

孕妇遇见 子宫肌瘤 怎么办

文/徐云



[内容提要] 子宫肌瘤是女性最常见的良性肿瘤,育龄女性发病率较高。子宫肌瘤对妊娠、分娩等均有不良影响,那么子宫肌瘤有什么症状?对妊娠、分娩有影响如何呢?当怀孕遇见子宫肌瘤时,我们该怎么办呢?

子宫肌瘤是子宫平滑肌组织增生而形成的良性肿瘤,是一种激素依赖性肿瘤,是女性最常见的良性肿瘤,又有妇科第一瘤之称。在30~50岁的女性中常见,Stanley Okolo研究认为育龄妇女中,子宫肌瘤的发病率大于50%^[1]。妊娠合并子宫肌瘤的发病率占子宫肌瘤患者的0.5%~1%,占妊娠的0.3%~1.2%^[2]。子宫肌瘤对妊娠、分娩等均有不良影响,本文主要对子宫肌瘤的症状及对妊娠、分娩的影响方面进行简单介绍。

一、子宫肌瘤有什么症状

很多患者没有自觉症状,每个人因为子宫肌瘤的大小、数目及生长的部位、速度及肌瘤变性等不同而症状各异。有些女性会因为月经异常(比如月经量增多或者月经期延长、非经期不规则出血及月经周期缩短)去医院就诊,有些甚至因为月经长期过多或不规则阴道流血导致继发性贫血,还有一些女性因为感到盆腔疼痛,甚至是泌尿系症状,比如尿频、尿急、遗尿、夜尿次数增多等就诊,通过检查才发现自己患了子宫肌瘤。另外,如果是子宫两侧长了肌瘤,病人可能会感到腰疼。有些女性可因为肌瘤压迫到直肠,引起大便的改变,如便秘、大便变细。白带是反映女性生殖健康的晴雨表,很多疾病可以从白带的变化及时反映出来。子宫肌瘤造成的白带异常多见白带增多或阴道流液,血性、脓样白带,伴有臭味等。女性可能因为子宫肌瘤影响宫腔形态、子宫内膜血供,阻塞输卵管开口或压迫输

卵管使之扭曲变形等影响到生育,导致不孕、习惯性流产,或者胚胎停育。有些女性可扪及腹部包块,如果肌瘤足够大,患者又足够瘦,可以在腹部摸到包块,女性可以用接触的方法按压下腹部,自己排查肿物。

二、有子宫肌瘤能怀孕吗?

是否可以试孕与子宫肌瘤的位置、大小、症状、性状密切相关。如子宫肌瘤不影响宫腔、不压迫输卵管,且子宫肌瘤直径小于5 cm时,一般不会影响妊娠,可以直接试孕,但整个孕期要密切观察肌瘤是否增大、增大速度如何及是否变性等,加强随诊,注意预防妊娠并发症,争取获得良好的妊娠结局。

其次,手术也有一定的风险,如发生宫腔黏连等,还会影响受孕。如果是黏膜下肌瘤、影响宫腔的肌壁间肌瘤或者直径大于5 cm的子宫肌瘤,则需要手术切除后再试孕,但术后通常需要避孕1~2年,否则容易降低妊娠率,发生流产。

三、怀孕后才发现子宫肌瘤怎么办?

部分女性平时从来不做妇科检查,怀孕了去做B超的时候才发现子宫里不仅有宝宝还有子宫肌瘤,医生会根据患者是否有生育要求,建议保守观察或流产、手术等,且定期检查。

四、可以在怀孕期间摘除子宫肌瘤吗?

一般不建议在怀孕期间摘除子宫肌瘤,但需要孕期加强随诊,严密监测肌瘤的大小、数量及孕妇的症状等,必要时可以先采用保守治疗,由医生评

估是否手术治疗。

五、有子宫肌瘤可以顺产吗？

绝大多数情况下,有子宫肌瘤也是可以尝试阴道顺产的。但如果是子宫肌瘤较大的产妇,顺产时要特别注意,较大的子宫肌瘤可能会导致产力不足,延长产程;还可以导致子宫收缩乏力,引起产后大出血。所以子宫肌瘤较大的产妇,分娩前后都要注意密切观察、及时处理。同时,如果子宫肌瘤影响产道,胎位等,那么就需要产科医生酌情行剖宫产。

六、剖腹产可以一起摘除肌瘤吗？

有的人想剖腹产的时候一起把子宫肌瘤摘除,一举两得,只能说理想很丰满。首先怀孕时子宫充血变大,妊娠激素水平的变化有利于子宫肌瘤生长,且子宫肌瘤供血丰富,此时剥除子宫肌瘤可能会影响子宫收缩,造成子宫收缩不良、大出血等并发症,严重时甚至需要切除子宫。

其次,产后雌孕激素水平会逐渐下降,子宫肌瘤自然会随之逐渐缩小。有的肌瘤可以随着时间缩小,不需要手术治疗。

当然,有些子宫肌瘤在剖腹产的时候需要予以处理,如肌壁间肌瘤靠近子宫切口附近,影响胎儿取出,则需要对肌瘤进行处理。

七、子宫肌瘤对妊娠及分娩的影响

子宫肌瘤对妊娠各期均可能产生不良影响,如黏膜下肌瘤可影响妊娠率,造成不孕;怀孕期间,随着雌孕激素水平升高,肌瘤可进一步增大,发生红色样变性,造成剧烈腹痛,引起子宫收缩,发生流产或早产;子宫肌瘤还有可能造成胎位不正,提高孕妇剖宫产的概率,增加难产率和早产率,延长产程;分娩时影响子宫收缩,导致并发症,如大出血、胎盘早剥等。

八、“带瘤怀孕”对孩子有影响吗？

带瘤怀孕对孩子一般没有什么影响,但有些肌瘤可以影响胎盘血供或影响胎儿从胎盘吸收营养,

导致流产、早产或胎儿较小。

九、如何预防子宫肌瘤

(一) 避免人工流产

如果人工流产次数多,子宫恢复力差,气滞血瘀,会造成盆腔慢性充血,就容易导致子宫肌瘤,因此,生活中夫妻双方应采取有效的避孕措施,尽量避免或减少人工流产次数。

(二) 合理饮食,避免雌激素过多摄入

子宫肌瘤和激素水平有很大的关系,如雌激素、生长激素、人胎盘催乳素等,生活中要合理饮食,避免过多食用桂圆、红枣、阿胶、蜂王浆等含激素高的食品,以免刺激子宫肌瘤生长。

(三) 保持良好的心态

心情非常重要,不良情绪可以引起月经紊乱、内分泌失调,久而久之可形成子宫肌瘤。

(四) 注意经期及外阴卫生

注意经期卫生,保持外阴清洁、干燥,避免久坐,勤换卫生巾;宜选择棉质内裤,少穿紧身衣;若白带过多,应注意勤冲洗外阴。

(五) 定期妇科检查

有性生活史的女性应每年到医院进行妇科检查,如果发现子宫肌瘤,一般应3~6个月复查一次,如肌瘤增大较明显,出血严重或生长迅速,应及时进行治疗。

子宫肌瘤对妊娠和分娩均有一定的影响,妊娠也会促进肌瘤的生长,所以,为了自身及宝宝的健康,女性要定期进行妇科检查,婚前进行婚检,孕期遵医嘱定时产检,密切观察肌瘤大小、有无红色变性等,选择合适的分娩方式。

[参考文献]

- [1] Stanley Okolo. Incidence, aetiology and epidemiology of uterine fibroids[J]. Best Pract Res Clin Obstet Gynaecol, 2008, 22 (4): 571-588.
- [2] 樊尚荣. 妊娠合并子宫肌瘤[J]. 中华临床医师杂志(电子版), 2008, 2 (1): 34-40.