



醫學博士謝孟雄著
原載今日生活雜誌

康健與姻婚

台灣新生報出版部印行

臺北醫學院院長

謝孟雄博士 著

婦女保健講座第一集

婚姻與健康

台灣新生報
出版部印行

婚 姻 與 健 康

——婦女保健講座第一集——

著者：謝 孟 雄

發行人：沈 岳

出版者：台灣新生報社
出版部

經銷者：新生萬有文化中心

新生超級書城

地址：台北市延平南路一一〇號五樓

電話：三一〇三一四 三一六〇八〇

郵撥帳號：六二八八

印刷者：嘉信印刷廠

地址：台北市安西街二十九號

電話：五八一一六八二

行政院新聞局出版事業登記證
局版台業字第〇二八二號

中華民國六十九年七月
中華民國七十四年四月再版

精裝 訂價
新台幣 二〇元

仁心仁術，嘉惠婦女

石永貴

一個國家或社會的人民健康和醫藥水準，大致可從兩個方面來判斷：

一、醫藥科技的高峯研究；

二、國民醫藥知識的普及。

近幾年來，我們醫藥界在這二方面都有了非凡的成就，前者最明顯的例證是連體嬰的分割成功。至於後者，站在大衆傳播的立場，我們不但眼見國民醫藥知識日漸普及，更令人欣慰的是，我們也感受到一般人對醫藥知識的需求也已愈來愈強了。

這種趨勢的形成，無疑的，應該歸功於醫藥界熱心人士的推動。

醫學本是一門艱深難懂的科學，一位好心醫師在懸壺濟世之餘，猶能把他的專業知識，以最淺顯的文字，透過大衆傳播媒介提供給一般人，實屬不易。謝孟雄博士便是一

位致力於推廣國民醫藥與保健知識的熱心人士。

謝博士是國內外醫界人盡皆知的年青婦產科權威，也是聞名的教育家。他因主持私立實踐家專成功而聞名，現任臺北醫學院院長暨婦產科教授。謝博士主持教育行政工作多年，除了注重學院教育以外，更關心社會大眾教育的推廣，因而利用百忙公餘之暇，在「今日生活」雜誌上發表「婦女保健講座」。

本報出版部徵得謝博士同意，將已發表的「婦女保健講座」五十講結為兩集出版問世。

第一集「婚姻與健康」，討論婦女在一生當中，可能發生的身心變化，尤其着重會影響婚姻生活的健康問題，並提出有效的解決方法，以建立美滿的婚姻生活。

第二集「懷孕與育嬰」，介紹女性在懷孕過程中的生理變化，可能發生的病變，如何順利生產，以及育嬰的正確知識。

在現代家庭中，婦女的地位已較往日更為重要，主婦的健康，更決定了家庭的幸福與否。當主婦、當母親的女性，都有必要與責任學習正確的保健知識。

謝博士不但是一位成功的婦產科醫生，文字表達能力亦十分出色，熱愛人生，也是

位傑出的攝影家，他所撰寫的婦女保健講座確實提供了深入淺出的保健知識，功德無量。

謝副總統東閣先生，一向提倡出版文化事業不遺餘力，謝孟雄博士克紹箕裘，身體力行，實為家國之福氣。本報出版部能參與印行之事，更深感榮幸。我們期盼，「婦女保健講座」一、二兩集能很快的成為家家必備的保健指南，更希望這二本書，能帶給每位主婦幸福，使人人健康，家家安樂，從一個健康的家，進而建立一個強健的國家。這是謝博士最大的願望，也是本報所努力的目標。

中華民國六十九年五月二十日

序於臺灣新生報

王 序

近年來在報章雜誌上，發表有關婦幼衛生方面的文章很多，其值得信賴的醫學作品，已引起一般婦女讀者的注意。但每因篇幅有限，且出於不同作者手筆，缺乏有系統的分析。有生命的人體，各器官有互相連絡關係，一項疾病必須依據病癥，檢查、探討致病的實在原因，醫療工作可以交給醫生，而預防疾病，增進健康，必須人人自己有正確的醫學知識，才能自求多福。因此，有系統幫助婦女獲得婦幼衛生的書籍，是很迫切需要的。

謝孟雄博士對於婦產科，學有專精，歷任省立臺北婦幼中心婦產科主任，臺北醫學院婦產科教授，現任臺北醫學院院長，他本着精湛的學理研究、豐富的臨床經驗，和獨到的教學心得，以深入淺出的方法，把婦幼衛生知識有層次的敘述出來，並佐以明確的

插圖，以增進瞭解。謝博士並具有豐富的社會科學知識，對於婦幼保健、家庭計畫、指導個人適當生活，以及環境改善等，能從醫學及社會的觀點去探討，每有很卓越的見解。本人主管衛生行政，深深覺得這是一本值得向公衆推介的讀物，讀者讀後，如能時加思索，將所得知識實施於自己身上，應用於家庭之中，必能有所裨益。

行政院衛生署署長 王金茂

中華民國六十九年四月廿八日

自序

謝孟雄

婦女的健康，不但關係婦女本身的幸福，而且因為婦女身負妊娠、生產及哺育下一代的神聖使命，與後代的健康、幸福息息相關，婦女健康問題，實有甚於男性者。可是在人類社會中，婦女以往一直扮演著較被動、保守的角色，主婦是家庭的中心，而主婦本身的健康，往往放在最後不被重視。

保守的觀念和習俗，對於婦女的身體器官，生理構造是諱莫如深的，甚至生產那樣嚴重的時刻，竟有人不許醫師同產婦接觸，而寧可託付給無知的產婆，造成無數的悲劇。婦女不了解本身生殖器官的結構、胎兒的發育，和生產的過程。生產雖然是一種生理的作用，可是生產有時也能變為一種病態的，一個碩大的胎兒，不能通過狹小的骨盤，胎兒在子宮內姿勢不良，也能導致成為難產。懷胎和產褥後期內，能發生許多的病害，

都需要醫學上特別的扶助。婦女本身缺乏醫學常識，而又得不到醫師的幫助，生產成為婦女與死亡之戰爭，是婦女健康問題中最關切的問題。

我們有鑒於此，深覺婦女應該對本身生理構造有正確的認識，了解正常分娩過程，產前護理及產後併發症的治療，以及畸形生產避免……等，不可為似是而非，或道聽塗說所貽誤。我們社會上還保留着許多傳統的信念和習慣，平時往往使我們不知如何講求衛生，有病時往往使我們胡亂投醫吃藥，甚至於信任那些不曾脫離巫術或求神問卜的方法，也許勉強在危急的時候，才去進入醫院，但因為愚昧的觀念，潛意識中仍缺乏對科學的醫療存反對的想法，以至耽誤了適當的醫療。本講座先從這些基本常識上，作有系統的闡述，以期有完整、融會貫通的認識。

抑有進者，健康不是免除病痛而已，心理的安寧，生活的安全，適當的休息與娛樂、舒適的工作環境等，都是現代人健康的重要環節，而人口問題與節育方法更是我們面臨的迫切問題，對這些問題的瞭解，將有助於我們自求多福，自己注意去維護，以增進自己的健康，後代的健康，和家庭的幸福。本講座將陸續對這些問題作進一步的討論。我們期望為婦女及下一代的健康，貢獻我們一份微力，尚請醫學界先進不吝指正。

婚姻與健康目錄

封面設計
楊震夷

婦女保健講座第一集

仁心仁術，嘉惠婦女·····	石永貴·····	一
王序·····	王金茂·····	五
自序·····	謝孟雄·····	七
幾個觀念·····		一一
美與健康·····		一九
性教育·····		二九

婚前準備·····	五
性生活不適應的防治·····	五九
婚姻諮詢·····	六五
避孕·····	七三
月經的異常·····	九五
痛經·····	一〇五
閉經·····	一一三
白帶·····	一二一
不孕症·····	一二七
陰道鬆弛症·····	一三三

目
錄

淋病	一四一
梅毒	一四七
軟下疳	一五九
花柳性淋巴肉芽腫	一六一
腹股溝肉芽腫	一六三
子宮癌	一六七
乳癌	一七三
頭痛	一八一
失眠	一八七
腰痛	一九三

幾個觀念

每一位小女孩都會長大，成爲大女孩，雖然在父母的心目中，總把她當小女孩看待，但事實上這是不可能的。我們對女孩子成長的生理變化，應有所認識，這樣不但能够使她身心健全、發展，並且有助於她日後建立幸福的家庭，養育良好的後代。

我常常聽到有些女孩子自言自語地說：「我多麼希望能夠對自己有多一點的了解和認識，有關我自己的切身問題，實在羞於開口，和朋友談有關這類的事情是多麼難爲情的。」多少的女孩子因爲這個原因，只能關起門來暗中摸索。有時聽到，或者從其他同學聽到些不正確或不對的觀念和知識。更可怕的是，這種錯誤可以一傳十、十傳百，上一代傳給下一代，以訛傳訛地錯誤下去，有多少無辜的少女，蒙受這種不必要的傷害，甚至耽誤了她的一生，一生都不快樂。

這是由於我們社會上，一向把有關性的問題，認為是不可告人的事，對於身體上的性器官，存有羞恥感。對於性問題保持較為含蓄的態度，是對的，但不應存有羞恥、罪惡的觀念，致使青年男女對性知識，一無所知，性器官和身體任何器官，應該一視同仁，瞭解它的構造和功能，生理上有異常，不能諱疾忌醫。

性是天性，是人類與生俱來的本能。我們一生之中，時時都受到兩種不可抗拒的力量影響，那就是食慾和性慾。我們由性行為延續種族的生命，所以大自然特意安排，使人在男歡女愛中，嘗到極大的喜悅，它對於人的情緒影響極大，人類社會對兩性問題，有許多嚴格規定，大多數人都閉口不談有關兩性問題，由於情緒衝突，引起許多心理的異常反應，女人的性冷感症，與男人的陽萎是顯明的例子。近年來有關兩性的問題，已為人所重視，對它有相當的了解。因此，女人的性冷感症，與男人的陽萎是可以治癒的。

我們知道，一個健康的人，在精神與肉體兩方面都是健康的。生病時大概精神與肉體也都在生病，生理上的疾病，會引起心理上的失常。由心理上的失常，也可以引致身體的疾病，據最近醫學的報導，一般內科門診病人，有一半，甚至三分之二是屬於心理