

癫痫女性的安心孕育之路

文 / 昆明医科大学第一附属医院 曹冬琼 李梅



关键词：癫痫；妊娠；孕前评估；全周期孕期管理

癫痫是一种常见的神经系统疾病。对于患有癫痫的女性而言，能否安全生育、药物是否会影响胎儿健康等问题，常常成为她们心中难解的“结”。事实上，随着医学的进步，癫痫已不再是生育的绝对禁忌。通过规范、科学的孕前评估与孕期管理，70%以上的癫痫女性患者能够安全度过妊娠期，并生育健康的宝宝。今天，我们就来聊一聊癫痫与生育的那些事儿。

一、破除常见误区

误区1：癫痫一定会遗传给孩子

许多患者担心癫痫会遗传给下一代。事实上，仅5%~10%的癫痫病例具有明确的遗传性，大多数癫痫由后天脑损伤、感染等因素引发。

误区2：备孕必须完全停药

这是一个非常危险的认知。擅自突然停药可能导

致癫痫发作频率显著增加，甚至诱发癫痫持续状态，从而增加流产、胎儿缺氧等风险。正确做法是孕前告知医生，并在医生指导下调整药物，而非自行停药。

误区3：所有抗癫痫药物都对胎儿有严重影响

不同药物的风险差异巨大。传统药物（如丙戊酸钠）的致畸风险确实较高（约10%）。然而，目前广泛使用的新型抗癫痫药物（如拉莫三嗪、左乙拉西坦），其致畸率已降低至2%~3%。在医生指导下选择安全的药物并合理使用，可以将风险控制在较低水平。

误区4：服用抗癫痫药物期间绝对不能母乳喂养

事实并非如此。母乳喂养期间，婴儿血液中的药物浓度远低于母亲。在大多数情况下，母乳喂养的获益远大于潜在风险。但需注意：母亲应在医生指导下选择不易进入乳汁或在乳汁中浓度较低的药物，并密切观察婴儿有无异常嗜睡、喂养困难等情况，一旦出现应及时咨询医生。

二、全周期管理：科学孕育四步走

1.备孕期：打好基础

为确保母婴安全，计划妊娠的癫痫女性在孕前应做好充分准备，主要包括以下内容：

(1) 药物调整

建议在怀孕前6~12个月到神经内科或癫痫专科就诊。在医生指导下，将抗癫痫药物调整为致畸风险较低的新型药物（如拉莫三嗪、左乙拉西坦）。建议患者保持至少9个月的无发作状态再计划怀孕，以最大程度降低孕期发作风险。

(2) 营养储备

从孕前开始，每日补充4毫克叶酸（部分高风险女性需更高剂量，请遵医嘱），并持续至孕12周。同时，保证维生素D和B族维生素的充足摄入。保持均衡饮食，多摄入优质蛋白（如鱼类、豆制品）和膳食纤维（如全麦食品），为怀孕储备营养。

(3) 多学科评估

患者在孕前应主动、详细地向医生告知癫痫病史与用药史。医生会建议患者进行多学科会诊，综合评估妊娠风险。医生还会综合患者的病情控制情况、用药方案及整体健康状况，为患者选择最佳的受孕时机，并设计贯穿整个孕产期的安全治疗方案。

2.孕期：精准监测与风险控制

为确保孕期安全，癫痫孕妇需要在以下方面进行重点管理：

(1) 严格规避诱发因素

保持规律作息，避免熬夜，严格戒酒，并限制咖啡、浓茶等含咖啡因饮品的摄入。

(2) 定期监测血药浓度

孕早期血容量增加可能导致药物浓度相对不足。建议每4周检测一次抗癫痫药物的血药浓度，以便医生根据结果及时调整剂量，确保有效控制病情。

(3) 规范完成产前筛查

务必按时完成颈项透明层（NT）检查、唐氏综合征筛查及大排畸超声等产前检查，密切观察胎儿的生长发育情况。

(4) 掌握家庭急救措施

家属应提前学习并掌握发作时的正确处理流程。具体操作如下：立即帮助孕妇侧卧，防止窒息；记录发

作开始与持续时间；若单次发作超过5分钟或反复发作，须立即送医。

(5) 主动进行情绪管理

孕期焦虑可能诱发癫痫。建议通过心理咨询、正念冥想等方式积极调节情绪，维持心态平稳。

3.分娩期：安全优先

分娩方式的选择，需综合评估孕期癫痫控制情况、胎儿宫内状况及产科条件，以确保母婴安全为首要原则。若孕期癫痫控制良好（发作频率低或无发作），且胎儿胎位正常、大小适中，可尝试在严密监护下进行自然分娩。若孕期癫痫发作频繁、药物控制不佳，或存在胎儿窘迫、胎位异常等情况，则建议选择剖宫产，以最大程度降低分娩过程中的风险。

4.产后：细心照护

母乳喂养不仅能提供婴儿所需的营养，还有助于建立亲密的母婴联结。因此，对于绝大多数服用抗癫痫药物的女性癫痫患者，通常鼓励在医生评估后进行母乳喂养。

(1) 关注哺乳期用药安全

在药物选择上，拉莫三嗪等在乳汁中浓度较低的药物，哺乳安全性较高。然而，由于存在个体差异且新生儿代谢能力有限，家长需密切观察婴儿有无异常嗜睡、喂养困难、哭闹不安、肌张力异常或体重增长缓慢等表现，一旦出现应及时就医。

(2) 保证产后充足睡眠

产后因频繁哺乳和照护新生儿，产妇极易睡眠不足、过度疲劳，这会显著增加癫痫发作风险。家庭成员应主动分担夜间喂养、换尿布等工作，确保产妇每天能获得7~8小时的高质量睡眠时间。同时，家人应给予充分的情感支持，维护产妇的身心健康。

三、结语：科学管理，守护母婴安全

通过备孕期的充分准备、孕期的精准监测、分娩的个性化选择以及产后的科学照护，绝大多数癫痫女性都能够安全实现成为母亲的梦想。请牢记：与医生密切配合，坚持科学、规范的疾病管理，切勿听信谣言或自行调整药物。愿每一位勇敢的癫痫妈妈都能在科学的护航下，迎接健康新生命的到来。

本文编辑：王佳昕