

剖宫产 2至3年后才可再怀孕

恢复夫妻生活后就应开始注意避孕

剖宫产术前问题

预产期在10月份的刘女士：

“我马上快生了，可是一想到自己要生了就害怕，请问我能选择剖宫产吗？”

专家解答：剖宫产虽然在减少产妇产前痛苦和增加胎儿安全分娩方面要胜于自然分娩，但其弊端也不少。产妇产后恢复要比自然分娩慢得多，刀口完全愈合和身体完全恢复需要1-2个月，甚至更久一些。如果发生术中意外或术后刀口感染，则会带来更多的麻烦。

正在备孕的王女士：

“我今年32岁，两年前头胎为剖宫产，二胎是否还能剖宫产？”

专家解答：剖宫产一到两年后即可怀孕。二胎是否还能剖宫产要根据第一次剖宫产的情况而定，如因骨盆小二次妊娠必须剖宫产。如因臀位或胎心不好也要剖宫产。若产妇产后骨盆正常，第二次妊娠可试产，但需用B超检查子宫下段切口的厚度等情况决定。

剖宫产后的张女士：

“我女儿现在19个月，是剖宫产。想知道剖宫产多久可以再怀孕？”

专家解答：剖宫产一到两年后即可怀孕。但为了确保安全，最好剖宫产2至3年后再怀孕，这样可以保证伤口不开裂。

预产期是9月8日的杨女士：

“我准备选择剖宫产，可听说一般都要用催产素，请问对胎儿影响大吗？”

专家解答：对于一些没有分娩征兆的准妈妈来说，她们会通过挂催产素提前让宝宝出生。其实，产科专家表示，催产素就是通常所说的“催生针”，主要用于催产、引产和防止产后出血。静脉滴注催产素1分钟即可发生作用，在分娩时如能恰当地使用，可以起到良好的引产或加强子宫收缩的作用，本身对胎儿并无太大影响。

有些准妈妈由于胎位不正、胎儿窘迫等情况，在分娩的时候只能选择剖宫产。虽然手术时出血少，手术也简单，但毕竟是一种外科手术，很多准妈妈对于剖宫产有疑问，为此我们特别邀请了郑州新世纪女子医院妇产科副主任医师关淑华为大家进行解答。 记者 李鹏云



剖宫产术后问题

刚刚进行完剖宫产手术的李女士：

“手术后切口很疼，是否可服用一些止痛药？”

专家解答：最好少用止痛药物。剖宫产手术后，随着麻醉药作用逐渐消退，下腹切口的疼痛也逐渐开始恢复。一般在手术几个小时后，切口便开始产生剧烈疼痛。为了让产妇很好地休息，体力尽快复原，在手术当天或当夜，可以请医生给使用一些止痛药。但在此之后，产妇最好对疼痛多做一些忍耐，切忌烦躁不安。尽量不再使用止痛药物，止痛药会影响身体，尤其是影响肠蠕动恢复。一般来讲，切口疼痛大约在3天以后便会逐渐消失。

剖宫产一年多的赵女士：

“我剖宫产都一年多了，切口还是可明显，请问怎样减轻剖宫产的切口瘢痕？”

专家解答：加强营养、保持清洁、按摩切口及给切口加压。摄取充分均衡的营养，如多吃瘦肉、鱼、蛋、奶及水果、蔬菜，以补足蛋白质、维生素以及锌、铁、钙等矿物元素，有效地促进切口愈合，减轻瘢痕形成。注意保持切口清洁，积极预防感染，感染会影响切口愈合。如果身体营养不良、贫血及有糖尿病要积极治疗，这些疾病不利于切口愈合，反而利于腹部瘢痕的形成。

剖宫产两个月后的胡女士：

“剖宫产后采取什么避孕方法为好？”

专家解答：不同的情况采取适宜的避孕方法。如果并没有给宝宝哺乳，体内的雌激素和孕激素水平大多在两个月接近或恢复正常，开始行经和排卵；如果给宝宝哺乳，性激素水平恢复得较慢，但仍有可能受孕。因此，恢复性生活后就应该开始避孕。

由于子宫肌壁有较大损伤，不可能像自然分娩那样在产后两三个月时放节育环，可据情况采取其他适宜避孕方法。不哺乳者可以口服避孕药或选用避孕套，至少在半年之后，待切口愈合牢固后再放节育环。哺乳的妈妈不宜口服避孕药，以免影响母乳质量及泌乳量，损害宝宝的健康。最佳的避孕方法是采用避孕套，不再哺乳时，可以考虑安放节育环或做皮下埋植。

多种老年慢性性病，我有一奇方



神仙手眼，菩萨心肠

一个传奇秘方传承人，中医守护者！他，曾把美国专家心脏病患者从手术台前拉回，3服“中药”打通冠状动脉，现场惊呆5位专家。他，让几近残疾疾病患者重获新生，让“骨病不治骨，气血当先锋”成为业内佳话。他治病，处处为病人着想，开最少的药，治更多的病。他常说：病人看病要花钱，药吃多了，病不一定好得快，但身体一定垮得快。如今，罗杏林86岁高龄，一生婉拒任何荣誉、头衔，偏于一隅而名闻天下。同行称他“神仙手眼”，患者称他“菩萨心肠”。他用一剂中药膏方，滋补命门，异病同治，治心脏病、骨病、肠胃病、中风、头晕失眠、乏力、尿频7大病，被中医界称道。湖北一位胆摘除、风湿、心脏病患者，吃药泛酸水，饱胀打嗝，罗杏林一服中药膏方，双病同治。长春有一位中风患者，89岁，吃中药秘方后，治风先治血，血行风自灭，3个月患者重新站立。

20年冠心病，3盒定乾坤

钱伯斯，美国脑血管病专家，但他有20年冠心病，冠状动脉狭窄50%，在他准备做心脏支架手术前。中医专家说：冠心病，中医能治好。当时罗杏林算是京城大名医，钱伯斯在5位国内外专家陪同下，找到罗杏林。根据病人自述症状：心绞痛、胸口憋闷、手脚冰凉、出冷汗，天一变冷就发病，躺下就喘不上气，另外还失眠、腰疼、走路没劲。罗杏林开了3服长春益寿膏，叫钱伯斯一次一服，一天喝两次。钱伯斯3盒喝完，心慌、胸闷毛病没了，身上有劲，睡眠好，腰腿痛一并治好。专家们想：罗杏林用药的确名不虚传。但钱伯斯说：要到医

院做动脉造影后才能盖棺定论。检查结果出来，美国人惊呆了：原来冠状动脉狭窄50%，现在畅通，不堵了！罗杏林跟很多心脏病专家说，冠心病扩张血管是常规方法，但问题是，很多冠心病人命门亏虚，肾虚，吃常规药扩张血管，就像在冷水盆里对血管“强拉硬拽”，扩充又会缩回去。长春益寿膏补命门，对冠心病人来说，既益气活血，划开血管内瘀阻，又温补肾阳，改善血管冷环境，就像把血管放到温水里，让它自由伸缩，血流自然畅通。

医者仁心，他比病人想得更多

20世纪80年代，罗杏林有一个“独一味医生”雅号，北京有一位患者，身患多病，心慌、失眠、腰腿疼，走路喘不上气，有心脏病，风湿、肠胃病，很多医生给他开出三四种药方，患者一天吃好几服药，而罗杏林就开一种药长春益寿膏，一个月病情恢复神速！医者仁心，罗氏中医传奇历史，治病有两个原则：一、少吃药，二、吃补药。俗话说：十病九虚，久病必虚。老年慢性疾病，要想标本兼治，就得要七分治，三分补，补什么呢？补命门！罗杏林说：满树葡萄一根藤，人体器官再多，再复杂，都在一根藤上挂着！《黄帝内经》讲：命门是两肾之间命穴，人体真阴真阳所在，是全身气血、五脏运行总开关，通气血、通五脏、通筋骨。中老年慢性疾病，比如心脏病、老风湿、脑血管病、肠胃病、失眠、尿频、乏力，病再多，症再杂，追本溯源都与命门亏虚有关。历代医家证实，补命门有“三重”功效：1补命门，能补气血。2补命门，能调五脏。3补命门，能强筋骨。全身调治，效果出不意，尤其命门藏真阴真阳，补命门可补阴补阳，而得阴阳者，百病不生！长春益寿膏从万病之源命门入手，可针对老年慢性疾病形成、发病、恶化过程，一一化解！这些年，患者都说：罗杏林治病，为病人着想。他用药，既治病求根，又让你药吃得少，身体好！正因为这一点，我们发现，凡是经罗杏林调治过的患者，不但病好得彻底，而且都长寿！

说说这个传奇秘方

长春益寿膏1995年被国家收录为国药。该方需手工熬制，对环境、季节要求很高，产量小，上世纪八九十年代北京一直一方难求。今天，专家们公认，长春益寿膏是中药界骄傲，膏方典范。工艺至今按照罗杏林家传古法，手工铜锅熬制，武火煎，文火熬，三浸三煮收三汁，滴水成珠，冬藏夏启，吸地气精华，秘制入盒！

骨病不治骨 气血当先锋

骨病不治骨，气血当先锋，是罗先生风湿骨病的一

个佳话。以致后来很多患者找长春益寿膏，一旦服用，没听说效果不好的。

长春汽车厂有一个大娘邱春梅，得风湿30个年头。她说：全身关节痛，颈椎、腰椎、胯关节，尤其两膝关节骨刺，不能走路，走路针扎痛。这二十年没少想办法，治骨方子用尽了，病就是治不好。今年1月6日，她服用长春益寿膏，才服用了两三天，就感觉全身关节发胀，尤其是脚底板。她想：以前脚底板冰凉，现在脚底板热乎、涨着痛，看来这药方治骨病很对症。她说：现在找到个好药不容易，这回到手说啥不能撒手，一吃到底。于是又买了3盒，倒春寒前，大娘全身关节病：颈椎、腰椎、膝关节全好了，腿脚利索，浑身有力。

很多人说风湿不好治，去不了根。那么问题在哪呢？罗先生讲，凡是骨病患者，必定肝肾亏虚，气血不通。肝主筋，肾主骨。长春益寿膏补命门治骨病，第一步就是通气血，强肝肾，以肝肾做后盾，气血当先锋，没有治不好的关节炎。

命门滋补100天 胜您吃药30年

中医治病分阴阳、虚实，一般患者搞不清自己是气虚还是血虚，是阴虚还是阳虚，是该调脾还是该补肾。通过大批患者服用长春益寿膏，罗杏林总结一个规律性效果：对滋补命门，病治得好，药吃得少，身体好！下面是命门亏虚典型症状，患者可对照。

比如手脚冰凉、麻木、失眠患者：补命门，全身通气血，10多天症状可见明显改善，少气懒言，头晕冒汗，乏力消除，一个月老年人气血充盈，身体有力，女人手脚温热，月经正常，面色红润。

比如冠心病、心梗患者：益气养血，营养心肌，消除心慌心悸，胸闷气短，疏通血管，改善心绞痛、心缺血，摆脱支架搭桥。

比如肠胃病：调脾胃，恶心烧心，泛酸，大便稀塘，便秘消除，不用依赖胃药。

比如肺虚咳嗽患者：补气益肺，气短咳嗽无力消失，老慢支咳嗽明显减少。

比如肝肾亏虚、尿频患者：滋阴补肾强肝肾，像腰膝酸软，尿频尿急，脱发，女性更年期症状都会明显改善。

比如高血压、脑血管病患者：气血亏虚，五脏不和，益气活血，疏通经络，经3个月全身调治，可见血压平稳，脑供血正常，头脑清晰。

比如风湿、老寒腿、骨刺、腰突、颈椎骨、骨质疏松患者：强肝肾，通气血，壮筋骨，消除关节冷痛肿大，抽筋，修复病灶，通常3个月，筋骨强健有力。

老年人失眠、尿频“良药”

长春益寿膏对心脏病、肠胃病、老风湿这些慢性病，“失眠、尿频、乏力、头晕、手脚麻木”等杂症非常有效。

93岁老人刘三德，几年前因年岁大，身体亏气亏血，肾虚脚肿，失眠尿频，脸色灰暗，粗话说男怕穿鞋，女怕戴帽。后来老人吃了5盒长春益寿膏，不但病治好了，人好像重新“活”过来一样，身体比以前更好，睡觉睡好，胃口也好，脚也不肿，尿也不频。

现在长春益寿膏成了老字辈的长寿药，每年补两季，93岁的身体素质却让家里50多岁的子孙们汗颜。孙刘玉兰说：“我爷爷现在很少生病，感冒也很少，血脂、血压、血糖一样不高。医保卡一年难得用一次”。

补命门 挖病根 20年不生痛

提到中医补药，很多人都会想到，强身健体，延年益寿，却忽视了它一个更实用而强大的功效——治“慢性疾病、疑难杂症”！有些不了解中医的人，甚至把中医丸剂看做现代补品，全然不知：长春益寿膏——对症求根，扶正固本，不但能让您病治得好、药吃得少，还让您以后很少生病！有些人腰腿疼、尿频、失眠，有风湿、心脏病、胃溃疡，头痛医头，脚痛医脚，其结果心脏病吃一辈子扩张血管药，高血压吃一辈子降压药，脑血栓吃一辈子溶栓药，肠胃病吃一辈子胃药，风湿贴一辈子膏药！他们不知道：这类疾病，用老祖宗留下来的长春益寿膏治疗，拔出萝卜带出根，病治得好，药吃得少，还让您身体越治越好！罗氏中医治病，与现代人“头痛医头，脚痛医脚，药吃五六种，治标不治本”方法格格不入——罗家治病，直补病人命门，扶正固本，治病求根。罗杏林先生说长春益寿膏是老祖宗留下来的治病大方，不同于一般药片，更不是补药。很多身患几十年慢性疾病和一身杂症的患者，用长春益寿膏治疗，其结果与吃常规药品不同：不但病治得好，药吃得少，身体越治越好，以后10年、20年很少再生大病！今年，很多老患者，经过现在各种方法治疗后，又重新回归用长春益寿膏治疗，一些地方药店、门诊前排起长队，有的地方甚至“一方难求”。罗先生说：这是中医的回归，是中医治大病真实回归！

通知：长春膏方现已在河南上市，全国少量市场推出特惠疗程表，详情请拨打河南免费专家养生热线进行咨询订购，全省免费送货、货到付款

订购电话：0371—55822633