如果没有明显的阴道出血症状或腹部疼痛症状方可离开。第二,在人流之后应用抗生素的几天内,为了增强自身的抵抗力和免疫力,应该摄取充足的营养,多吃一些粗粮和高纤维食物,比如小米、

燕麦等,增加体内膳食纤维;多吃一些补铁生血的食物,比如猪肉、动物肝脏、血豆腐等,从而达到补养气血之功效;多吃新鲜的水果和蔬菜,确保维生素 C 的充足摄取,从而加快铁质的吸收和利用。此外,为了防止不良反应的发生,广大女性在人流手术后千万不要喝酒。第三,定期用清水清洗自己的外阴;选择纯棉质的内裤,并勤洗勤换;在经期要勤换卫生巾,避免细菌的滋生。值得注意的是,在此期间未经医生许可不要洗澡,从而避免发生感染。第四,人工流产手术后 1 个月内禁止性生活,以防生殖器官感染,进一步降低严重并发症的发生率。如果出现发热、腹痛或阴道分泌物有异常气味的症状,应立即到医院进行检查和治疗。第五,通常来讲,女性在接受完人工流产手术的 3—5 天内会存在阴道出血的症状,但这种症状最多不会超过 15 天。如果阴道流血量超过月经血量,且持续的时间过长,就需要引起高度重视了,必须及时到医院进行诊断,以免给身体造成更大的伤害。第六,术后只要恢复性生活,就要采取避孕措施,避免再次怀孕。第七,人流手术后要保持规律的生活作息,确保充足的睡眠和休息,在手术后的一个月之内不要过度劳累,定期到医院进行检查,在掌握自身健康状况的同时,也能避免留下后遗症。第八,在人流手术后,还需要注意子宫的保暖,不能光脚在地上走动,更不要用冷水来洗东西,前三天最好不要洗头,洗脚的话也要用热水。饮食方面也需要格外注意,忌食凉性食物和不好消化的食物,比如冷饮、西瓜、麻花等。

上述内容介绍了人工流产后多久可再次怀孕的相关知识,希望能够为广大女性提供一些帮助。人工流产对于女性的伤害是巨大的,不仅容易造成子宫肌壁过薄,而且还会损伤元气,致使女性的各项身体机能严重下降。对于有过人工流产史的女性而言,如果在子宫内膜尚未完全修复的状态下就怀孕,将不能为受精卵的着床和胎儿的发育提供良好的生长环境,与此同时,在分娩的过程中很容易造成子宫破裂、胎儿死亡等一系列严重并发症及后果,这对母婴的生命安全构成了巨大的威胁。为此,建议广大女性做好避孕措施,保护自己的子宫,不要让流产一次又一次的伤害它。如果在人工流产后想再次怀孕,至少要等半年的时间,这不仅是对自身的保护,更是对胎儿的负责!

(上接第 91 页)

对疾病的分析,不能单纯依靠显微镜下的疾病表现方式,还应该对比病人的既往病史、症状等多种因素进行综合考量。同时,病理医生在处理分析病变组织在显微镜下图像信息时表现出层次性的特点:病理医生通常按照是否存在病变、病变部位、病变范围大小、病变程度的顺序来进行。在实际工作中,我们既要坚持病理思维的整体性又要坚持病理思维的层次性,如此方能对疾病有一个明确的认识。

四、总结

从上述对病理性思维特点的分析可知:病理性思维在病理诊断中格外重要,同时由于其存在优越性与局限性,我们必须与其他诊断性思维方式的紧密结合。临床病理诊断在医学中的应用广泛并起着关键作用,借助于这一诊断方式,医学治疗取得了长足进步。要使病理诊断质量水平得到质的飞跃,除了需要病理医生逐步提高自身的专业知识,还要需要他们具有立体性思维、全面、多维、有层次地进行分析诊断。