



書叢庭家好

2

妊娠與生產

夫貞口堀
譯臻素邱

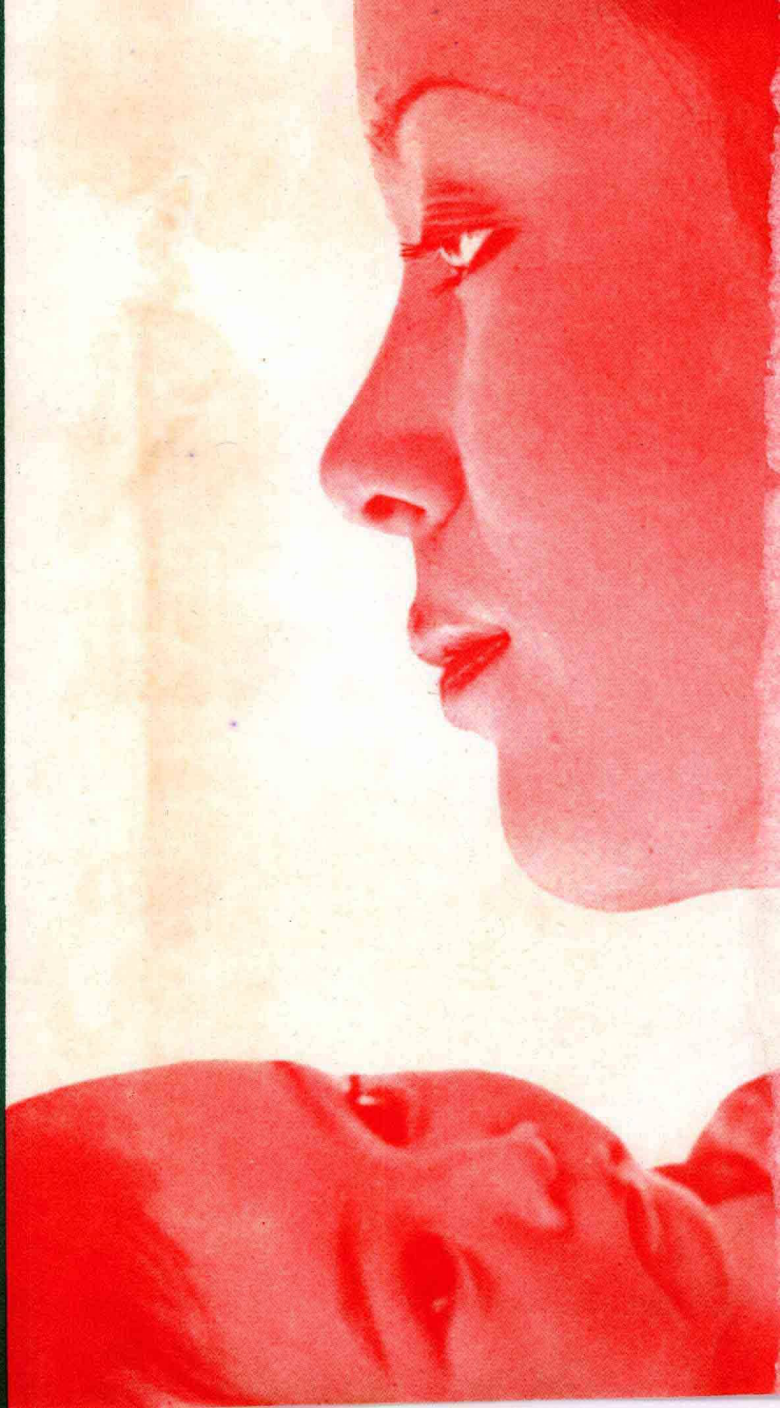
局書衆大
行印

好家庭叢書

2

妊娠與生產

堀口貞夫
邱素臻譯





妊 娠 與 生 產

譯 者：邱素臻 ◆ 特價一〇〇元

出版者 ☐ 大眾書局 ☐ 高雄市五福四路一四六號 ☐ 郵政劃撥儲金帳戶四〇〇〇一號 ☐ 電話 (〇七) 五五一二七六六號 ☐ 發行者：大眾書局 ☐ 發行人：王餘德 ☐ 本書局業經行政院新聞局核准登記 ☐ 發給出版事業登記證局版台業字第〇五四五號 ☐ 印刷者：美光印刷廠 ☐ 台南市新和路一四號

68.3.版再



妊娠期間的日常生活

爲了使妊娠期間的生活過得舒服些，就是在忙碌當中，也要保持輕鬆，爲了即將出生的寶寶正在編織嬰兒毛衣的母親，爲了使站着工作疲勞的兩條腿得到休息，請準備個凳子如何呢？



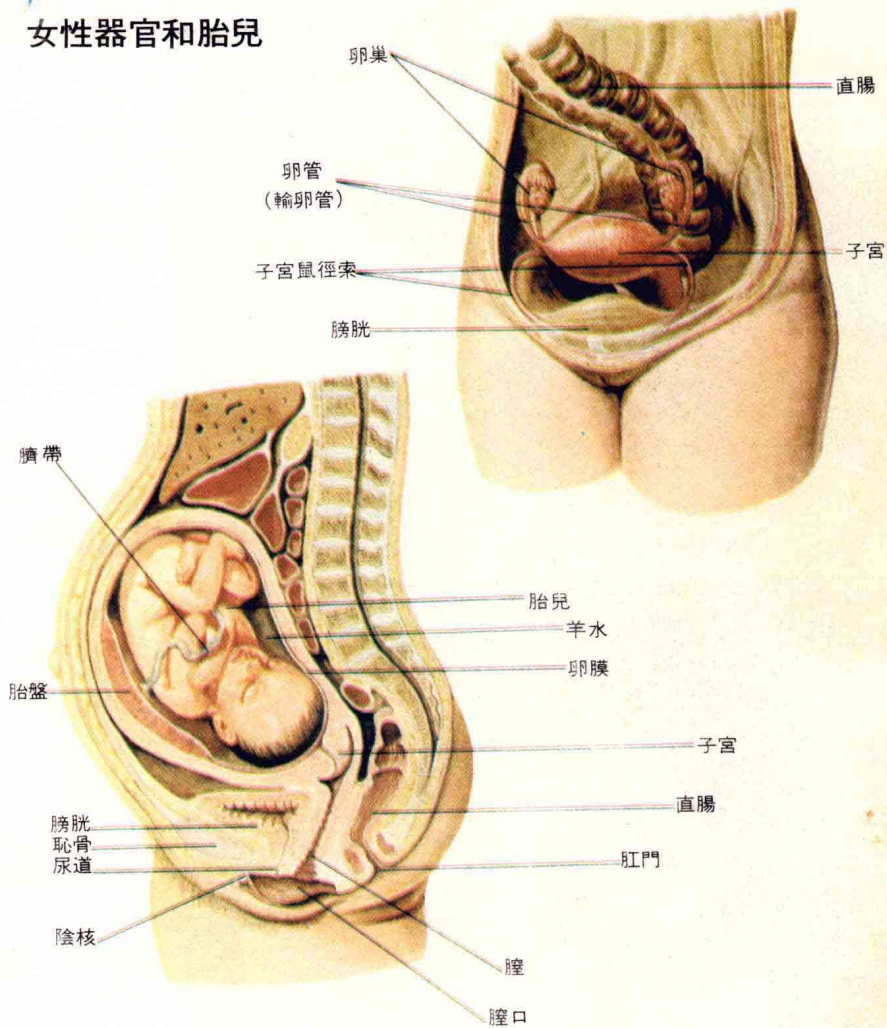


不要因為每天的工作壓迫到逐漸增大的腹部，清掃工作必要下番工夫，最好能活用不要彎下身子就可以使用的除塵器。



使用熨斗也是需要費力的工作，要調節熨衣台的高低，使站着就可以熨的那樣時便不致壓迫腹部而可舒服地熨燙了。

女性器官和胎兒



寫在前面

有個新的生命住宿在自己體內，而成為母親的喜悅那種滋味，真是無以比擬的。爲了在這妊娠期間的幾個月中間，能安心地渡過，並能生個理想的孩子，到底應該怎麼辦呢？相信最初的你，一定會有幾許疑問，如果有經驗的母親和婆婆在時，當然可以得到許多忠言，但是只有一對新夫婦的小家庭，那就只有依靠書本了。

掀開家庭醫學書，裡面寫了許許多多難治的疾病，也許自己在想會不會患上了這種病，或是在妊娠期間，心理上很不安的在想，這個也不行那個也不行呢？本書作者，都是產科醫生，同時又都是有生過兩、三個孩子經驗的母親，我們願意對將來就要做母親的各位有所貢獻，並希望多少能給各位作個參考，所以才寫了這本書的。

堀口貞夫醫生也同樣瞭解了這一點，所以也請他來協力共同寫這本書。生育孩子當然屬於女性的任務，但只憑女性又辦不到，必須爲人父人夫的男性，來充分的理解和協力才可以。

由現在開始到生產的這段期間，在過着輕鬆，愉快的日子當中，好好準備一切，以便將來能夠接受一個可愛的寶寶。

要知道，幸福是由自己的手創造出來的。

目錄

妊娠和日常生活

在妊娠以前

1 家庭計劃

最初的妊娠

是不是記錄了基礎體溫

生產最好在什麼時候

生產和年齡

有合併症的人

人工妊娠中絕的危險

2 各種避妊法

保險套

子宮帽

墮坐藥

三

三

四

四

五

六

六

七

八

一〇

一

一三

避妊膏劑	一四
膠洗滌	一六
陰外射精	一六
子宮內避妊裝置 (<i>I · U · D</i>)	一六
荷爾蒙劑	一八
荻野式定期禁歡法 (周期法)	二〇
基礎體溫法	二一
手術的方法 (永久避妊法)	二三
3 妊娠前應該接受的檢查	二四
牙齒的保護	二六
貧血	二七
心臟病	二七
呼吸器系	二八
喘息 (氣喘)	二九
消化管	三〇

內分泌疾患	三一
泌尿系	三三
婦產科的問題	三四
感染	三六
妊娠十個月	三九
1 妊娠的成立	三九
排卵	三九
受精	四〇
着床	四一
各種器官的發生	四二
2 妊娠的經過	四五
妊娠月數，週數的計算法	四五
妊娠第一個月（最終月經第一天～第四週）	四六
妊娠第二個月（由第五週～第八週）	四六

妊娠第三個月（由第九週～第十二週）	四九
妊娠第四個月（由第十三週～第十六週）	五一
妊娠第五個月（由第十七週～第二十週）	五二
妊娠第六個月（由第二十一週～第二十四週）	五三
妊娠第七個月（由第二十五週～第二十八週）	五四
妊娠第八個月（由第二十九週～第三十二週）	五六
妊娠第九個月（由第三十三週～第三十六週）	五七
妊娠第十個月（由第三十七週～生產日）	五八

妊娠期間的異常

1 流產	六一
2 未熟產	六三
3 早產	六四
4 預定日超過	六五
5 破水的異常	六六

妊娠五—六個月的破水	六七
妊娠七—八個月前的破水	六七
妊娠過了九個月的破水	六七
6 前置胎盤	六八
7 妊娠中毒症	六九
8 妊娠貧血	七〇
9 雙胞胎	七一
10 血型不合	七二
11 子宮外妊娠	七五
12 胎狀畸胎（葡萄胎）	七六
妊娠期間要接受的檢查	七九
1 勸導定期檢驗	八〇
2 接受定期檢驗的注意	八一
3 尿的檢查	八二
4 血液檢查	八三

5 其他的檢查

八四

妊娠期間的生活

八六

1 家務

八六

2 外出

八七

3 妊娠期間的裝飾

八八

4 入浴、淋浴

八九

5 洗髮

八九

6 性生活的注意

九十

7 酒、香烟

九二

8 胎教

九二

妊娠期間的營養

九五

1 妊娠各期的膳食

九八

妊娠初期

九八

妊娠中期 九八

妊娠末期 九九

惡阻期的膳食 九九

2 貧血時的膳食 一〇二

3 妊娠中毒症的膳食 一〇四

4 預防過胖的膳食 一〇六

5 使母乳分泌多的膳食 一〇七

妊娠期的服裝 一〇九

1 妊婦服 一〇九

春季的妊婦服 一一一

夏季的妊婦服 一一一

秋季的妊婦服 一一二

冬季的妊婦服 一二二

2 內衣褲 一二四

乳罩

.....

一一四

襯衣

.....

一一六

襯裙

.....

一一六

內褲

.....

一一六

襯褲

.....

一一六

束褲

.....

一一七

吊襪束褲

.....

一一八

緊身褲

.....

一一九

3 腹帶

.....

一一九

4 睡袍

.....

一二〇

5 鞋類

.....

一二二

用母乳哺育嬰兒

.....

一二三

1 母乳的優點

.....

一二五

成分不同

.....

一二五

乳兒死亡率的比較

.....

一二八

2 使泌出理想母乳 一三〇

妊娠期間對乳房的照顧 一三四

產後對乳房的照顧 一三六

不要生未熟兒 一三九

1 盡量減少早產 一四〇

母親的過勞 一四〇

頸管無力症 一四〇

雙胞胎的情形 一四一

發生前期破水時 一四二

2 注意妊娠期間的疾病 一四二

妊娠中毒症 一四二

3 先天異常 一四三

梅毒 一四三

住血原蟲症 一四四