



特殊妈妈的 健康孕程

幸福母婴

国内首部为——

大龄妈妈 · 肥胖妈妈

心脏病妈妈 · 糖尿病妈妈

高血压妈妈 · 血液病妈妈 · 妇科病妈妈

等特殊妈妈量身定制的孕产保健全书

全国知名妇幼保健专家携专业团队权威打造

◎为各类特殊妈妈特别提供的一整套科学、详细、贴心的指导方案

◎孕前、孕早期、孕中期、孕晚期及产后的全程关注

◎让特殊妈妈轻松孕育健康优质宝宝

王琪 编著

北京妇产医院及妇幼保健院围产医学科主任医师，副教授
北京市医疗事故鉴定委员会专家库成员
中华医学会北京分会司法鉴定所兼职司法鉴定人

中国纺织出版社

十月孕期
优生监护表
赠送挂图
孕期行为纠正
与按摩指导

内 容 提 要

每个人都想拥有一个健康的宝宝,但是,有一些想要宝宝的女性由于大龄、肥胖以及患有心脏病、糖尿病、高血压、血液病、妇科病等特殊因素,使孕育宝宝的风险率高于常人,这就是我们所说的“特殊妈妈”。本书为特殊妈妈提供了一整套详细的指导方案,给予她们孕前期、孕早期、孕中期、孕晚期及产后的全程关注,为特殊妈妈提供了详细、贴心、科学的指导与帮助。

图书在版编目(CIP)数据

特殊妈妈的健康孕程 / 王琪编著. —北京: 中国纺织出版社, 2008. 1

(幸福母婴书库)

ISBN 978-7-5064-4808-6

I. 特… II. 王… III. ①妊娠期—妇幼保健—基本知识

②产褥期—妇幼保健—基本知识 IV. R715.3 R714.61

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 198723 号

策划编辑: 李秀英 李 娟 责任编辑: 孙 玲 责任印制: 刘 强
文字编辑: 郝晓颖 胡 杨 美术编辑: 成 馨
装帧设计: 刘金华 旭 晖 插图绘制: 睿达点石

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京东直门南大街 6 号 邮政编码: 100027

邮购电话: 010-64168110 传真: 010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

北京市雅彩印刷有限责任公司印制 各地新华书店经销

2008 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 787 × 1092 1/16 印张: 16

字数: 200 千字 定价: 26.80 元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社市场营销部调换

特殊 妈妈的 健康孕程

王琪 编著

北京妇产医院及妇幼保健院围产医学科主任医师，副教授
北京市医疗事故鉴定委员会专家库成员
中华医学会北京分会司法鉴定所兼职司法鉴定人

中国纺织出版社

目录

CONTENTS

第一篇 特别的“爱”给特别的你 ——孕前知识篇

第一章

“大龄妈妈”健康课 ——大龄问题解决方案

1. 最合适的怀孕年龄 12
2. 大龄并不可怕 13
3. 大龄妈妈的准备工作 13
4. 大龄女性的孕前检查项目 14
5. 大龄妈妈的生育风险 16
6. 大龄女性的孕前营养方案 17
7. 孕前的叶酸补充 18
8. 取出宫内节育环后多久可以怀孕 ... 18
9. 使用避孕药的大龄妈妈请注意 18
10. 视屏工作影响胎儿成长 20
11. 运动，从孕前开始 21
12. 美丽，从孕前开始 22

第二章

“肥胖妈妈”应对宝典 ——孕前调整最有效

1. 正常体重应该是多少 23
2. 体重超重的危害 24
3. 体重过轻的危害 25
4. 如何达到合适的体重 25
5. 安全减肥最重要 27
6. 公认的瘦身食品 27
7. “一至七”饮食模式 28
8. 育龄职业女性的减肥秘诀 29
9. 健康减肥食谱 30
10. 运动减肥最安全 32
11. 步行减肥——安全的运动 33
12. 运动前后的皮肤保养 33
13. 体重过轻的原因 34
14. 增重简易体操 35

15. 如何增重最有效	36
16. 增重一日食谱	37

第三章

“心脏病妈妈”应对法

——心脏病要早治

1. 慎重对待怀孕	39
2. 心脏病的种类	40
3. 早期发现心脏病	40
4. 自我判断心脏病	42
5. 心律失常是心脏病吗	43
6. 年轻女性高发的心脏病种类	44
7. 患心脏病的女性能怀孕吗	45
8. 哪些心脏病患者不能怀孕	46
9. 心脏病患者怀孕注意事项	47

第四章

“高血压妈妈”大课堂

——“高”危险应警惕

1. 什么是高血压	48
2. 高血压的分类	49
3. 如何界定高血压	50
4. 高血压的危害	50
5. 高血压有哪些症状	51
6. 引发高血压的重要因素	52
7. 高血压的分级和分期	53

8. 高血压患者能怀孕吗	54
9. 高血压所用降压药物分类	56
10. 高血压准妈妈用药需谨慎	57
11. 怎样减少高血压用药的副作用	58
12. 高血压用药药效不佳的原因	59
13. 高血压与运动锻炼	60
14. 高血压患者应注意的十大事项	61

第五章

“糖尿病妈妈”解决方案

——控制血糖是关键

1. 什么是糖尿病	63
2. 糖尿病的类型	64
3. 糖尿病的症状	65
4. 糖尿病的并发症	66
5. 糖尿病的治疗	67
6. 如何诊断糖尿病	68
7. 孕前的糖尿病评估	68
8. 糖尿病患者能怀孕吗	69
9. 糖尿病与妊娠	70
10. 育龄糖尿病女性须知	71
11. 糖尿病的药物治​​疗	72
12. 糖尿病患者的饮食控制	73
13. 糖尿病患者的食谱	74
14. 糖尿病患者的饮食误区	75
15. 糖尿病患者应该喝什么	78

16. 糖尿病的心理治疗	78
--------------------	----

第六章

“血液病妈妈”需谨慎

——小心对待才安全

1. 什么是血液病	80
2. 血液病的种类	81
3. 血液病的先期症状	82
4. 认识贫血	84
5. 缺铁性贫血与怀孕	84
6. 什么是巨幼细胞贫血	86
7. 什么是再生障碍性贫血	87
8. 急性再生障碍性贫血有哪些症状	87
9. 慢性再生障碍性贫血有哪些症状	88
10. 什么是溶血性贫血	88
11. 白细胞、粒细胞减少症	88
12. 什么叫做脾功能亢进	89
13. 什么是出血性疾病	89
14. 什么样的女性易患贫血	90
15. 地中海型贫血患者能不能怀孕	91
16. RH 阴性血型的准妈妈该怎么办	92
17. 什么是白血病	93
18. 最有效的白血病治疗方法	94
19. 白血病患者可以怀孕吗	94
20. 血液病患者的日常护理	94
21. 血液病患者怎样避免感染	95

第七章

“妇科病妈妈”全指导

——珍爱宝宝的摇篮

1. 什么是妇科疾病	97
2. 什么是阴道炎	98
3. 阴道炎的症状	98
4. 患有阴道炎能怀孕吗	99
5. 患阴道炎的育龄女性注意	100
6. 什么是宫颈糜烂	101
7. 患了宫颈糜烂能怀孕吗	102
8. 如何治疗宫颈糜烂	103
9. 认识盆腔炎	104
10. 得了盆腔炎能怀孕吗	105
11. 盆腔炎的预防及调护	106
12. 得了子宫肌瘤能怀孕吗	107
13. 患子宫内膜异位症可以怀孕吗	108
14. 患卵巢肿瘤可以怀孕吗	108

第八章

“不孕不育”治疗方案

——功夫不负有心人

1. 认识不孕不育	110
2. 女性不孕不育的症状	111
3. 女性不孕不育的医治	111
4. 流产后为什么会不孕不育	112

5. 影响受孕的子宫疾病 113
6. 怎样预防不孕不育症 113
7. 女性不孕的检查都做哪些 114
8. 不孕女性慎选促排卵药 115
9. 用药不当可诱发不孕不育 116



第一篇 与亲爱的宝贝相约

第一篇

孕早期知识篇

第一章

“大龄准妈妈”ABC

1. 初次怀孕要注意 118
2. 大龄准妈妈慎对流产问题 119
3. 重视营养, 控制体重 119
4. 远离感染、辐射与污染 120
5. 孕早期压力大易流产 120
6. 大龄准妈妈饮食习惯影响宝宝 121
7. 先天愚型综合征的预防 122
8. 记得做产前检查 122
9. 长斑了可以使用化妆品吗 123
10. 大龄准妈妈如何保持职业形象 123
11. 教你如何正确推算排卵期 124
12. 如何计算预产期 125

第二章

“早孕反应妈妈”应对策略

1. 认识早孕反应 126
2. 早孕期间会出现哪些症状 127
3. 早孕期间头晕眼花的原因 128
4. 应对孕吐有高招 129
5. 早孕反应与维生素B₆ 130
6. 早孕反应的饮食调理 131
7. 妊娠反应时无法入睡怎么办 132
8. 早孕反应与心理因素 132

第三章

“感冒妈妈”治疗手册

1. 准妈妈得了感冒怎么办 134

2. 何种感冒对胎儿有影响	135
3. 感冒后用药	135
4. 准妈妈患感冒高热怎么办	136
5. 准妈妈的感冒食疗	137
6. 感冒，重在预防	138

第四章

“怀孕异常妈妈”注意事项

1. 流产	139
2. 宫外孕	140
3. 葡萄胎	141
4. 胎盘低置	141
5. 妊娠合并卵巢囊肿	142
6. B超与怀孕异常	142
7. 孕早期出血	143



第五章

“心脏病妈妈”专家提示

1. 心脏病准妈妈要定期进行产检	144
2. 早期发现心衰	145
3. 心脏病患者对妊娠耐受能力的判断	145
4. 心力衰竭的预防	146
5. 预防感染	146
6. 保证充足的睡眠	147
7. 心脏病准妈妈营养	148

第六章

“体重问题妈妈”看起来

1. 体重问题应注意	149
2. 控制体重好处多	150
3. 体重过重和过轻的不利因素	151
4. 准妈妈要少吃多餐，合理搭配	152

第三篇

爱的路上我和你

——孕中期知识篇

第一章

“妊娠高血压综合征妈妈”须知

1. 什么是妊娠高血压综合征	154
2. 妊娠高血压对准妈妈和胎宝宝的影响	155
3. 怎样治疗妊娠高血压	156
4. 妊娠期高血压的用药原则	156
5. 症状轻微的妊娠高血压	157

- | | | | |
|------------------------|-----|-----------------------|-----|
| 6. 症状严重的妊娠高血压 | 158 | 7. 妊娠期糖尿病怎么治疗 | 173 |
| 7. 分娩后血压能恢复正常吗 | 159 | 8. 妊娠期糖尿病的预后 | 173 |
| 8. 怎样预防妊娠高血压综合征 | 159 | 9. 糖尿病准妈妈运动有讲究 | 174 |
| 9. 什么是先兆子痫 | 160 | 10. 糖尿病患者的推荐运动 | 175 |
| 10. 先兆子痫的症状 | 160 | 11. 糖尿病准妈妈不适宜晨练 | 176 |
| 11. 妊娠高血压综合征饮食原则 | 161 | 12. 妊娠期糖尿病所需营养 | 177 |
| | | 13. 糖尿病准妈妈健康饮食十原则 ... | 179 |

第二章

“贫血妈妈”特别关注

- | | |
|----------------------|-----|
| 1. 孕期贫血 | 163 |
| 2. 营养缺乏性贫血 | 164 |
| 3. 遗传疾病造成的贫血 | 165 |
| 4. 贫血对准妈妈的危害 | 165 |
| 5. 贫血是否影响胎宝宝 | 166 |
| 6. 孕中期贫血对分娩会有什么影响 .. | 167 |
| 7. 严重贫血引发相关并发症 | 167 |
| 8. 贫血的营养调理 | 168 |

第三章

“妊娠糖尿病妈妈”健康宝典

- | | |
|-----------------------|-----|
| 1. 什么是妊娠期糖尿病 | 169 |
| 2. 妊娠期糖尿病对怀孕的影响 | 170 |
| 3. 对胎宝宝的特殊照顾 | 171 |
| 4. 妊娠期糖尿病发病原因 | 171 |
| 5. 如何诊断妊娠期糖尿病 | 172 |
| 6. 妊娠期糖尿病的筛查对象 | 172 |

第四章

“妊娠纹妈妈”防御必读

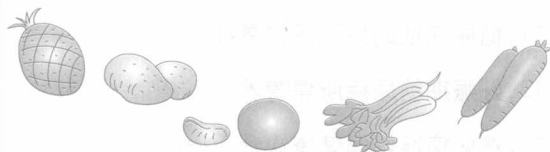
- | | |
|-----------------------|-----|
| 1. 妊娠纹常识 | 180 |
| 2. 妊娠纹的成因 | 180 |
| 3. 预防最重要 | 181 |
| 4. 有效控制体重增加, 减少妊娠纹 .. | 181 |
| 5. 适度的按摩 | 182 |
| 6. 使用妊娠纹防护产品 | 183 |

第五章

“胎动异常妈妈”完全攻略

- | | |
|--------------------|-----|
| 1. 认识胎动 | 184 |
| 2. 胎儿的行为状态 | 185 |
| 3. 如何自测胎动 | 185 |
| 4. 记录胎动的意义 | 186 |
| 5. 胎动异常的原因 | 186 |
| 6. 胎动异常时不要紧张 | 187 |
| 7. 如何辨别异常胎动 | 187 |

8. 胎动突然减少怎么办 188
9. 胎动突然加快怎么办 189
10. 急促的胎动后突然停止怎么办 188
11. 胎动突然加剧, 随后很快停止怎么办 189



第六章

“痔疮妈妈”锦囊妙计

1. 孕期痔疮要谨慎 190
2. 孕期痔疮注意事项 191
3. 孕期痔疮的治疗 191
4. 孕期痔疮的预防 192

第四篇

甜蜜不安的等待

——孕晚期知识篇

第一章

“大龄妈妈”产前小提醒

1. 孕晚期大龄准妈妈注意事项 194
2. 什么情况下进行剖腹产 195
3. 慎选剖腹产 196
4. 大龄初产妇一定要剖腹产吗 196
5. 做做产前体操 197
6. 生产前兆 199
7. 增加产力很重要 200
8. 大龄准妈妈缓解产前紧张的措施 201



第二章

“多胞胎妈妈”应用指南

1. 什么是多胞胎 202
2. 生育多胞胎的危险 202
3. 多胞胎为何越来越多 203
4. 多胞胎准妈妈注意事项 204
5. 多胞胎准妈妈产前准备 205

第三章

“产科胆汁淤积症妈妈”须知

1. 什么是产科胆汁淤积症 206
2. 产科胆汁淤积症的危害 207
3. 产科胆汁淤积症的诊断 207

4. 如何治疗产科胆汁淤积症	208
5. 皮肤瘙痒的应对办法	208
6. 胆汁淤积症准妈妈注意事项	209

第四章

“失眠妈妈”爱心提示

1. 准妈妈为什么会睡不着	210
2. 什么是正确的睡眠姿势	210
3. 轻松睡眠有诀窍	212

第五章

“水肿妈妈”指导方案

1. 妊娠水肿的原因	213
2. 妊娠水肿的调节方法	214
3. 妊娠水肿的饮食原则	214
4. 准妈妈水肿吃什么好	215

第六章

“胎位不正妈妈”课堂

1. 什么是胎位不正	216
2. 什么是正常胎位	217
3. 什么是异常胎位	217
4. 胎位不正的原因	217
5. 胎位不正的矫正方法	218
6. 胎位不正的准妈妈注意事项	219
7. 胎位不正就要剖腹产吗	219

第七章

“过期妊娠妈妈”应对方案

1. 什么是过期妊娠	220
2. 过期妊娠的影响	221
3. 过期妊娠的原因	222
4. 过期妊娠妈妈应对方法	222

第八章

“早产妈妈”指导方案

1. 什么是早产	223
2. 早产的症状	223
3. 哪些情况容易发生早产	224
4. 早产能预防吗	225

第九章

“妊娠晚期妈妈”指导须知

1. 警惕妊娠晚期出血	226
2. 什么是前置胎盘	226
3. 前置胎盘对准妈妈及胎儿的危害	227
4. 前置胎盘的症状	227
5. 前置胎盘的治疗	228
6. 胎盘早剥	228
7. 胎盘早剥的发病原因	229
8. 如何预防胎盘早剥	230
9. 如何治疗胎盘早剥	230

第五篇 做一个快乐妈妈

—— 产后知识篇

第一章

“大龄妈妈”恢复三部曲

1. 大龄妈妈产后 24 小时护理 232
2. 乳房胀痛 234
3. 下腹部阵痛 234
4. 排尿困难 234
5. 出汗多 234
6. 谨防慢性咳嗽和便秘 234
7. 侧切后的护理 235
8. 改善阴道松弛的方法 236
9. 哺乳问题 236
10. 乳腺炎防治方案 237
11. 大龄妈妈产后恢复操 238
12. 大龄妈妈产后饮食禁忌 239

第二章

“剖腹产妈妈”恢复步骤

1. 什么是剖腹产 240
2. 产后恢复的不同之处 240
3. 剖腹产伤口情况 241
4. 剖腹产产后护理 241
5. 剖腹产产后饮食 242
6. 剖腹产产后性生活 242
7. 剖腹产产后恢复操 243

8. 如何照顾剖腹产伤口 244

第三章

“产后抑郁症妈妈”调理方法

1. 什么是产后抑郁症 245
2. 严重产后抑郁症的征兆 246
3. 产后抑郁症影响宝宝 246
4. 得了产后抑郁症不要慌 247

第四章

“产褥热妈妈”注意事项

1. 什么叫产褥热 248
2. 产褥热的发病原因 249
3. 产褥热的症状 249
4. 产褥热预防原则 250
5. 子宫恢复最重要 250
6. 九大策略应对产褥热 251

第五章

“贫血妈妈”产后恢复措施

1. 什么是产后贫血 253
2. 产后贫血妈妈的改善措施 253
3. 产后贫血妈妈的饮食原则 254
4. 贫血新妈妈食疗方 255

第一篇

特别的“爱”给特别的你

孕前知识篇

每个人都想拥有一个健康聪明的宝宝，但是，有一些想要宝宝的准妈妈，由于本身的某种特殊因素，使宝宝出生的风险率高于常人，这就是我们所说的“特殊妈妈”。这些“特殊妈妈”孕育宝宝的过程肯定要比正常妈妈艰辛，需要付出更多的努力，这是可想而知的。但如果在准备怀孕前，“特殊妈妈”就能根据自己的身体情况来治疗与调节，就能将危险率降到最低。可惜的是，许多“特殊妈妈”并没有意识到这点点，往往错过了最佳的准备期，增加了怀孕期的难度。其实，孕前准备对每一个“特殊妈妈”而言，就是献给自己宝宝的一份特别的爱，每一个“特殊妈妈”千万不要错过哟。

第一章

“大龄妈妈”健康课
——大龄问题解决方案

医

学上有这样的界定：30岁以上怀孕的女性被称为大龄妈妈。而35岁以上怀孕的妈妈就被称为高危产妇。但是，随着社会的竞争与节奏的加快，越来越多的准妈妈加入大龄妈妈的行列。其实，年龄并不影响大家去做完美的妈妈。让我们一起走进大龄妈妈的健康课堂，为我们最爱的宝宝做好准备。



1 最合适的怀孕年龄

什么样的年龄阶段生孩子好呢？对于女性来讲，在身体机能各方面状况最好的时期，即26~27岁生育是最理想的，如果确实做不到，最好争取在30岁之前生育，但最晚不要超过35岁。因为女性在18岁时生殖系统已基本发育成熟，但其骨骼系统及高级神经系统的发育则要比性成熟晚好几年，一般在24岁左右完全成熟。然而，女性生育也并非越晚越好，有大量资料证明，各种妊娠异常自30岁起便有所增加，35岁以后显著增加。胎儿畸形发生率也随年龄增加而递增。如先天愚型的发生率：26~27岁为1.1‰，35岁为5.6‰，40岁为15.8‰，45岁则高达53.7‰。故女性最佳的生育年龄为26~27岁。此时生育，既符合自身生理发育规律，又利于优生优育。

最佳生育年龄为26~27岁。→

Tips 小贴士

▼ 妇科专家如是说

男女生育的优化年龄组合以前者比后者大7岁左右为宜。父亲年龄大，智力相对成熟，遗传给下一代的“密码”更多些；母亲年纪轻，生命力旺盛，会给胎儿创造一个更良好的孕育环境，有利于胎儿的生长发育。所以，这种“优化组合”生育的后代比较聪明。





2. 大龄并不可怕

随年龄增长而增加的不安全因素，只要在日常生活中多加注意，定期进行检查，大部分是可以避免的。另外，所有准妈妈都应该清楚一点——不论对于任何年龄的产妇，都没有百分百绝对的安全性。在怀孕阶段总会出现一些这样或那样的问题，而对于这些问题而言，正确的应对方法、保持积极的心态反而更重要。如此而言，30多岁的人理应比20多岁的人更有优势。

女性年龄大了，心智更加成熟，责任感和忍耐力也与日俱增，这对于怀孕期间的控制与调节自身的心理和身体状态会起到很积极的作用。另外，大龄妈妈的经济应该已经很有保障，物质的充足也是精神安定的保证条件之一，使大龄妈妈在怀孕期间能够安心孕育自己的宝宝，全身心地投入到美妙的期待中。而且，对于大龄女性而言，已经有了稳定的夫妻关系，这对于建立一个积极乐观的生育态度有着很重要的影响。所以，许多在事业上有所成就的女性，都选择在35岁左右生育，并且自豪宣言——大妈妈，更轻松！大妈妈，更美丽！所以大龄的女性不必有太多恐惧，最重要的是要保持孕育宝宝的积极性。



3. 大龄妈妈的准备工作

为了达到顺利分娩、生下一个可爱又聪明的宝宝的目的，大龄女性在孕前就要着手做一些事情，我们归纳总结为以下几点：

- (1) 加强锻炼身体，增强体质。
- (2) 夫妻二人都要戒烟戒酒，避免与X射线接触，没有医生的指导不要随便服药。
- (3) 注意休息，保证充足的睡眠，养成良好的起居习惯。
- (4) 注意营养，在充分摄取均衡营养的同时，注意控制体重。
- (5) 在准备怀孕的前三个月开始口服叶酸片，每天0.4~0.8毫克。叶酸能有效降低胎儿神经管畸形的发生率，还有利于提高胎儿的智力，使新生儿更健康、更聪明。
- (6) 保持良好的心态，尽量做到心情愉快。
- (7) 做一次全面的身体检查，确定身体的健康。
- (8) 选择一家离家较近、设备完善、医疗条件比较好的医院来做产前检查与相关咨询。



↑ 孕前要戒烟戒酒。

4. 大龄女性的孕前检查项目

每一个大龄女性都应该清楚这样一个问题，一般的体检并不能代替孕前检查。因为体检的项目，比如肝功能、肾功能、血常规、尿常规、心电图等都是最基本的身体检查，但孕前检查主要检测对象应该是生殖器官以及与之相关的免疫系统、遗传病史等。所以，大龄妈妈孕前检查的项目除一般的身体检查外，还应进行乙肝表面抗原和一些特殊病原体的检测。有条件的地方应该进行染色体的检测，避免遗传性疾病。若男性接触放射线、化学物质、农药等可能影响生殖细胞时，还应对准爸爸的精液进行检查；若怀疑患有性病或曾患性病者，应进行性病检测，发现异常及时治疗，使双方在最佳健康状态下计划怀孕。

检查一：生殖系统

检查内容：通过白带常规筛查滴虫，霉菌，支原体、衣原体感染，阴道炎症以及淋病、梅毒等性传播疾病。

检查目的：是否有妇科疾病，如患有性传播疾病，最好先彻底治疗，然后再准备怀孕，否则会引起流产、早产等危险。

检查方法：普通的阴道分泌物检查。

检查二：脱畸全套

检查内容：包括风疹、弓形虫、巨细胞病毒三项。

检查目的：60%~70%的女性都会感染上风疹病毒，一旦感染，特别是妊娠头三个月，会引起流产和胎儿畸形。

检查方法：静脉抽血。



↑ 孕前检查很重要。

Tips 小贴士

▼ 体形与生育的关系

与男性相比较，女性的身体脂肪含量较高，这是体内激素的影响结果，过胖和过瘦受很多因素影响，如饮食、运动、遗传等等，都在不知不觉地影响着你的身材。生育不是造成身材差的主要原因，所以，准备做妈妈的你不必再为这个担心啦。

检查三：肝功能

检查内容：肝功能检查目前有大小功能两种，大肝功能除了乙肝全套外，还包括血糖、胆质酸等项目。

检查目的：如果母亲是肝炎患者，怀孕后会造成胎儿早产等后果，肝炎病毒还会直接传播给孩子。

检查方法：静脉抽血。

检查四：尿常规检查

检查目的：有助于肾脏疾患的早期诊断，10个月的孕期对母亲的肾脏系统是一个巨大的考验，身体的代谢增加，会使肾脏的负担加重。

检查方法：尿液。

检查时间：孕前三个月。

检查五：口腔检查

检查内容：如果牙齿没有其他问题，只需洁牙就可以了；如果牙齿损坏严重，就必须拔牙。

检查目的：如果孕期牙齿要是痛起来了，考虑到治疗用药对胎儿的影响，治疗很棘手，受苦的是准妈妈和宝宝。

检查时间：孕前三个月。

检查六：妇科内分泌

检查内容：包括促卵泡激素、黄体生成激素等6个项目。

检查目的：月经不调等卵巢疾病的诊断。

检查方法：静脉抽血

检查七：ABO溶血

检查内容：包括血型和ABO溶血滴度。

检查目的：避免婴儿发生溶血症。

检查方法：静脉抽血

检查时间：孕前三个月

检查对象：女性血型为O型，丈夫为A型、B型，或者有不明确原因的流产史。

检查八：染色体异常

检查内容：检查遗传性疾病。

检查方法：静脉抽血。

检查时间：孕前三个月。

检查对象：有遗传病家族史的育龄夫妇。

Tips 小贴士

研究新发现

有研究表明，女性在一生中如果有一次完整的孕育经历，可以增加十年对妇科肿瘤的免疫力。有专家强调，未生育的女性还容易发生一些激素依赖性疾病，常见的如子宫肌瘤等。另外，经现代医学研究，在妊娠期间和哺乳期间，卵巢会暂停排卵，由于卵巢推迟了排卵，更年期的到来也随之推迟，这就意味着衰老的推迟。而传统说法认为的生育使女性衰老更快，实际大多并非生育所致，而是由于保养不当造成的。