



宫外孕早识别与急救要点

◎仪陇县人民医院 唐海琼

宫外孕也叫“异位妊娠”，简单说就是受精卵没在子宫里着床，反而跑到子宫外发育了——其中90%以上都发生在输卵管里。这种异常妊娠特别危险：如果没有及时发现和处理，受精卵越长越大可能撑破输卵管，导致腹腔内大出血，严重时直接危及孕妇的生命。今天就从“识别信号”“紧急处理”“预防提醒”三个方面，帮大家搞懂宫外孕，做好自我保护。

警惕3个危险信号

宫外孕早期症状和正常怀孕有点像，很容易被认错，但只要仔细观察，就能发现这几个特殊信号，一定要高度留意：

停经后又出血？不是月经这么简单：大多数宫外孕患者会有6~8周的停经史，但也有部分人因为输卵管妊娠流产或破裂，没有明显停经，只觉得月经推迟了几天。更关键的是“异常出血”——通常量很少，颜色是暗红或深褐色，像点滴一样，少数人出血量和月经量差不多，但出血不规律、持续时间长，还会伴着下腹部隐痛或坠胀感，和正常月经明显不一样，别搞混了。

肚子痛别忍！这是宫外孕最典型的信号：腹痛是宫外孕患者就医主因，发生率95%。疼痛多在下腹单侧，初为隐痛或酸胀；若输卵管妊娠破裂或流产，会突现“撕裂样”剧痛并扩散至全腹，伴恶心、呕吐。部分人因腹腔出血刺激膈肌，出现牵涉性肩痛，需高度警惕。

头晕、脸色差？可能是出血的“预警”：随着病情发展，腹腔内可能会有隐性出血，导致血容量下降，这时患者会出现头晕、乏力、面色苍白等贫血症状。如果出血速度快、出血量多，还会迅速出现晕厥，甚至休克——表现为意识模糊、血压下降、手脚冰凉，这时候情况已经极其危急，必须马上就医。

宫外孕急救分3步

宫外孕一旦破裂，腹腔内出血速度非常快，要是抢救不及时，短时间内就可能有生命危险。所以发现症状后，正确的紧急处理特别关键，记住这3步：

第一时间去急诊！别自己判断、别拖延：只要出现“停经后异常出血”“下腹痛（尤其是单侧剧痛）”“头晕乏力”这些症状，别犹豫也别等着“再看看”，马上去医院急诊就诊。到了医院要主动告诉医生：最后一次来月经的时间、有没有性生活、症状什么时候开始的、具体是什么感觉（比如腹痛的位置、出血的情况），这些信息能帮助医生快速排查，少走弯路。

到医院要做啥检查？帮医生快速确诊：医院一般会通过3类检查明确诊断：一是血HCG检测——宫外孕患者的血HCG水平比正常宫内妊娠低，而且翻倍速度慢（正常怀孕早期每48小时左右会翻倍，宫外孕大多达不到这个速度）；二是经阴道超声检查——能更早发现孕囊的位置，如果子宫里没找到孕囊，反而在输卵管等部位发现异常包块，再结合血HCG结果，就能初步诊断宫外孕；三是后穹窿穿刺——如果怀疑腹腔内有出血，医生可能会通过这个检查抽出不凝血，辅助确诊。

不同情况不同治：药物还是手术？医生会根据病情轻重，分两种

情况处理。第一种是“未破裂型宫外孕”，若确诊时孕囊未破裂，血HCG水平低、包块小，可在医生监测下用甲氨蝶呤等药物抑制胚胎生长，期间定期复查，病情加重立即手术；第二种是“已破裂或出血风险高”，需紧急手术，腹腔镜微创恢复快，开腹适用于危急情况，手术目的是切除病灶、止血，必要时输血纠正休克。

做好这几点，降低宫外孕风险

重视妇科健康，减少宫外孕诱因：很多宫外孕和妇科炎症（比如盆腔炎）有关，炎症可能导致输卵管不通畅，影响受精卵正常进入子宫。所以平时要注意个人卫生，避免不洁性生活，一旦发现妇科炎症，要及时治疗，别拖着；有过宫外孕史的女性，再次发生宫外孕的风险更高，备孕前最好做一次全面检查，听从医生的专业建议。

记住！“警惕”和“及时”是最好的保护：女性朋友如果出现停经后异常出血、腹痛等症状，千万别抱有“再等等看”的侥幸心理，一定要第一时间去医院就诊。在怀孕相关的问题上，“大意”可能会酿成大错，只有时刻警惕、发现问题及时处理，才能最大程度降低宫外孕的风险，守护好自己的生命安全。☺