



怀孕了能拍X光吗

◎凉山彝族自治州第一人民医院 吴欢

对于准妈妈来说，孕期每一次身体检查都牵动着心弦，尤其是涉及“辐射”的X光检查，更是让不少人忧心忡忡——“拍X光会不会影响宝宝发育？”“孕期是不是绝对不能碰X光？”这些疑问成了很多孕妇的心头大石。其实，孕期X光检查并非“洪水猛兽”，关键在于科学认识辐射风险、根据孕期阶段合理考量，以及掌握正确的应对方式。下面就从辐射影响、不同孕期的注意事项和应对方案等方面，为大家详细科普孕期X光检查的相关知识。

X光辐射超量才对胎儿有影响

辐射剂量的安全阈值：X光检查会产生电离辐射，可能损伤人体细胞，但医用X光的辐射剂量通常较低。研究显示，胎儿在宫内受到的辐射剂量低于50毫西弗时，致畸和致癌的风险不会明显增加；像胸部X光这类常规检查，辐射剂量仅为0.01~0.1毫西弗，远低于安全阈值。

辐射超量才危险：若辐射剂量超过安全阈值，会对胎儿产生不良影响：胚胎发育早期，过量辐射可能导致胚胎死亡或流产；器官形成期，可能增加胎儿畸形风险；胎儿生长发育期，可能影响生长发育，甚至提高日后患病概率。

不同部位X光的辐射差异：不同部位的X光检查，胎儿受辐射剂量不同。胸部、四肢等远离盆腔的部位检查时，胎儿受到的辐射散射少，风险较低；腹部、盆腔等靠近胎儿的部位检查时，胎儿受直接辐射多，风险较高，需格外谨慎。

孕期各阶段X光检查具体指导

孕早期（1~12周）：孕早期

是胚胎快速分化期，中枢神经、心脏等重要器官在此完成基础构建。此时胚胎对辐射敏感度极高，是成人的1000倍，单次腹部X线检查可能致胎儿吸收0.1~50毫西弗辐射。超过50毫西弗会显著增加胎儿畸形风险。世卫组织建议，非危及孕妇生命的急症，此阶段应避免放射性检查。确需检查时，需用铅制防护服双重屏蔽腹部，优先选铅当量 $\geq 0.5\text{mm}$ 防护用具，并重点保护胎儿生殖系统。

孕中期（13~27周）：进入孕中期，胎儿器官基本成形但仍在发育，其对辐射耐受阈值约100毫西弗，超量或增加儿童期白血病风险。处理肺部感染等急重症时，医生会用「风险效益评估模型」，若病情危急且无替代检查，会在严格控量（如用数字化X线摄影降30%~50%辐射量）和铅衣防护下检查。胸腔、四肢等远离子宫部位检查，胎儿实际吸收剂量常低于1毫西弗，风险较可控。

孕晚期（28周后）：孕晚期胎儿各系统接近成熟，颅骨、骨骼对辐射有一定屏蔽，单次X线检查

致胎儿严重损伤概率不足0.1%。但仍需遵循「ALARA原则」，临床检查时，需用准直器精准控制照射野，并通过「铅围裙+铅围脖+铅帽」防护，将胎儿吸收剂量控制在0.01~0.1毫西弗安全区间。检查后建议孕妇补充富含维C、E的食物，减轻潜在辐射损伤。

孕期X光检查：风险与替代方案

必要时的防护措施：若孕期确实需要做X光检查，医生会采取多种防护措施。用铅衣、铅帽等遮盖孕妇腹部、盆腔，最大程度阻挡辐射；同时调整X光机参数，在保证检查效果的前提下，尽量降低辐射剂量。

可替代的影像学检查：部分情况下，可选择无辐射或低辐射检查替代X光。超声检查利用超声波成像，无辐射，对母婴都安全，是孕期常规检查项目；磁共振成像（MRI）辐射风险远低于X光，孕中晚期可使用，但一般不建议孕早期使用。

检查后的咨询与监测：若孕期不慎做了X光检查，孕妇不必过度恐慌，但需及时告知医生检查的时间、部位和辐射剂量。医生会根据具体情况评估，并安排超声检查、唐筛、无创DNA检测等监测措施，密切关注胎儿发育，以便及时发现异常并处理。

【编后】

总之，怀孕不是“绝对不能拍X光”，关键是权衡检查的必要性和潜在风险。多数情况下，常规X光检查的辐射剂量低，不会对胎儿造成明显危害；若非必要，建议尽量避免在孕早期检查。准妈妈面对X光检查时，不妨保持理性，多和医生沟通，一起做出对自己和胎儿健康最有利的决定。☺