

“多囊”女人还可以做妈妈吗

杨希

南充市顺庆区妇孺医院 四川南充 637000

【中图分类号】R711.75

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2019) 09-078-01

多囊卵巢综合征在现今的女性朋友身上发病率比较高。现在经济发展比较快，人们对物质生活的追求比较盛，这种环境对在生育年龄的女性影响比较大，长期的劳累、熬夜、以及饮食不规律，都会造成女性朋友内分泌失调，内分泌失调会影响女性朋友情绪阴晴不定。内分泌长期不规则可诱发多囊卵巢综合征，可导致育龄期女性长期不排卵疾病严重的话会引发很多并发症给身体带来危害，但是发现的早，及时进行治疗，治愈率是非常高的，根据医院考察患有多囊卵巢综合征的女性朋友，有60%通过治疗可以自然怀孕，20-30%的女性朋友也可通过医疗辅助手段怀孕。

一、多囊卵巢综合征病理与临床表现

1、多囊卵巢综合征病理

长期的内分泌失调，导致多囊卵巢综合征，引发女性长期不排卵。引发多囊卵巢综合征的原因不明确，但它与家族遗传史、饮食生活习惯不规律、肥胖、少运动有密切关系。

2、多囊卵巢综合征的临床表现

多囊卵巢综合征的临床表现有：月经稀发、多毛、肥胖、不孕等，月经多表现为月经不规律、月经次数明显减少；不孕，因卵巢功能出现障碍，造成患者受孕率降低流产率增高；肥胖的现象主要是因为患者饮食不规律，或者喜欢晚上暴食且少于运动等；多毛与女性内分泌失调的高雄激素有关，雄性激素过高时大部分女性朋友就会出现脱发。抑郁也是多囊卵巢综合征女性朋友常见的症状，造成抑郁的原因主要有三个方面：一方面因为体重指数增高；一方面因为胰岛素抵抗能力降低；第三个方面就是因为性质量明显下降。

二、多囊卵巢综合征的危害

多囊卵巢综合征若不及时治愈对身体健康影响比较大，多囊卵巢综合征与感冒不一样，多囊卵巢综合征单靠自己的体质好，靠自身修复功能是没有办法调整过来的，只有通过药物并且加强锻炼注重饮食习惯等方面治疗调理才可以恢复的，因此发现自己患有多囊卵巢综合征的人需要尽快就医，若不及时就医容易引发如不孕、抑郁症、糖尿病、子宫内膜癌等严重并发症。

三、护理

多囊卵巢综合征并非是疑难杂症，及时通过护理是可以怀孕的，而且有60%以上的患者通过调理都可以自然怀孕的，护理的方法有：

1、常规护理

常规护理就是规范自己的日常生活。特别是多囊卵巢综合征患者需要有足够的睡眠，不能过度劳累，不能熬夜，经常熬夜容易引发气血亏虚，出现严重内分泌失调。发现自己患有多囊卵巢综合征的患者，需要及时地进行备孕、怀孕，孕前需要进行相关内分泌等检查，目的为了提高受孕率，降低

流产率。

2、饮食护理

多囊卵巢综合征患者不能有挑食、偏食的习惯，挑食、偏食容易造成身体营养不平衡，不能给身体提供足够的营养，达到怀孕，或者怀孕后不能给胎儿成长提供足够的营养，出现胎儿发育不良现象，因此多囊卵巢综合征患者，需要多吃一些蔬菜水果，不能单吃肉类，或者只喝牛奶不吃鸡蛋，应根据自己的身体状况多吃一些健脾祛湿的实物，让自己的身体处于在一个健康的环境中，才能保证胎儿健康成长，最后要强调一点，多囊卵巢综合征患者最好少饮酒或者说应该戒烟戒酒。

3、运动护理

长期适量的坚持运动对身体有很大帮助，俗语说运动可以治百病，长期有规律的运动可以调节身体的各个机能，只要身体机能各个方面都在正常运转，对内分泌有很大的帮助，在很多时候不需要药物帮助，都可以自然排卵后自然受孕。

4、心理护理

人的情绪对身体健康影响很大，中医说，怒伤肝、思伤脾，多囊卵巢综合征患者因为内分泌失调，情绪变的不受控制，这样对怀孕造成了很大的阻碍，因此需要进行心理护理，帮助患者营造一个良好的备孕、怀孕的空间，让患者在怀孕前后时时保持着良好的心态。

四、治疗

多囊卵巢综合征的治疗方法，药物治疗是一线疗法，没有生育要求的患者给予调经对症治疗，有生育要求的患者给予促排卵助孕治疗。患者通过护理与服用药物等方法达到治疗的效果，药物有降低雄激素血症的药物为主，促进排卵药物治疗。常用的药物有：口服避孕药、糖皮质激素、黄体舒通、氟化酰胺、来曲唑等。

五、健康指导

多囊卵巢综合征的治疗时间较长，这一类患者应时常保持一个良好的心态，积极配合医生进行护理与治疗，把多囊卵巢综合征对身体的危害降到最低，提高怀孕效率。建议多囊卵巢患者多多注意自己的生活习惯，尽量少熬夜、少劳累。

通过以上了解让我们看见，患多囊卵巢综合征患者可以通过治疗或者食疗护理自然怀孕，还可以通过一些辅助治疗达到怀孕效果，但是需要注意的是多囊卵巢综合征患者要积极配合医生进行治疗，按照医生制定的方案进行治疗怀孕，以及包括医生对患者嘱咐的日常生活需要注意的地方，首先为自己的心情营造一个愉快的环境，然后在生活中不能吸烟、喝酒，注意饮食搭配，不要有暴饮暴食的坏习惯，要适量的进行运动来增强身体各个方面机能，保证身体机能处于一个正常运转的状态。