

醫學小林叢書

孕婦之友

商務印書館發行

醫學小叢書

孕

婦

之

友

朱季青編譯

商務印書館發行

中華民國二十二年十二月初版  
中華民國三十八年九月二版

(61435)

醫學叢書 孕婦之友 一冊

基價貳元伍角

印刷地點外另加運費

編譯者 朱季青

發行人 陳懋解  
上海河南中路

印刷所 商務印刷館  
商務印刷館

發行所 各地商務印書館

\*\*\*\*\*  
\* 版 權 所 有 \*  
\* 翻 印 必 究 \*  
\*\*\*\*\*

(本書校對者殷彥常)

# 譯者序

我國社會對於普通醫學知識極不注意，一般病者既不明病之由來，又不知病了應當怎樣處置，所以雖是極輕微的小症，因為不明白這點普通醫學知識，不能得適宜而及時的調治，就釀成不起的沉痾，這是人生何等慘苦的事！

生育假如調度得宜，是一件極順利的事，要是調度不宜，就是一件極危險的事。調度適宜與否，則視有無關於產前產後普通醫學知識而定。按美國最近人民死亡統計，每年婦女因產褥熱而死者占十分之五，因胎毒而死者占十分之三，總計因產前產後而死者占十分之八。在美國比較富於普通醫學知識的社會，因娩產而死的，尙如此之多。在我國這樣的社會，這類死亡率的高大，可想而知了。

懷孕與生育，是人種繁殖的唯一途徑，但也是婦女死亡的一個大原因，避免他，既不可能，而長此以往，於婦女的生命實有莫大的危險。按最近醫學所得的經驗，這類產前產後的死亡，十之八九

可以避免。近年來美國醫學界專注意於預防醫學，尤以產科方面爲最。凡婦女受胎後，均自動的求診於醫師，從感孕時起至產後復原止，均就精密的醫學上的監視，結果就把這類死亡率減去大半，這也是預防醫學的價值。

我國婦女對於妊娠期內一切的衛生，素不注意，臨產時也多由一般既無生育常識，又乏消毒觀念的產婆接生，結果不知殘殺了許多的母子。近年醫學昌明，雖有明白妊娠期內衛生的重要而卽就診於醫師者，但固守舊習者，也仍很多。爲挽救人種的柔弱，增進婦女的健康計，孕婦和醫師應取一種「合作」的精神；孕婦應明瞭關於生育和妊娠的常識，勤密的就診於醫師，同時醫師也當精細而謹慎的監視孕婦的經過情形，給她們衛生的相當指導，這就是譯者介紹此書的本意。

一九二七朱季青序於協醫

# 原序

目下所謂「新公衆衛生運動」的一切計劃，是專注意在嬰兒身上。欲使將來人種較活潑，發育較完全，抗病性較強，俾能受世界一切悲哀，苦樂的磨煉，大多關係於嬰兒在發育期內的環境。吾輩民族將來的幸福，多半視嬰兒在產前一切的注意而定——他的體質及神經的遺傳，他在胎內時正常的發育及營養等。換言之，即將來人種的改良，民族的幸福，都靠着孕婦的衛生。她應知道在懷孕期內，當如何保養身體，吃些什麼，什麼時候睡，每日應當睡多少時候，如何運動，如何休息等。她也當知道在何種情形內，她應求診於醫師。最要的，她應知道何種懷孕的現象是反常，何種是正常。她也應當完全拋棄那些盲從的親戚朋友們的關於胎事的一切討厭而可怕的迷信。

這是「國家衛生叢書」之一。特腦門底醫師把各項孕婦應知的事，用極淺明的文字，簡括而很有興趣的敘述出來。他是最配做這類書的人。他是一個多年著名的產科專家，一位教授，也是一位富於經驗的醫師。他專心於廣義的產科事業，研究公衆衛生，醫院服務，看護及實習醫學與產科

孕婦之友 原序

的關係，從各方面研究產科。他久年經驗所得的要點，盡可在這書中求之。

四

醫學博士開列

# 孕婦之友目次

- 一 受胎的徵象……………一
- 二 妊娠的期間……………三
- 三 男女胎的鑑定……………六
- 四 妊娠期內的衛生……………八
  - (1) 飲食
  - (2) 運動
  - (3) 新鮮的空氣和娛樂
  - (4) 休息
  - (5) 睡眠
  - (6) 沐浴
  - (7) 大便
  - (8) 小便
  - (9) 皮膚
  - (10) 乳囊
  - (11) 衣着
  - (12) 牙齒
  - (13) 毛髮
  - (14) 交媾
  - (15) 關於胎事的迷信
  - (16) 訪醫
- 五 妊娠期內的症狀……………二五
  - (1) 惡心與嘔吐
  - (2) 流涎
  - (3) 胃灼熱與胃氣
  - (4) 體重增加
  - (5) 靜脈怒張
  - (6) 痔瘡
  - (7) 腿部痠攣(即抽筋)
  - (8) 骨盆關節鬆弛
  - (9)



白帶 (10) 懸垂或寬鬆的腹部

六 妊娠期內的難症……………三二一

(1) 小產 (2) 胎毒 (3) 妊娠期中流血 (4) 敗血症 產褥熱

七 助產的準備……………三七

(1) 家中或醫院 (2) 臨盆時的設備

八 臨盆……………四四

(1) 臨盆的原因 (2) 產母的預備 (3) 臨盆的程序 (4) 娩產時用的麻醉藥

九 嬰兒……………五一

十 產後復原……………五二

(1) 休息和訪問者 (2) 飲食 (3) 大便 (4) 小便 (5) 子宮復舊

(6) 哺乳 (7) 運動 (8) 起床 (9) 月經復現 (10) 末次檢驗

十一 結論……………六〇

# 孕婦之友

## (一) 受胎的徵象

普通我們看一個婦人是否受胎，好像是很容易的事。但是因為婦女體格強弱，各有不同，再加上種種婦人的雜症，受胎的徵象就不能十分顯明。要求確實受胎的診斷，總須在受胎一個月以後。一二星期的胎，是很難確實診斷的。月經停止，可算是受胎第一點可疑的徵象。一個健康的婦人，平時並無月經不調的困難，忽然到期而月經不來，這是受胎的預告。月經停止後，同時乳囊增大，乳部堅硬，而發脹，並且乳囊內部微微的覺得如針刺似的痛。有的婦人，平常在月經期內也有同樣的微痛，當然是見慣了，不足為奇。但是如果在一個健康的婦人身上，平時在月經期內並沒有這種乳部的微痛，一旦月經停止後，感覺到這種變態，也可算是受胎的一種徵象。

月經停止後，不久在早晨或午後覺得惡心，——想吐，神經煩躁，或者竟有嘔吐。因為普通一般

受胎的婦人，都有這種症狀，所以這也就成了受胎的一種特徵。但這又不是受胎必有的徵象，有許多孕婦，在她妊娠期內，並不現惡心或嘔吐的症狀。

普通婦人，受胎以後四五個月內，覺得小便增多，常常在半夜裏都要起來小便。所以月經停止，乳囊增大，並覺微痛，早晨的惡心，每日小便次數的增多，這四項可算是受胎的一種預象。其實到底是否受胎，婦人總比別人明白的多，假如要切實的斷定是否受胎，還須經過子宮的檢查。

檢查子宮，是對於婦人最重要的一種手續，當婦人疑惑自己是受胎，在月經停止後，必須請醫師檢查子宮，方纔可以斷定是否受胎。子宮檢查，非但能斷定是否受胎，並且能診察出子宮一切反常的地方。如果子宮的部位向後傾（婦人中常有此病），要是不經醫師矯正他；到受胎後初幾個月，就發生小產，及種種胎變的危險。子宮檢查後，凡對於子宮或骨盆有種種不利於生產的地方，都可發覺，同時就可給以相當的治療，因此流產（俗稱小產）與難產的危險都可免除，但是普通一般婦人，知道自己是受胎，而不肯請醫師檢查子宮；並且以為惡心和其他初受胎時的各項痛苦，都沒有法子可以免除的，這種都是極錯誤的一種觀念。因為早期的子宮檢查，實在可以免去許多小

產及種種的難產，可以保持孕婦的健康。（婦女界的同胞千萬不要以為檢查子宮是一件可羞的事，我們二十世紀的人們須要抱着一種科學的觀念，認定男女的生殖器和交媾，受胎，都是神聖的機能，人類的繁殖，應該要打破從前對於這類機能的一種隱秘，與羞恥的觀念，不可拘泥着這種無爲的羞恥，致損失婦女們和嬰兒的健康與生命。譯者附識）

孕婦受過子宮檢查後，就可以得到醫學方面對於她生產上的種種幫助，並且也可以得到醫師給她種種關於妊娠期內應注意的衛生要點。到了受胎後的第五六個月，孕婦腹部增大，胎兒也時在腹內轉動，並且可以聽見胎兒的心跳。此時就可斷定是受胎無疑了。

## （二） 妊娠的期間

妊娠的期限，大概是十個經期，——每個經期按二十八日計算。如果我們能夠知道受胎的日期，就可從那日起推算，大約產生的日期，就在二百七十三日，或二百七十五日以後。但是普通孕婦，都不能指定是那一日受胎，所以推算產期就不能如那樣的簡單了。推算產期最普通而不致有大

錯誤的方法，是從月經停止以前的那個經期的第一天算起，按着陽曆向後退算三個月，再加上七天或十天，大概就是產期了。

例如今年七月份的月經停止了，六月的月經是從十六日起，向後退算三個月就是三月十六，再加上七天或十天，那預料的產期就是明年的三月廿三到廿六之間。

我們要知道，這種推算的產期，不過是預告我們大概在什麼時候可以期望嬰兒出胎，但是我們切不可使產婦知道這預料的產期，自然有時候，產期正在我們所預料的日子內，但是在這預料產期的前或後數星期方臨產的，也是常有的事。如果我們預先使產婦知道她的產期，萬一臨時不產，必使她心內不安，或疑胎兒有變，於她的身體與將來的產生上都很有所不利。而且對於這種推算的產期，我們所應注意的，並不是那幾個日子，因為那日子是很不可靠的。我們知道了這預料的產期後，至少在三個星期以前，就應該將一切臨盆時所需的物件，及各項手續，都準備好。但是如果過期幾天，千萬不可驚告產婦。我們務須使產婦明白這類的預料產期，是近於末次月經來的時候推算起的，（就是月經停止以前的那次）受胎的日子也許正在月經停止前的幾天；或者受胎以

後，月經並不停止，不過只是經期縮短，或者經水減少。在這種情形內，如果按普通推算法，所求得的預料產期，就與實在的產期相差很遠。如果婦人自己能夠絕對的知道，在某時期之前，決不致受胎，那末我們就可以從那時期後的第一次交媾那日起，推算得預料的產期。要是婦人自己知道這胎是由那一次的交媾得來的，她不妨直接的告訴醫生，免得旁人瞎猜，致這預定的產期不能準確。

普通所謂「過期」或「遲產」大半都是因為孕婦在末次通經後的兩三個星期內，方纔受胎的緣故。如果我們不知道這受胎的正確日子，胡亂從末次月經完結後算起，可不是比實在的受胎時期早兩三個星期？因為不明白這種粗淺的情形，就誤認是「過期」或「遲產」，恐嚇產婦本人及其家屬，並且行種種可免的手術，豈不多事！但是同時我們也不可忘却有很顯明而真確的「遲產」的可能，普通所謂過期的胎兒，過了推定產期許多日子後，還不見臨盆。在這種情形中，最重要的是慎重的在臨盆時監視產婦，切不可使她受驚慌，並且在臨產前應該決定那在胎內的嬰兒，是否長得過大，應否施行手術。假使當時監察不周，臨產時必有重大的危險。幸而這種情形是很少，可以不必過慮。普通所謂「過期」或「遲產」都是因為不明瞭正確的受胎時期，所以誤會的。

除却過期的嬰兒外，也有「不足月」的嬰兒，就是胎兒尙未滿二百八十日，就生產出來。這種「不足月」的嬰兒，產出的愈早，愈不容易養育。西洋有句俗話說：「七月胎兒能活，八月胎兒要死。」這話雖然是不對，但是却也很有理的。因爲八個月的胎兒的形狀，極像那已成熟的胎兒，所以一般人都把他當作一個已成熟的胎兒看，並無關於發育不十分完全的胎兒應有的保育法，結果就不能養大。但是對於這七個月的胎兒，人人都知道他是發育尙未十分完全，應當格外加意的看護，結果就不知不覺將他帶過了這未成熟的時期。

### (三) 男女胎的鑑定

許多做父母的，很希望醫者在胎兒未產出以前，就能夠告訴他們是男胎或是女胎。並且也有許多父母請問醫師，嬰兒的男女性能否在受胎以前隨意選定。據現代醫學的學識，對於這女性鑑定的問題，所能明瞭的，不過是知道當受胎的時候，嬰兒的男女性都已經定了。對於在受胎以前嬰兒的性，能否任意選定一層，却也經過許多有名的遺傳學，和胚胎學家的研究，創了許多學說，但

是因為那些學說並不會經實驗法證實過，也沒有科學的根據，都被排斥了，所以至今這項問題仍舊是茫然。

普通醫師診斷腹內胎兒男女性的方法，完全是根據在孕婦腹部所聽得胎兒心跳的次數而定，這種也不過是由經驗得來的一種猜度方法。胎兒在腹內要是心跳的較慢——在每分鐘一百二十次左右，這胎兒大半是男，如果胎兒的心跳每分鐘在一百四十次左右，這大半是女胎。

所謂男胎是怎樣的生成，女胎又是怎樣的生成，這些都是虛妄無稽之談，切不可聽。就是醫師中說有能絕對的斷定男女胎的，也不必相信，因為這類的診斷是偶然的，猜度的，決不能十分確定的。從前在西洋有個很巧妙的醫師，每次人家請他去診察胎兒的時候，如果問他腹內的胎兒是男或是女，他就問孕婦是想要男孩或女孩，然後告訴她腹內的胎兒，就是她所期望的那一性。譬如孕婦期望得一男孩，這醫師就告訴她說那胎兒一定是男的，同時在他的袖珍小冊內，注上一個女字。要是生出來後是個男孩子，那就不必說了，大家都公認這醫師是個學藝雙全的預言家。若生出來的是個女孩子，他就對着大眾，翻開他那本小冊一看，說：「如何！我寫在這裏是個女孩子。」如此他



又是預言家了。這不過是譏諷當時一輩乖巧醫師的一類故事，要大家知道預先診斷胎兒的男女性這件事，是不可能的。

#### (四) 妊娠期內的衛生

近數年來對於孕婦的保養和看護的方法，却是進步得不少。在美國現在所有的孕婦，在全個妊娠期中，必須受醫師的檢視，保守着妊娠期中應注意的各項衛生。因之數千萬的孕婦，能免去各種危險，得以安全的臨盆，這實在是醫師和孕婦能合作的結果。現在試將妊娠期中應注意的各項衛生分別敘述之：

##### (1) 飲食

孕婦的食物應該要充分，而含有混雜而平均的各種營養料。她的食物內應含有蛋白質，脂肪，澱粉質，充量的水分，和適量的鹽，醬，醋等類。在受胎後幾個星期內，當孕婦發生惡心的時候，如果能夠將她每日的三餐，分作六次吃，他必定可以舒服得多。俗語說：「大肚娘吃雙份。」這句話，早已經