



21 世纪
健康新概念丛书

新快乐孕产新典

KUAI LE YUN CHAN XIN DIAN
刘雁峰 主编

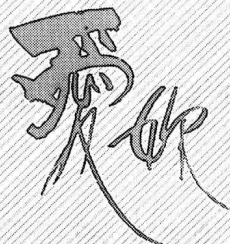


· 权威 + 实用
· 怀孕最佳时机

· 分娩不可怕
· 科学育儿理念



人民日报出版社



21 世纪
健康新概念丛书



快乐孕产新典

主编 刘雁峰
作者 刘雁峰 刘文玲 喻燕萍
冯 娟 黄醒华 游 川
丁 辉 吴升平 姜锡九
江爱莉 施雨民 刘春林
沈婉英 原培谦



人民日报出版社

图书在版编目(CIP)数据

21 世纪健康新概念丛书·新快乐孕产新典/刘雁峰 主编.

-北京:人民日报出版社,2003.10

ISBN 7-80153-740-8

I .2... II .刘... III.保健-普及读物 IV.R161-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 087089 号

书 名:21 世纪健康新概念丛书·新快乐孕产新典

主 编:刘雁峰

责任编辑:紫 藤

装帧设计:吴本泓+马丽娜

出版发行:人民日报出版社(北京金台西路 2 号,邮编:100733)

经 销:新华书店

印 刷:安阳市华豫印刷厂

开 本:787×1000 1/16

字 数:1860 千字

印 张:218

印 数:5000 册

印 次:2005 年 2 月 第 1 次印刷

书 号:ISBN 7-80153-740-8/Z·044

全套定价:228.00 元(本册定价:10.00 元)

目 录

孕前准备	(1)
什么时候做父母	(3)
在妊娠和分娩中丈夫扮演的角色	(3)
怀孕的基本生理条件	(5)
婴儿性别的决定因素	(8)
遗传病咨询	(9)
哪些情况不宜怀孕	(12)
孕期应做哪些检查	(13)
胎教	(15)
胎教的发展	(17)
胎教的生理基础	(17)
胎教的实施方法	(19)
怀孕早期的保健与监护	(21)
怀孕早期的生理变化	(23)
怀孕早期的心理变化	(23)
怀孕早期的胎儿变化	(24)
怀孕早期的科学膳食	(25)
怀孕早期的生活起居	(27)
怀孕早期的自我监护	(35)
怀孕早期的疾病防治	(37)
怀孕早期的保健操	(41)
怀孕早期关心妻子是丈夫的职责	(42)
怀孕中晚期的保健与监护	(43)
怀孕中晚期的生理变化	(45)
怀孕中晚期的心理变化	(46)
怀孕中晚期的胎儿变化	(47)
怀孕中晚期的科学膳食	(48)
怀孕中晚期的生活起居	(49)
怀孕中晚期的自我监护	(51)
怀孕中晚期的疾病防治	(56)

怀孕中晚期的保健操	(62)
妊娠常见病的食疗	(63)
孕中期做优秀的准爸爸	(77)
孕晚期,丈夫如何准备临产	(78)
分娩	(79)
分娩前的准备	(81)
分娩的先兆	(84)
分娩的过程	(85)
如何配合分娩	(86)
常见的异常分娩	(87)
剖腹产的选择	(87)
双胎分娩注意事项	(88)
异常分娩的紧急处理	(88)
产后保健	(91)
产褥期的身体变化	(93)
产褥期的生活要点	(96)
产褥期常见病的防治与调养	(101)
产褥期保健操	(107)
科学育儿	(111)
母乳喂养	(113)
新生儿保健	(117)
婴儿抚触	(128)
1~3岁婴幼儿的生理特点及易患的疾病	(130)
1~3岁婴幼儿的喂养	(139)
1~3岁婴幼儿的发育评价	(142)
1~3岁婴幼儿的性格发育	(144)
1~3岁婴幼儿的教养原则	(145)
1~3岁婴幼儿的体格锻炼	(146)
谈谈预防接种	(147)

孕前准备

- 什么时候做父母
- 在妊娠和分娩中丈夫扮演的角色
- 怀孕的基本生理条件
- 婴儿性别的决定因素
- 遗传病咨询
- 哪些情况不宜怀孕
- 孕期应做哪些检查





· 什么时候做父母 ·

如果夫妇双方身体健康,又计划在孕前戒除烟酒,停药避孕药3~6个月,那么,就可以把受孕时机的选择提到议事日程上来了。

一般地说,只要上述几项基本条件可以达到,又能在孕前孕后注意从优生角度调剂生活,是有希望生一个健康的后代的,受孕时机也就并不显得那么重要,但是,从生育有全过程和我国绝大多数地区的物候状况来考虑,如能适当加以选择,也确乎在一定程度上可以影响生育的质量。

现在,大多认为在我国以4月份受孕最为有利:其理由是:

1. 4月受孕正值春意盎然的时节,精卵细胞亦最是充满生机活力。斜射的春阳可减少对地球的高能离子辐射,这将有利于精卵细胞保持理想的活性及胚胎的健康发育。

2. 受孕后的3~4个月是胎儿大脑和神经系统形成时期,而这时正又是秋季来临、瓜果、蔬菜大量上市的时期,可以很好地满足母子的营养需求。

3. 4月份受孕,避开了冬末春初病毒性疾病的高发季节,这对于防止胎儿畸形悲剧的发生大有好处。

人们还认为:由于每月14~16日月球引力对地球的影响最大,以致影响人的心绪及生理状态(影响精卵细胞的发育质量),因此,最好避开这几天受孕。另外,在雷电交加时,由于会产生强烈的X射线,甚至由此可导致生殖细胞染色体的变化,故使妊娠忌食反应比较强烈。

另外,谈到孕前营养,习惯上多从物质营养出发,这不免失之偏颇。从完整的科学意义上来说,还应该包括精神营养在内。准备妊娠的妇女不妨多阅读一些有关优生、优育以及母职的科学读物和文艺作品,使精神追求上进入类似于充满创造激情的状态,如果未来的父亲也能如此,那么,优生的内涵和保证的手段就附着更浓重的现代生存智慧的色彩了。



· 在妊娠和分娩中丈夫扮演的角色 ·

男性在计划生育、生殖保健工作中有着重要的作用,应与妇女分享和承担同等的权利和

义务。提倡男性参与是为了促进男女平等,使男性的计划生育、抚育孩子和承担家务劳动等方面共同分担责任;是为了使男性更关心妇女的需求和健康并协助作好妇女的生殖保健工作,促进妇女的生殖健康。

当丈夫和妻子组成了家庭之后,夫妻双方应共同分担抚养孩子的责任。在决定要孩子的时候,双方应达成一个共识:对腹中的胎儿具有平等的责任,夫妻双方应商定好各自的角色,给孩子提供一个愉快稳定的环境。

每个丈夫在孩子出生等生活基本问题上都需要扮演一个积极的角色,要感到自己也在做贡献,甚至为能与妻子一同做某些事而感到兴奋。虽然妻子怀孕以后丈夫常要面对更艰难一些的工作,投入许多的责任和时间,但这同时也带来不可估量的快乐、满足和幸福。妻子常常希望从丈夫那里得到勇气和支持,特别在分娩时,丈夫陪伴会让妻子增加信心和安慰。父亲的角色不是从孩子出生那一天才开始,从准备怀孕到一个新的生命从腹内诞生之日起,妻子开始向母亲转变,丈夫应及时进入做父亲的角色。



妊娠、分娩是夫妇共同的事业。“家务和育儿是女人的事”,这是从前的说法。如今,职业妇女在不断增加,妻子同丈夫享有同样的社会地位和社会职责,育儿已成为夫妇共同的事业。

男性与女性不同,自己的身体并不发生变化,很难产生实感,但丈夫的坚强、聪明与关爱在妻子日益脆弱的时候显得非常重要,因为此时在女人与孕妇的眼中“爱”是一个整体,希望了解丈夫的感受与设想,希望与丈夫一起参与、分享怀孕这人生历程中的特殊阶段。所以,当胎儿在妻子的腹中孕育生长的时候,当妻子的行动越来越不方便的时候,也正是丈夫也会在为人父母中感受到无与伦比的人间亲情,及这份亲情所带来的快乐。丈夫也会在这个过程中逐渐成熟。付出与收获同步。

具体来说:

在新婚期,丈夫应了解此时新的家庭刚刚建立,需要做很多事,也需要互相适应,不宜马上要孩子。丈夫应与妻子商量,计划短期避孕,主动使用避孕套或采用其他方法。

妻子18岁以前和35岁以后怀孕会增加母亲和婴儿的危险,多次怀孕不利于妻子的健康,若妻子做了人工流产,至少应间隔6个月以后再怀孕。

夫妇一方患有生殖道感染,双方都应到医院检查、治疗,治愈后方可怀孕;患有严重疾病,如肝炎活动期、严重心脏病、肾病、高血压、糖尿病,要积极采取措施避免怀孕。

另外,烟草、药物、X线、酒精对妊娠会造成危害,甚至会影响后代的智商,夫妇双方在受孕前要避免接触,特别是丈夫要戒烟、戒酒。

在决定要孩子前,夫妇双方还要注意身体,保持良好的健康状况,多吃富含营养的食物,适当锻炼等,丈夫应加倍关心、体贴妻子,要多注意夫妻双方感情的协调。

· 怀孕的基本生理条件 ·

1. 发育正常的生殖系统

怀孕、生育是女性特有的生理功能,生一个健康、聪明的小宝宝是每个家庭以及社会都关注的问题,在胎儿的孕育过程中女性担任着尤其重要的角色。已婚妇女若要妊娠,首先要具备正常发育的生殖器官。

女性生殖器官分为内生殖器官和外生殖器官。外生殖器包括阴阜、大小阴唇、阴蒂、阴道前庭等。内生殖器官包括阴道、子宫、输卵管及卵巢。后两者常被称为附件。

(1) 外生殖器:

阴阜:小腹下面耻骨联合前的隆起部分,青春期皮上开始长有阴毛,分布呈尖端向下的三角形。

大阴唇:为两股内侧的一对皮肤皱襞,上起阴阜,下至会阴,其外侧亦有阴毛。

小阴唇:是位于大阴唇内侧一对狭长的薄皱襞,表面湿润,内侧面呈淡红色,无阴毛,皮内富于神经末梢,极为敏锐,是性感觉最强部位,性冲动时能勃起。

阴蒂:位于两侧小阴唇之间的顶端,类似男性的阴茎海绵体组织,阴蒂头有丰富的神经末梢,极为敏锐,是性感觉最强的部位,性冲动时能勃起。

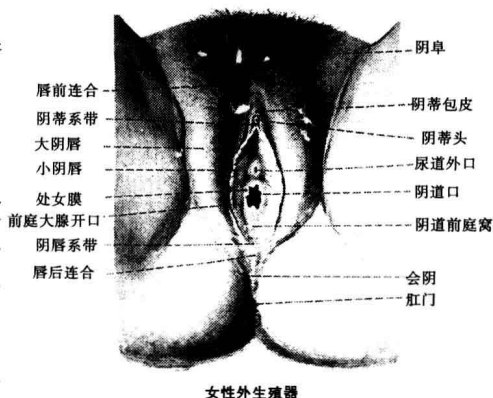
阴道前庭:为两侧小阴唇之间的菱形区,前界是阴蒂,两侧为小阴唇的内侧面,后面以阴唇系带为界。在此区域内,前有尿道口,后有阴道口。

阴道口及处女膜:阴道口位于尿道口下方,其形状、大小常不规则。阴道口覆盖有一层薄膜,称处女膜,膜中央有一小孔,孔的形态、大小及膜的厚薄因人而异,初次性交时,处女膜往往破裂,但不一定每人初次性交必有出血,分娩时处女膜进一步破损,产后残留数个小隆起状的处女膜痕。

(2) 内生殖器:

阴道:位于子宫与外阴之间,上端包绕子宫颈,下端开口于阴道前庭,全长约 10 厘米,阴道通常处于闭合状态,即阴道前后壁互相贴近。阴道内环绕宫颈周围的部分称为穹窿,可分为前、后、左、右 4 个部分,后穹窿较深,其顶端与子宫直肠凹贴近,是盆腔最低的部位,平躺时阴道后穹窿位置最低,是性交时贮藏精液的地方,也是诊断某些疾病的途径,如为了明确腹腔内是否有积液或积血,常通过后穹窿进行穿刺。阴道壁粘膜有很多横纹皱襞,覆盖有弹性纤维,故阴道有很大的弹性。

阴道的主要功能:是性交的器官,也是月经血外流与胎儿娩出的通道。

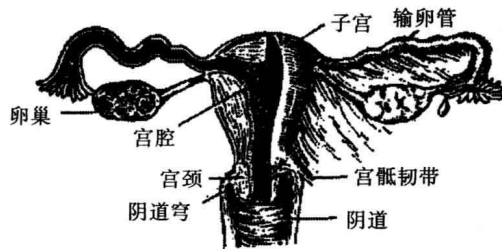


子宫:呈倒置扁梨状,鸡蛋大小,分为子宫底、子宫体及子宫颈三个部分。输卵管开口于两侧子宫角部,子宫颈向下开口于阴道。子宫借助主韧带、骶韧带、阔韧带、圆韧带固定于盆腔。子宫内覆以粘膜,称子宫内膜。从青春期到更年期,子宫内膜受卵巢激素的影响,呈周期性改变并出现月经。

子宫的功能:①产生月经;②性交后,子宫为精子到达输卵管的通道;③受孕后,子宫为孕育胎儿的场所;④分娩时子宫收缩,是将胎儿及其附属物娩出的主要动力。

输卵管:为细长而弯曲的管道,左右各一,其内侧与子宫角相连通,外侧端开口于腹腔,呈漏斗状,长约8~14厘米。

输卵管的功能:①拾取卵子,输送受精卵。当卵巢排出卵子后,能被输卵管伞端捕获,通过输卵管蠕动及管内纤毛的运动,将卵子运往子宫方向。②除了是精子、卵子的通道外,也是精子和卵子结合的地方。进入子宫到输卵管的精子,在输卵管壶腹部(输卵管较粗的部位)与被拾取的卵子结合,之后受精卵在输卵管内一边进行分裂,一边被推向子宫。



卵巢:为女性生殖腺,左右各一,呈灰白色扁平椭圆体,约 $4 \times 3 \times 1$ 立方厘米大小,青春期前,卵巢表面光滑,开始排卵后,表面逐渐不平,绝经期后,逐渐萎缩。

卵巢的功能:①生殖功能,即周期性地产生卵子和排出卵子;②内分泌功能,即周期性分泌女性激素。

周期性的月经来潮是排卵的外在表现形式,一般月经周期为30天左右,提前或错后7天内都属正常范围。卵巢分泌的性激素可促进生殖器官的发育和女性第二性征如乳房的发育,以及维持性机能和生育功能。

2. 规律性的排卵

妇女的生殖功能在胎儿期已奠定了基础。一个女孩生下来时其卵巢内约有10~50万个未发育的卵泡,生理学上叫做“始基卵泡”。这些始基卵泡在妇女的一生中,无时不有成批的生长,但99%以上都在开始发育不久后衰老退化了,只有400~500个能随着妇女年岁的增长而发育成熟。而这些成熟的卵细胞中只有更少的几个能受精种植发育成胎。但是卵巢为了繁衍后代这一重要任务不懈地反复地进行准备,即每月规律性地排卵。排卵可在两侧卵巢轮流发生或持续多见于某一侧。

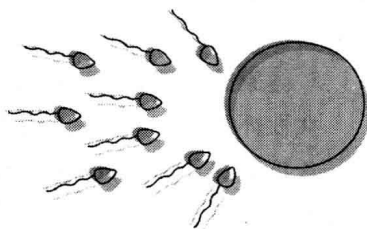
妇女一般每28天排卵一次,也就是说在月经的第14天左右排卵,如月经期不是28天,有缩短或延长,则排卵期约在下次月经前的14天左右,所以如果不能确定下次月经的来潮日期,排卵的时间是很难准确计算的,这也是“安全期”避孕并不安全的道理。此外排卵受下丘脑垂体内分泌活动的影响,因此排卵受精神刺激、情绪变化、外界环境、健康状况等多种因素的影响。新婚夫妇,分娩及流产后或哺乳期的妇女,或长期服用避孕药及紧急避孕药的妇女,停药后排卵都有可能受到影响。

3. 正常的精液

精子和卵子的结合,标志着父母双亲不同的遗传性物质结合成一个新个体,因此男性正常的精液在卵子受精和繁衍后代过程中起着非常重要的作用。

精液是由精子和精浆两部分组成。精子由睾丸产生,在附睾内发育成熟,再经过输精管、射精管,由尿道排出。精浆是由附睾、前列腺、精囊、尿道球腺和尿道旁腺的分泌液组成。它的主要作用是输送精子、营养精子和激发精子的活动力,精浆的主要成分是粘液和水,约占精液的90%以上,精子和其他细胞约占10%左右。

正常的精液为浅黄呈灰白胶冻样,粘稠,弱碱性,约经10分钟,可变成稀水状。正常情况下,一次排出的精液量约为2~6毫升,每毫升精子数为2000万~4亿个,少于2000万个精子不易使卵子受精。正常形态的精子应占70~80%,存活率在70%以上。精液在离体后半小时内应液化完全,在液化中精子才能充分发挥活动能力,依靠其尾部的摆动和沿纵轴的旋转向前运动。



若精液量少,精子数低,精子畸形率高,液化时间延长等都会影响正常受孕。若在女性排卵前期有性生活,子宫颈粘液接受精子的能力最强,几分钟内即在粘液中出现,这时在性交后用冲洗方法避孕是毫无意义的,必须采用性交前的避孕措施。几千万个精子只有几千个通过宫颈进入宫腔,到达输卵管端的只有几百个,其中只有一个使卵子受精。

男性若做精液检查,应当在采取精液的3~7天禁止性生活,并在取精液后2小时内送化验室。

4. 适宜的年龄

适宜的生育年龄对于优生优育非常重要。一般来讲女性最佳的分娩年龄为25~30岁左右。



这个时期女性骨骼系统发育完善,身心发育也都已成熟,腹部肌肉发达有力,骨盆韧带处于最佳状态,同时这一阶段的男女青年,工作环境已基本稳定,或者已有一定的社会经验及社会竞争能力,能够有精力和能力孕育后代。

近年来青少年妊娠问题引起医学、心理学等社会各界人士的关注,青少年妊娠问题也越来越引起人们的担忧。若年龄不足20岁即孕育,身体还未完全发育成熟,年轻的身体不足以负担孕育的重担,易在妊娠期患高血压、心脏病、肾病、子痫等,分娩时易大出血,不仅影响母亲的健康,胎儿的发育也受影响,有资料报道,15岁以下少女死于妊娠并发症的死亡率为60%,高于各年龄组的妇女,为20~24岁妇女的2.5倍。少年女性妊娠处于贫血、妊高征、阴道感染等的危险之中,其所产的婴儿中有较多低出生体重儿和较高的围产儿死亡率,17岁以下少女的婴儿产后死亡率为年龄较大妇女新生儿的2倍,较正常孕育年

龄孕妇所生婴儿的死亡率明显增高。此外,年龄过小,也不宜于胎儿产后的哺养和教育。

国际上一般将妇女在 35 岁以上妊娠定为高龄妊娠。随着年龄的增长,卵细胞逐渐老化,受不良环境污染的时间和机会都多,加之高龄初产妇的子宫颈和阴道弹性较差,骨盆关节松弛性也差,子宫收缩力弱,分娩时间延长,因此,高龄产妇的畸形儿率增多,在孕期或分娩中发生异常的机会较高,易出现妊高征、糖尿病等合并症,流产、早产、难产率较高,妊娠晚期大出血的发生率也高。有资料表明,高龄产妇的死亡率较年轻产妇增加几倍,围产儿死亡率亦明显增加。

5. 健康的生理及心理状态

女性怀孕是一个复杂的生理过程,从以上我们所提到的问题中可见,女性妊娠分娩必须要具备正常发育的生殖系统,正常的卵巢功能,健康的精子,适宜的生育年龄,良好的阴道内环境和良好的子宫内膜环境,同时生殖道必须通畅,输卵管通畅,若输卵管不通或通而不畅,不但造成不孕症,同时有患宫外孕的危险,所以患有附件炎的女性孕前一定要积极治疗,孕后要及时监护,同时要保持良好的生活习惯,注意阴道卫生。

育龄期妇女除了健康的生理状态,还要具有健康的心理状态,不健康的心理状态对孕妇及胎儿皆有不良影响。妊娠期妇女的紧张与焦虑情绪可通过中枢神经系统及内分泌系统影响孕妇的生理改变及激素水平,导致流产、早产、妊娠剧吐、产力异常、乳汁分泌障碍等,或者可造成胎位不正,畸形儿或胎儿营养不良。目前人类健康的标准是躯体健康、心理健康及社会适应良好,亦即生物——心理——社会医学模式,心理应激与妇产科疾病的关系及防治措施早已被关注。随着医学科学的发展,妊娠妇女的心理监护与社会支持被逐渐重视,因为目前已认识到妊娠妇女心理改变的发生是有其特定的生物学与社会心理学基础的。因此育龄期妇女要正确认识妊娠,保持良好的心态,家庭和社会要给予积极的帮助,使孕妇顺利度过妊娠期,产育健康的小宝宝。

· 婴儿性别的决定因素 ·

随着社会的发展,人们的思想观念在不断地进步,特别是在大、中城市,对于生男生女已不像过去那么看重,现在人们则更重视孩子的质量。虽然孩子在母亲宫腔中发育、生长,并最终由母亲生产,但生男生女决定于男方含 X 还是含 Y 的性染色体精子与卵子的结合,因此生男生女只是一个机遇问题。

人体的每个细胞内都有含相等数目的染色体 23 对,其中一对为性染色体,用来决定人类的性别。性染色体有两种,一种为 X 染色体,另一种为 Y 染色体。男性的性染色体为 XY,女性的性染色体为 XX。但是精子与卵子不同于身体的其他细胞,作为人类繁衍后代的使者,精子与卵子只有 23 条而不是 23 对染色体,女性的卵细胞为 22 条常染色体和 1 条 X

性染色体,男性的精子有两种,一种为 22 条常染色体和 1 条 X 性染色体,另一种为 22 条常染色体和 1 条 Y 性染色体,若卵子与含 X 性染色体的精子结合,胎儿则是男性,若与含 Y 性染色体的精子结合,胎儿则是女性。即:

X 精子 + X 卵子 → 女孩 (XX)

Y 精子 + X 卵子 → 男孩 (XY)

有意思的是生男生女的比例几乎是一种天然的平衡,如果性别的比例被破坏了,不仅会引发社会问题,有些和性别有关的遗传性疾病也会增加。虽然人们不再十分重视生男生女,但是对于一些与性别有关的遗传性疾病人们却渴望能通过自由选择性别而避免,如血友病、色盲等。X 与 Y 两种精子还是有差别的,随着医学生物技术的发展,有可能将两者分离,特别是试管婴儿技术的发展,与遗传病有关的性别还是有望进行选择的。



亲子之间血型遗传关系

父母血型	子女可能血型	子女不可能血型
A × A	A, O	B, AB
A × O	A, O	B, AB
父母血型	子女可能血型	子女不可能血型
A × B	A, B, AB, O	-
A × AB	A, B, AB,	O
B × B	B, O	A, AB
B × O	B, O	A, AB
B × AB	A, B, AB	O
AB × O	A, B	AB, O
AB × AB	A, B, AB	O
O × O	O	A, B, AB

· 遗传病咨询 ·

1. 什么叫遗传咨询

遗传咨询是指医务人员应用现代遗传和现代医学理论、技术,以咨询或商谈的形式与遗传病患者及其家属进行有关的谈论,并给予咨询者以婚姻、生育、防治、预后等方面的医学指

导。

遗传病是一种常见病、多发病,而且有不少类型病情严重,造成终身残疾,不仅给患者带来终身痛苦,也给家庭和社会造成沉重的负担。目前我国各种遗传病个体超过几千万,给家庭带来了无穷的烦恼,所以积极进行遗传咨询,对遗传病发生的危险率进行预测,采取预防措施,减少遗传病患儿的出生,降低遗传病的发生率对于家庭、社会乃至人类是非常重要的。



2. 什么叫遗传病

人类的繁衍是由父母的生殖细胞,即精子和卵子结合、发育、分化而成。精子和卵子的细胞核中各含有 23 条染色体,受精卵的 23 对染色体一半来自精子,一半来自卵子,携带着父母双方的遗传物质,形成一个新个体,一代一代传下去,永无止境。所谓遗传病是指其疾病的发生需要一定的遗传基础,即通过遗传而得的病。因此遗传病往往有先天性、家族性。

目前人类遗传疾病已达 4000 多种,而且新发现的遗传病每年平均增加 100 种左右。从医学遗传学的角度,可将遗传病分为三大类。(1)单基因病:某些疾病的遗传主要受一对基因所控制,这类疾病叫单基因遗传病。(2)多基因病:一些遗传性状或遗传病的遗传基础不是一对基因,而是受多对基因控制,多对基因累加起来形成明显表型效应。在多基因遗传病中许多作用微小但有累积效应的致病基因构成了某种病的遗传因素。这类疾病由遗传因素和环境影响共同作用而决定一个人是否易患某种疾病。(3)染色体病:由染色体数目和结构异常引起的疾病叫染色体病。目前已认识到的染色体疾病有 350 多种。染色体异常携带者的异常染色体是造成孕后流产、死胎、新生儿死亡及先天性畸形的重要原因。

各种主要畸形及发生时间

畸形表现	受精后周数
心脏异位、脐突出、缺肢、并腿畸形	第 3 周
缺肢、脐突出、气管食道瘘、脊柱裂	第 4 周
脊柱裂、白内障、气管食道瘘、颜面裂	第 5 周
先天性心脏病、白内障、兔唇、无下唇、腕踝脱离	第 6 周
先天性心脏病、短头、内眦皮赘、鼻骨脱落	第 8 周

3. 哪些人更应该进行遗传咨询或产前诊断

随着科学技术的发展,一些遗传性疾病在产前就有可能做出诊断,为及时采取治疗措施

及预防措施提供条件。因此对于一定的人群积极进行遗传咨询或产前诊断,能够有效地减少遗传病的发生。

以下人群应当进行产前诊断:

- (1) 35 岁以上的孕妇。
- (2) 曾生育过畸形儿的孕妇。
- (3) 夫妻双方有一方曾检查出有染色体异常者。
- (4) 夫妻双方的家庭成员中有患遗传疾病的。
- (5) 患有血液系统恶性肿瘤的孕妇。
- (6) 具有二次以上原因不明就流产的孕妇。
- (7) 有性发育异常的孕妇。
- (8) 因使用促排卵药而怀孕的孕妇。
- (9) 怀孕早期有病毒感染如感染风疹、流感等。
- (10) 发现胎儿有生长迟缓现象的孕妇。
- (11) 孕早期曾用有致畸、致癌等作用的药物、接触放射线、同位素等的孕妇。



4. 目前产前诊断有哪些方法

因为遗传病的发生是要通过遗传基础按一定的方式传于后代的,因此遗传病往往有先天性、家族性等特点。这样医生就可以依据群体调查、系谱分析、家族聚集现象、血缘亲属发病率、异常症状、实验室检查等进行答疑。同时医生还要帮助你分析致病基因是由新突变产生的,还是由上代遗传而致的。

医生如果想要知道你的胎儿在子宫里有无生长、发育方面的异常,一般可以通过三种方法进行检查。一是直接用穿刺针通过腹部进入子宫,取羊水或者胎儿身上的标本,二是对孕妇抽血检查或尿检查,三是通过超声检查、羊膜镜等。目前更新的诊断技术胚胎镜



检查已被有些医家应用,这项技术可以在刚怀孕 5 周就应用于检查胎儿有无异常。同时,随着国际化研究人类基因的快速发展,应用细胞以及基因治疗胎儿疾病将会在不久的将来得以实现。

5. 什么情况下需要进行羊水穿刺

羊膜腔穿刺抽取羊水,主要针对 35 岁以上的孕妇,以前生过有出生缺陷儿的孕妇,家族中有出生缺陷的孕妇,孕妇本人或丈夫是出生缺陷者。通过对羊水细胞的培养,可以测定胎儿染色体的数目和结构有无异常。例如,第 21 条染色体多了一个,这种胎儿出生后常表现为痴呆,称为先天愚型儿。若能早发现,需尽早引产,还可以测定羊水中的酶,以此诊断某些缺陷疾病。此外,假若胎儿是无脑儿,开放性脊柱裂时,胎儿的脊柱液就会不断漏入羊水中,

使羊水甲种胎儿球蛋白含量升高,这时通过测定羊水水中的甲胎蛋白可以筛查开放性神经管畸形。

一般羊膜腔穿刺在孕 16~20 周进行,这时的羊水量大约是 200~400 毫升,抽取 20 毫升左右以继续妊娠影响不大。由于羊水域宽,不容易伤及胎儿,况且穿刺前都要须知 B 超做胎盘定位及胎儿检查,况且不会有做什么危险。目前,这种技术已在国内外有条件的医院开展应用了。

6. 如何预防遗传病

虽然遗传病的基因治疗已露出曙光,但目前为止对许多遗传疾病还是没有很好的治疗方法,因此预防遗传病的发生是十分重要的。我们可以通过以下途径或措施对遗传病进行一定的预防:

(1)实行优生保护法:凡是确定能导致或有很大可能导致其后代发生先天性疾病的,均应避免生育。

(2)避免近亲结婚。

(3)生育年龄女性不宜超过 35 岁,男性不宜超过 45 岁。

(4)积极进行遗传咨询,有危险因素者积极进行产前诊断。

(5)做好孕期保健,避免胚胎受有害因素的损伤。

(6)戒除烟酒、吸毒等不良嗜好。

(7)发现胎儿有遗传病及时中止妊娠,做流产,防止有严重疾病的胎儿出生。

· 哪些情况不宜怀孕 ·

首先近亲结婚、患有严重遗传病的夫妻不宜生育。随着优生优育科普知识的普及,人们对于这一点已有一定的认识。无数事实可以证实,这类夫妇所生育的子女死亡率高,并常常出现先天畸形等的遗传性疾病。

各种心脏、肝脏、肾脏疾病的急性期,慢性肾炎伴有肾功能减退,心脏功能不良,糖尿病伴有动脉硬化等的患者最好不要妊娠,因为妊娠后会增加孕妇的心脏、肝脏、肾脏等负担,不仅影响胎儿发育,更重要的是会使原有的疾病加重,甚至威胁孕妇的生命。较轻的心脏病、糖尿病、早期高血压、继发贫血等患者怀孕后,要严格地进行监护,在医生的指导下度过孕期,才可能有良好的结局。所以,凡是患有慢性疾病的妇女,应先向医生咨询,然后再决定是否妊娠。

处于肺结核开放期的患者不宜怀孕,一是怀孕会增加患者的负担,二是所用抗结核药对胎儿有影响。曾患结核,现已痊愈的妇女,怀孕后一定要注意孕期保健,定期进行产科检查及内科检查,积极接受医生的监护及治疗。