

服避孕药推迟经期——

高考之后，“大姨妈”会找你麻烦么

今日女报 / 凤网记者 李诗韵

又到一年高考季。与往年6月一样，“高考避孕药”话题再次受到众人关注——高考女生吃避孕药避开月经期看似“小事”，家长也似乎早已习以为常，可是，你知道避孕药的短期“疗效”给学生身体带来了怎样的长期危害吗？

每年高考，总有女生会恰巧遇上“大姨妈”，从而影响高考的发挥。于是，有一些女生会采用常规的“服用避孕药”的方式，推迟“大姨妈”的到来。这个现象甚至催生了一个“高考避孕药”的名词，家长们似乎也对这种做法持赞成态度。可是，这样做会有身体上的麻烦么？

今天，我们就带你看看高考“避孕潮”后医院妇产科的情况吧……



1 网传：高考女生吃避孕药可推迟月经

“我要高考了，吃避孕药能推迟月经吗？”“又到了中高考之际，今天你吃避孕药了吗？”“有必要在高考期间吃避孕药推迟经期吗？”……随着高考的来临，网上关于高考期间女生可服用避孕药延迟月经的信息，屡见不鲜——害怕“大姨妈”光临，不少女生想通过吃避孕药来让例假延迟，好避过高考那几天。

6月6日，记者走访了长沙市雨花区多家大药房，导购皆表示近一周时间，避孕药的销量确实有增加，其中的顾客不乏高考女生。

那么，紧急避孕药对推迟“大姨妈”真的有效吗？长沙市雨花区某大药房的导购告诉记者，确实有效。因为一般避孕药的作用原理是，雌激素和孕激素口服吸收后会妨碍卵泡的生长和成熟，没有成熟的卵泡可供排卵，也取消了排卵前雌激素高峰。在服用长期短效口服避孕药的情况下，女性身体将只剩下黄体期和月经期，而取消了排卵期。排卵过程受到抑制，排卵期之后的月经期也就不会消失。“一年吃两到三次是没有问题的。”该导购表示，高考女生身体基本发育完全，所以不存在什么副作用，“别吃太多次就好。”

2 真相：提前服用有效，也可用黄体酮代替

“避孕药可以延迟月经到来，但不是唯一的办法。”长沙市妇幼保健院妇产科主任医师周燕飞介绍，通常排卵半个月后，月经期到来。排卵之前，成熟卵泡分泌的雌激素会出现一个高峰。服用避孕药后，体内雌激素和孕激素会增高，排卵前期的雌激素高峰会一直存在。相应地，高峰不退，排卵期就会延迟，更不用说排卵期之后

的月经期了。

排卵之后，处于分泌期，又叫黄体期，黄体衰落就会产生月经。“卵子如果是蛋黄的话，黄体就是鸡蛋壳。”周燕飞表示，想让月经延迟，除了在排卵期前服用避孕药，还有别的办法，就是延迟黄体衰落。

“注射或服用安宫黄体酮这类孕激素药物更安全。”周燕飞说，一般家里

有懂医的亲戚，就会推荐学生选择这样的方式推迟月经，往年都会有高三女学生前来注射。其药物原理在于，通过注射黄体酮，让体内相应激素上升，使其一直处于分泌期，从而导致黄体一直不衰落，月经就不会到来。

周燕飞介绍，就是在正常例假来之前五六天开始服用，每天服用10毫克，一直服用到想要例假来为止。

3 影响：服避孕药延迟月经会致月经周期紊乱

“每年的高考过后一星期都是科室高考学生就诊率最高的时候。”记者在长沙市中心医院妇产科了解到，每年6月8日过后，医院都将接诊不少高考学生，其中，因服用紧急避孕药导致身体不适的患者占多数。

“往年有的女生因为服用避孕药延迟月经，高考后突然停药，导致出血不断，前来就诊。”该院医生饶丽娟介绍，想要延迟月经需要每天服用避孕药，因此一旦停药，体内相应激素

就会下降，一直被延迟的月经就会产生。很多家长并不了解避孕药对女生带来的长期危害。除了月经周期紊乱，发育尚未完全的女生若服用避孕药，很可能为各种妇科疾病埋下隐患，导致不孕不育症。

“通常情况下，停用避孕药后，女生的月经会像小雨一样，稀稀拉拉不断，持续好几天。”饶丽娟介绍，与此同时，由于体内激素水平需要恢复，恢复的水平不一样，会导致月经周期紊乱，往往需要调整两三个月才能固

定下来。

那么，怎样做才能“弥补”避孕药的危害呢？饶丽娟表示，最好不要人为改变月经周期，这毕竟是女生内分泌系统的体现，打破平衡说不定会引起月经周期紊乱等内分泌失调等问题。如果已经服用避孕药，建议吃点维生素B族，可以一定程度缓解避孕药对身体的危害。另外，不要吃生冷的食品，特别是冷饮、棒冰、冰西瓜等；晚上睡觉不要贪凉，空调温度不要开得太低，不要对着空调吹。

■长沙卫计委名医工程项目之“名医工作室”系列报道③

骨科也玩3D，实现脊椎完美置换

今日女报 / 凤网记者 李诗韵



名片 >>

长沙市第三医院骨科
代表专家：雷青（主任医师，长沙市第三医院骨科主任）
门诊时间：周一至周五
联系电话：
0731-85171509（手外、足踝、创伤）、
0731-85171510（脊柱）、
0731-85171511（关节）

走进该院骨科病房的医生办公室，引人注目的是一个多层展示架，摆放着各种奇形怪状的“零部件”。“它们都是按照患者人体解剖结构3D打印出的组织结构模型。”雷青告诉记者，与传统技术相比，3D打印最大的优势是为患者实现“私人定制”，而不是过去统一规格的流水线产品。利用这种技术，还能让手术更加精准，耗时大大缩短。

日前，52岁的常德市民朱先生患上颈椎恶性肿瘤，侵蚀了正常骨组织，可能导致脊柱畸形、骨折，随时有瘫痪的危险。雷青团队利用3D打印技术量身定制人工椎体，还定制了椎板作为“双保险”，植入患者体内，实现与患者脊椎的完美契合。术后

第三天，朱先生就可以戴着支具下地行走。此手术在国内尚属首例。

“医生不仅手里要有好技术，还要把患者装在心里。”这是雷青对自己和科室全体医护人员的要求。科室每一位医生的手机都装着一部微型病历档案，包含病人的基本信息、影像资料、出院情况等。“对于每一个出院病人，我们都会定期回访。”雷青要求，回访前，医护人员调出手机中的病历档案，有针对性地为病人提供指导。

在雷青的带领下，长沙市第三医院骨科已发展为长沙分科最细的大骨科。在这里，人体的每一块骨头、每一个关节、每一处脊椎都可以找到相应的专家。

■小科普

小儿眼睛散光怎么办

文 / 杨莹莹（湖南省儿童医院眼科）



越来越多的家长会注重给小朋友进行健康体检，而体检过程中总能发现小朋友有散光。很多父母不理解——到底什么是散光？它能治好吗？

散光是眼睛的一种屈光不正常表现。光线经过人眼的屈光系统折射后不能聚集于同一焦点，光线不能准确地聚焦在视网膜上形成清晰的物像，这种情况称为散光。散光不是近视，但是它与近视、远视统称为屈光不正。

小儿散光形成多数都与角

膜的弧度有关，属先天性的。所以，儿童最好3~4岁时做第一次眼部全面检查，以后每年定期视力检查1~2次。另外，家长要指导幼童养成良好的卫生习惯，不随便用手或其它物品接触眼睛，不要经常揉眼；看书时光线要充足，光线最好来自左后方；看书及握笔姿势要正确；不要行车或走路时看书。

若筛查出有散光，可在正规医疗机构进行医学验光进一步确诊。如果儿童为规则散光，没有引起视力下降，没有视疲劳等其他症状，可以不用治疗。如果儿童存在视力下降并且有眼胀、歪头等症状，不管散光度数大小，即使散光度数很轻微，也需要散瞳验光，佩戴适宜的矫正眼镜。