

妊娠期肝内胆汁淤积症知多少

刘 燕

普格县人民医院 四川普格 615300

〔中图分类号〕R714 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165(2020)11-105-01

妊娠期肝内胆汁淤积症是一种孕妇常见的肝胆系统疾病。它会引起孕妇体内胆汁的排泄障碍，导致胆汁酸在血液中积聚，给母婴健康带来一定风险。本文将科普妊娠期肝内胆汁淤积症的定义、症状、危害、诊断、治疗和预防，帮助准妈妈们更好地了解 and 应对这一问题。

一、什么是妊娠期肝内胆汁淤积症

妊娠期肝内胆汁淤积症是指孕妇在妊娠期间肝脏胆汁的分泌、运输或代谢出现异常，造成胆汁酸在肝内堆积，进而引起胆汁淤积的一种疾病。该病主要表现为剧烈瘙痒，尤其集中在手掌、脚底和全身皮肤。妊娠期肝内胆汁淤积症通常发生在怀孕的后期，约在怀孕 32 周左右开始出现症状。

二、妊娠期肝内胆汁淤积症的原因

1. 激素变化

孕妇在怀孕期间体内激素水平发生变化，尤其是雌激素和孕激素的增加，可能影响胆汁酸的合成和排泄。

2. 遗传因素

存在家族遗传倾向，如果孕妇家族史中有其他成员患有肝内胆汁淤积症，那么孕妇本人发生该病的机会较高。

3. 肝功能异常

如果孕妇本身存在基础的肝胆系统疾病或肝功能异常，如脂肪肝或肝炎等，可能增加患上肝内胆汁淤积症的风险。

三、妊娠期肝内胆汁淤积症的危害

妊娠期肝内胆汁淤积症可能对孕妇和胎儿产生以下的危害：

1. 孕妇的危害

(1) 严重瘙痒：妊娠期肝内胆汁淤积症特点是剧烈瘙痒，给孕妇带来极大的不适和心理压力。

(2) 消化道不适：部分孕妇可能出现腹胀、恶心、食欲减退等不适症状。

(3) 胆汁淤积相关并发症：在少数情况下，严重的妊娠期肝内胆汁淤积症可导致黄疸、肝功能异常甚至急性肝衰竭。

(4) 皮肤变化：部分患者可观察到皮肤变黄，尤其是眼球和黏膜的部位。

(5) 失眠和焦虑：由于剧烈瘙痒的困扰和不适感，患者可能出现失眠、焦虑和抑郁等情绪和心理问题。

2. 胎儿的危害

(1) 早产：妊娠期肝内胆汁淤积症增加了早产的风险。

(2) 胎儿窘迫：胆汁酸在孕妇体内积聚，通过血液对胎儿产生影响，可能导致胎儿窘迫，增加胎儿的死亡风险。

(3) 低出生体重儿：部分研究显示，妊娠期肝内胆汁淤积症可能与低出生体重儿的发生有关。

四、妊娠期肝内胆汁淤积症的诊断

妊娠期肝内胆汁淤积症的确诊需要结合临床症状、实验室检查和胆汁酸代谢测定等综合评估。常用的诊断方法包括以下方面：

1. 症状评估

根据孕妇的瘙痒症状和其他不适来判断是否存在肝内胆汁淤积症。

2. 实验室检查

包括血清肝功能指标、胆红素水平、胆汁酸水平等检查，协助判断肝功能和胆汁酸的异常情况。

3. 胆汁酸代谢测定

检测孕妇血液中胆汁酸代谢物水平以确诊肝内胆汁淤积症。

五、妊娠期肝内胆汁淤积症的治疗

1. 药物治疗

使用降胆酸药物，如 S-腺苷蛋氨酸(SAMe)和熊去氧胆酸等，以降低胆汁酸水平，缓解瘙痒症状，并改善妊娠结局。这些药物可以通过口服或静脉用药的方式进行。此外，为了缓解皮肤瘙痒，也可以使用炉甘石洗剂、保湿霜等辅助治疗。

2. 日常管理

保持良好的生活习惯，如保证充足的休息和睡眠，避免过度劳累和精神压力，合理饮食，避免油腻食物等，以改善病情。

3. 终止妊娠

如果病情严重，经过上述治疗无效，或者出现重型肝炎、肝性脑病等严重并发症时，可以考虑终止妊娠。

需要注意的是，针对妊娠期肝内胆汁淤积症的治疗需在医生指导下进行，孕妇应避免自行使用药物或更改剂量。同时，孕妇应积极配合医生的治疗建议，定期进行产前检查和肝功能监测，以便及时发现和处理问题。

六、妊娠期肝内胆汁淤积症的预防

1. 定期产检

孕妇应定期进行产前检查，密切关注胆汁酸等指标的变化，以及胎儿的生长发育情况。通过产前检查可以及时发现并处理潜在的健康问题，降低患病风险。

2. 饮食调理

均衡饮食对于预防妊娠期肝内胆汁淤积症至关重要。孕妇应保持营养均衡，多吃富含维生素和蛋白质的食物，避免油腻、辛辣等刺激性食物。同时，适当补充富含胆碱、硒元素等的食物，如蛋黄、燕麦、花生等，有助于降低胆汁酸水平。

3. 避免接触有害物质

孕妇应避免接触对肝脏有害的药物、化学物质等，尽量减少暴露在污染环境中的时间。

4. 药物治疗

对于高危人群，如存在遗传因素或多次妊娠史的孕妇，可以考虑在医生的指导下使用一些药物进行预防。

5. 人工助孕

对于存在遗传性肝内胆汁淤积症家族史的夫妇，可以考虑进行人工助孕，以降低患病风险。

妊娠期肝内胆汁淤积症是一种孕妇常见的肝胆系统疾病，给孕妇和胎儿的健康带来一定的危害。通过了解妊娠期肝内胆汁淤积症的定义、症状、危害、诊断、治疗和预防，准妈妈们可以正确认识这一疾病，并在必要时寻求医生的专业指导和治疗。与此同时，孕妇应保持良好的生活习惯和定期进行产前检查，在合理的情况下减少疾病的风险，以保证自身和胎儿的健康。