

女子文庫

女子衛生叢書

女子衛生學

李玉蓉女士著

女子書店印行

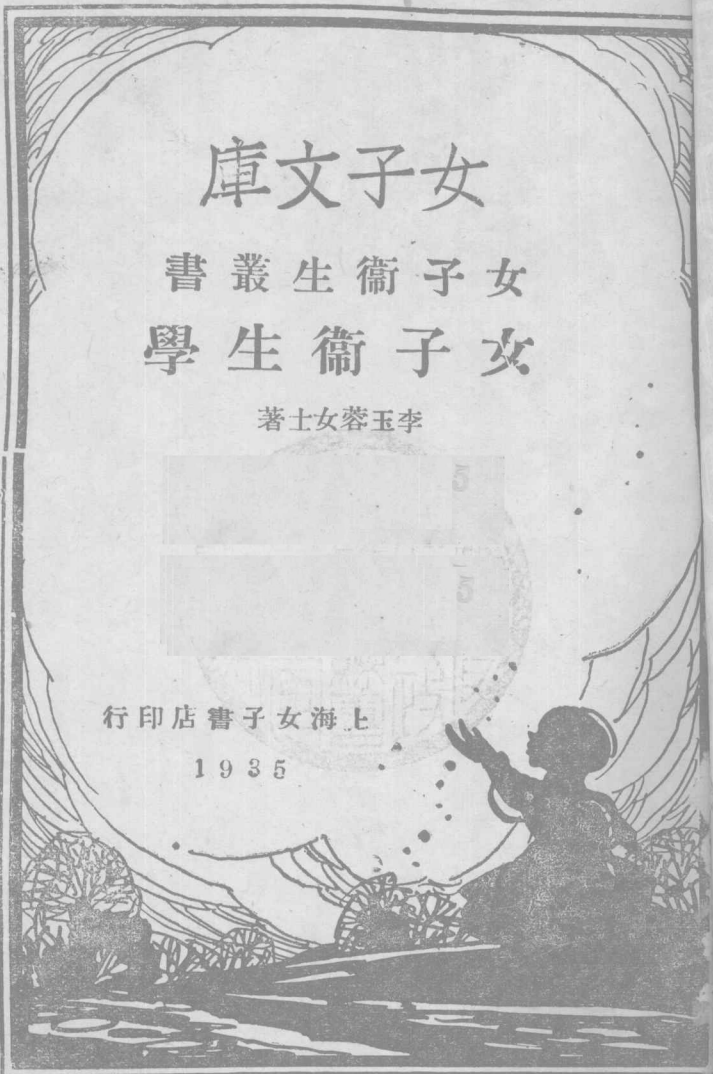
庫文子女

書叢生衛子女
學生衛子女

著士女蓉玉李

行印店書子女海上

1935



吳序

姚名達先生主編女子文庫。要我代他寫點東西。他說：「你一天寫一千字，一個月也可以寫一本了。我因為忙，有心寫而沒有時間執筆。於是慫恿玉蓉寫這本『女子衛生學』。玉蓉在大學時代讀過醫科的，現在安徽一個女子中學擔任『衛生學』的課程，所以她來寫這本東西是很適當的。

當玉蓉起始寫的時候，姚夫人衷心勉女士尚在人間，但當地完稿時候，黃女士已逝世了！我們傷心着，就以這本東西紀念黃女士吧。

吳道存 廿四年六月十一晚

衛生學

目錄

第一章 女性衛生

第一節 生殖器官的構造

(一) 外生殖器官

(二) 內生殖器官

第二節 月經

(一) 初潮的月經

(二) 月經和卵子

(三) 經血來潮的經過

目

錄

(四) 月經性質和經量

(五) 月經的困難

(六) 月經期中的攝生

第三節 妊娠

(一) 妊娠的徵象

(二) 妊娠期中的胎兒

(三) 妊娠期中的攝生

第四節 分娩

(一) 分娩的種類

(二) 分娩須知

第五節 產褥中的攝生

第二章 育兒法

第一節 初生兒育養法

- (一) 初生兒沐浴時的注意
 - (二) 初生兒的衣服
 - (三) 睡眠與發育
 - (四) 初生兒的大小便
 - (五) 初生兒生殖器的料理
 - (六) 初生兒的臥室
 - (七) 初生兒的病
- ### 第二節 乳兒育養法
- (一) 乳兒睡眠時的注意

(二) 乳兒的大小便

(三) 乳兒身體的發育

(四) 乳兒的抱法

(五) 乳兒的哺育法

(六) 生母哺乳

(七) 乳傭哺乳

(八) 人工營養法

(九) 種痘和防疫

第三節 小兒養育法

(一) 小兒斷乳

(二) 小兒應如何哺育

(三) 小兒病時的哺育法

(四)小兒身體上的監視

第三章 傳染病

第一節 傳染病的種類

(一)急性傳染的疾病

(二)慢性傳染的疾病

第二節 傳染病傳染的途徑

(一)傳染病的直接傳染

(二)傳染病的間接傳染

第三節 傳染病的防止法

(一)消毒

(二)防疫接種

目

錄

五

女子衛生學

(三) 隔離

(四) 禁出入

第一章 女性衛生

第一節 生殖器官的構造

婦人的生殖器官，可分爲內外兩部。在骨盆外面的，叫做外生殖器官；在骨盆裏面的，叫做內生殖器官。外生殖器官就是外陰部和陰戶；內生殖器官就是陰道，子宮，卵巢和輸卵管。現在將各部的構造和作用，略述於後：

(一) 外生殖器官

外陰部在下腹恥骨縫的外表，上下平滑而略爲聳起的部分，叫做陰阜。陰阜的皮下，含多量的脂肪纖維組織。在成童以後，生有陰毛遮蓋。陰戶和後面肛門相連的地方，叫做會陰。會陰部的皮和肌肉，是很有伸縮性的；在分娩時，就可以表現牠有異常的伸展力了。

陰戶

陰戶分爲大陰脣，小陰脣，陰蒂前庭等。大陰脣在陰戶的外面，左右各一；是一對肥厚摺疊的皮，展延性亦強，略呈褐色，由粘膜構成，分泌不絕。大陰脣前端起自恥骨的邊緣，後面和會陰相連。小陰脣就是大陰脣裏面兩皺襞，長約大陰脣的一半，略呈暗紅色，內外的粘膜富於液腺；所以小陰脣若稍受刺激就分泌黏液。在小陰脣的前端，是一個圓形的小隆起，名叫陰蒂。陰蒂是知覺神經末梢，所以感覺也很敏銳。在陰蒂下面三角形的地方，名叫陰道前庭。陰道前庭是在兩陰脣上半部的中間；這當中就是尿道口，周圍略形隆起。在陰道前庭的下方，和會陰的上方地方，叫做陰道口，在處女時代，陰道口爲環形摺疊的粘膜所遮閉，中央僅留一小孔，這膜叫做處女膜。處女膜在結婚後，或別的原因故而破裂，所存留的齒痕邊緣，叫做處女膜痕。

(二) 內生殖器官

陰道

陰道在骨盆腔的裏面，是一個肌肉扁平囊狀的器官，並且很富

於伸縮性。陰道位置介於膀胱和直腸的中間，下端爲陰道口，上端包圍子宮陰道部。陰道口很狹小，但是上端和子宮相連的地方稍許寬大。陰道裏面，被了一層黏膜；在處女時代黏膜上面有許多皺襞，結婚以後就漸漸弛鬆，分娩以後就完全平滑了。

陰道爲性交重要的部分，亦爲經血排出的通路，更爲分娩時小兒的產道。陰道位介子宮和外界之間，所以和子宮發生密切的關係，又爲細菌侵入的門戶。這樣看來，保持陰道的清潔是一件很重要的事了。

子宮

子宮亦在骨盆的裏面，位置介於膀胱和直腸的中間。子宮的形狀如倒置的梨一樣，上方較大的部分叫子宮底，下方狹小如同圓柱的部分叫做子宮頸；最下部是突出陰道的裏面，叫做子宮陰道部，其末端有一個小孔，向陰道內開口，就是子宮口了。平時精蟲就是從子宮口而進入子宮；所以凡子宮口狹小的婦人，是很難受孕的。子宮頸中間的部分，叫做子宮體。子宮體的內部子宮腔

，就是胎兒發育的地方。子宮腔是三角形，上端的左右兩角，各有一孔通到輸卵管。

子宮是由平滑肌肉所組成的，子宮壁可分為三層，壁的裏面襯了一層粘膜，這膜上有細毛上皮。若是這膜發炎時，縱然來了妊卵，不久也會流產；因為粘膜因病而不能輸送養料的原故。

子宮底在平時略偏向前，子宮頸略偏向後。倘若子宮底過於向前或後，就是子宮前轉或後轉；倘若子宮體屈向後，就叫做子宮後屈。大凡有以上前後屈的婦人，都容易患痛經和機械性的閉經；因為血液循環異常，而使子宮充血的原故。

○ 卵巢 ○

在子宮體的左右兩旁，各有卵巢一個。卵巢形似鳩卵；有一個短韌帶，名叫卵巢韌帶，卵巢的內端是藉這韌帶和子宮後端相連。卵巢的外端是藉輸卵管繖和輸卵管相接。

卵巢是由結締組織纖維所組成；包裹了很多的血管，腦經和囊狀的卵泡。在

卵巢裏面的每一個卵泡中，含有一個卵。卵泡和卵成熟的時候；卵泡就破裂，卵就從卵泡出來，經過輸卵管而到子宮。在這時，卵巢、輸卵管和子宮都有充血的現象；所以下腹和腰都感覺疼痛。倘排出的卵能和男子的精蟲相會，起了受胎作用，就是妊娠的開始了。設不幸不能和精蟲會合，卵子便死，就和經血同時排出體外。

在幼年的時代，卵巢因為沒有發育充分；所以卵潛伏在卵巢裏，並無作用。到了成年時候，發育完全，卵巢便開始排卵；每月一次，循環不已。但是在妊娠期間，經血就暫時停止。婦女若在四十歲至五十歲的時候，若不是懷孕，亦不是哺乳，或者也沒有疾病而月經停止了，這叫做經絕期。經絕以後，生殖器就漸漸萎縮；這是老年時代應有的現象。

。輸卵管。

輸卵管從子宮底的左右兩邊，開始向外延行，就漸漸膨大，如同喇叭一樣，所以亦叫喇叭管。輸卵管和子宮接連的部分，很細小狹窄，叫做

輸卵管子宮部。輸卵管的外口很大，叫做輸卵管漏斗；他的周圍有很多的小突起，叫做輸卵管繖，一部分是和卵巢相連。輸卵管繖能攝取從卵巢所排出的卵子，輸卵管裏面有一層粘膜，能輸送卵子到子宮的作用。

第二節 月經

女子到了春機發動時期，心身便起了劇烈的變化：如胸廓擴張，乳房膨隆，子宮和陰道發育增大，陰部和腋窩生毛，此外最顯明的就是月經來潮。

(一) 初潮的月經

月經的來潮，大概始自成童。但是月經初潮的年齡，是隨着女子的體質，環境，氣候，和運用腦力而遲早不同了。較早是十二歲，普通是十四歲，也有十七八而尚未有月經來潮的。大約溫帶女子的初經比寒帶早些，而城市的女子又比鄉村早些。

大半女子對於月經的初潮，都不免有驚愕的觀念，這是因為生殖器充血，而覺得疼痛的原故。所以為父母的應當預先說明月經的理由，使兒女明白月經是生理應有的現象。

月經的初潮，通常量不很多，經期亦短；所以感覺痛苦的人亦不多。不過也應該叫她靜臥，吃容易消化的食品，暫時停止勞動。倘若生殖器官異常，就當請醫師治療。

(二) 月經和卵子

我們已經知道月經是有規則的，每月（廿八天）來潮一次，但是怎樣會有規則的循環而發生呢？要明白這個，非先明白生理不可。女子一屆成熟時候，在腹下左右兩邊，各有一個卵巢成熟長大，於是卵巢就開始排卵。在卵巢裏面，先是一個含有液體的水泡，名叫濾泡；在這濾泡裏面，就生長一個卵子。每月只能生長一個，而且是左右兩邊卵巢輪流担任工作的。等卵子長大，濾泡因為含水量太

多而脹破；卵子就和濾泡液一同從輸卵管流進子宮。這時的卵子若和男子的精蟲相合，便是妊娠的開始；否則卵子死了，和月經同時流出體外。

(三) 經血來潮的經過

現在我們要討論，月經為何故要出血。在月經要來潮以前兩星期；卵巢，輸卵管，子宮和陰道等處皆充血。因為有多量的血流進子宮，子宮黏膜，逐漸增厚，迨至月經來潮時，其厚度有增至二三倍的，黏膜中的血管，亦因之而擴張。以後血液由內膜滲漏世來，子宮膜便也脫掉，和那未受孕的卵子一同被血液沖出體外。在子宮膜脫落時，血就流出不停，這便是月經的來潮。幾天以後，新膜生長時，月經便減少。等新膜長成原狀，月經便終止，這時使預備接受下次要來的卵子；這樣的變化，每月要有一次。

(四) 月經性質和經量

人們以為月經是女子的穢泄物，其實月經是非常正當健康之血液，不過含有