



圣龙天使育儿全书





圣龙天使育儿全书



科学技术文献出版社
Scientific and Technical Documents Publishing House

图书在版编目(CIP)数据

圣龙天使育儿全书 / 刘纪平主编. —北京: 科学技术文献出版社, 2002. 1

ISBN 7-5023-3861-6

I. 圣… II. 刘… III. ①妊娠期—妇幼保健②婴幼儿—哺育③学前儿童—妇幼保健 IV. R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 052157 号

出 版 者: 科学技术文献出版社

地 址: 北京市复兴路 15 号(中央电视台西侧)/100038

图书编务部电话: (010)68514027, (010)68537104 (传真)

图书发行部电话: (010)68514035 (传真), (010)68514009

网 址: <http://www.stdph.com>

E-mail: stdph@istic.ac.cn; stdph@public.sti.ac.cn

策 划: 郝艳芳

摄 影: 沙鸿涛 吕宗然

助 理: 张连英 周 佳 张 莉

绘 图: 关晓红 杨 仓

责 任 编 辑: 苏鸿飞 李 洁 李 鹏

张金水 张述庆

责 任 校 对: 李正德

责 任 出 版: 刘金来

装 帧 设 计: 敬人设计工作室

吕敬人 + 德浩 + 陈静 + 牛明瑕 + 余璞

发 行 者: 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销

印 刷 者: 深圳市佳信达印务有限公司

版 (印) 次: 2002 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

开 本: 889 × 1194 16 开

字 数: 380 千

图 片: 1200 张

印 张: 27.5

印 数: 1 ~ 10000 册

定 价: 268.00 元

版权所有 违法必究

购买本社图书, 凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者, 本社发行部负责调换。

目录

第一部分 孕期保健知识



妊娠前的准备

- 1 了解我们的身体 7
- 2 健康准备 11
- 3 心理准备 16
- 4 在妊娠和分娩中丈夫扮演的角色 17



孕期保健

- 1 孕早期 (1~3 孕月) 21
- 2 孕中期 (4~7 孕月) 41
- 3 孕晚期 (8~10 孕月) 69



分娩

- 1 分娩前的准备 87
- 2 分娩的总过程 90
- 附录：常用的助产方法 103

第二部分 育儿保健知识



0~12 个月的婴儿

- | | | |
|---|-------------|-----|
| 1 | 新生儿(出生~28天) | 109 |
| 2 | 1~3 个月的婴儿 | 161 |
| 3 | 4~6 个月的婴儿 | 201 |
| 4 | 7~9 个月的婴儿 | 233 |
| 5 | 10~12 个月的婴儿 | 249 |



1~3 岁的幼儿

- | | | |
|---|------------|-----|
| 1 | 1~1.5 岁的幼儿 | 269 |
| 2 | 1.5~2 岁的幼儿 | 295 |
| 3 | 2~3 岁的幼儿 | 315 |



3~7 岁的儿童

- | | | |
|---|----------|-----|
| 1 | 3~4 岁的儿童 | 345 |
| 2 | 4~5 岁的儿童 | 371 |
| 3 | 5~6 岁的儿童 | 389 |
| 4 | 6~7 岁的儿童 | 411 |

附 表

- | | |
|--------------------------------|-----|
| 九市城区 7 岁以下男童体格发育的衡量数字 (1995 年) | 432 |
| 九市城区 7 岁以下女童体格发育的衡量数字 (1995 年) | 433 |



圣龙天使育儿全书



科学技术文献出版社
Scientific and Technical Documents Publishing House

编 著 者 名 单

主 编
刘纪平

副主编
丁 辉

作 者

孕期保健知识部分

游 川 段 薇 王 琪
刘友丽 丁 辉 吴连方

育儿保健知识部分

刘纪平 张 峰
林小军 刘春阳

序一

儿童是祖国的花朵。基于我国计划生育的国策，大多数家庭只有一个孩子。如何使孩子健康成长不仅是父母的希望，也是祖国兴旺发达的要求。因此，普及婴幼儿卫生保健常识正成为我国儿科保健工作者的重要任务。

本书是由北京儿童医院和妇女保健所的妇幼保健专家，根据其多年来的工作经验，结合最新保健理论编写的一部育儿全书，内容包括孕期保健知识及从婴儿出生至学龄前期保健知识，是一本对孩子父母和基层保健工作人员非常有益的科普读物。

新生儿期、婴幼儿期和学龄前期是人生的基础阶段。其特点是孩子生长发育快，但各器官和功能尚不成熟，做好此阶段的保健工作对以后孩子的健康成长将起到重要的作用。随着时代的进步，社会经济不断发展，孩子生存条件不断改变，人们养育孩子的观念也在不断更新，这些均为推动儿童保健学飞速发展的动力。在现代的儿童保健学中，宝宝健康是指身心健康和良好的社会适应性；仅仅身高、体重达标，不生病的健康观早已过时。因此，要连续实施孕前准备、孕期保健、儿童保健，在宝宝出生后要从生理、保健、护理、营养、心理、早期教育等各个方面去养育他，以使他全面地健康地成长，将他培养成真正的高素质的人才，真正实现我们托举21世纪太阳的心愿。本书对此年龄阶

段的正确喂养、护理、疾病预防等皆作了通俗易懂的论述。尤其是对孩子父母应该重视的有关孩子各年龄阶段的心理发育、体格锻炼和早期教育等皆做了具体的指导。

成功育儿的关键是持之以恒地爱孩子，把这种爱贯穿到注视孩子的眼神中、肌肤的接触中，给孩子洗澡、换尿布、哺乳中……贯穿到户外活动以及生活点点滴滴的细节中。孩子一天天长大，父母要尊重宝宝的人格，要多与孩子沟通，千万不要以工作忙为藉口，把孩子推给老人、保姆、电视机。这些观点在书中按孩子生长的不同阶段，按关键期的发展顺序均有详细的描述。这也是把育儿原理融入保健实践的一种尝试。

本书约38万字、1200幅图片，可谓图文并茂、可读性强的一本中国人自己的育儿全书。作者把对孩子的爱融入了文章中，把科学、实用、可操作的保健知识交给了孩子的家长，希望藉此能支持和帮助年轻的父母更好地养育自己的孩子，这对于促进祖国儿童健康成长将起到有益的作用。

胡 亚 美

中国工程院院士 著名儿科专家
首都医科大学附属北京儿童医院名誉院长
首都医科大学原儿科系主任 教授

序二

随着医学模式的转变,儿童保健学和儿科学共同组成了现代儿科学。儿童保健学在预防儿科疾病、减少疾病造成的损害、促进疾病治疗以及保证儿童身心健康等方面起到越来越重要的作用。为提高中华民族素质,需要全社会特别是家庭成员作出持续的努力。作为儿科医师和儿童保健医师,除担负着新生儿访视、儿童系统管理、计划免疫、传染病管理等日常工作外,更要用各种方式对家长做好有关儿童的健康教育,用生动活泼的形式,经常和家长进行交流,保证孩子的健康成长。

我们十分欣慰地看到,我院从事专业儿童保健的4名具有高级职称的儿科医师,将自己多年的保健工作经验与现代儿童保健学的科学理论相结合,用通俗生动的语言完成了这本育儿全书。这是一本能与国外同类书籍相媲美的图文并茂、科学实用的科普书,希望它能对孩子的父母有所帮助。同时,此书也可供我国广大基层的儿童保健工作者参考。

本书以儿童年龄分段,深入浅出地介绍了每一阶段儿童的保健、护理、营养、神经心理发育和早期教育的各个关键环节,同时从儿童保健的角度指导孩子父母如何定期带孩子体检、预防接种、防治常见疾病,以及孩子父母与幼教人员如何和孩子交流等。书中在每一年龄阶段之后均设计了留给家长填

写的成长记录,希望家长在这个章节中详细记录孩子的生长发育情况以及成长中难以忘怀或需铭记的重要事情,同时记录下你对他的殷切期望。这本书将成为伴随孩子成长的学步车,它将是孩子长大后你送给他的最好礼物。

随着社会经济的发展,全国许多地方达到小康水平,人们对计划生育的国策有了更深的理解,许多孩子有着很好的家庭条件,受到全家无微不至的照顾,不愁温饱;家长的知识水平普遍提高,希望了解更多的有关儿童生长发育的科学知识或主动去查找许多相关书籍,但由于缺乏专业人员指导,有时造成有的父母只会按照书本机械地带孩子,不能掌握因人而异、因地制宜及循序渐进等科学合理的育儿方法,导致孩子生长达不到预期标准。因此,在给家长提供科学育儿和现代儿童保健的观念、信息的同时,必须加强在儿童保健上的具体服务。我们也希望北京儿童医院在儿童保健的服务和研究中不断开拓进取,为提高我国儿童保健事业的水平做出新贡献。

胡 仪 吉

首都医科大学附属北京儿童医院原副院长 主任医师
首都医科大学原儿科系副主任 教授

序三

陈旧的儿科学知识只注意到疾病,而且仅仅是躯体的疾病。这是生物—医学模式。20世纪60年代儿童生长发育研究的突破性进展,使人们知道,除了生物学因素外,心理—社会因素对人类健康的影响共同决定了人类的预期寿命、健康水平和生命—生活质量。这一认识推动了生物—医学模式的转变,形成了今天的生物—心理—社会—医学模式。儿童身心健康成长需要三个方面的保护,即疾病防治、健康促进和安全保护。这些知识不仅儿科医师应当谙熟,在新的世纪中,孩子的父母也要对其有所了解。我们提倡一对夫妇只生一个孩子,积累育儿经验必须从孕前/孕期开始。冗长枯燥的教科书不适合孩子父母阅读,图文并茂、易学易懂的交流性图书正是快节奏、高压力现代社会生活条件下年轻父母争阅抢读之范本。

许多习以为常的琐事,在深刻的理论和缜密的研究指导下,可变成千金难买的秘籍:人类特有的液体—泥糊—固体食物形态链使生物进化过程产生了革命性巨变,由此研究开发出的一整套换奶期喂养技巧是促进儿童体格发育和语言—智力—能力发育的关键技术,达到了事半功倍的效果。皮肤是生物体内外环境的重要生物界面,也是物质—信息交换的界面。轻轻地一触,梦幻的手法,对儿童身心健康发育的促进,会达到罗马大帝弗雷德里克二世永远想像不到的、难以言

喻的效果。及时把当代最新研究成果应用到实践中去,取得经验后又及时编纂成书,传播给大众,这应当是此类书籍编写的初衷。

我一直认为:儿童保健工作仅仅从孩子出生后开始是很不够的,应当提前到孕前。从孕前营养准备、孕期营养监测,到哺乳期营养支持,儿科医师和妇产科医师应当紧密配合,共同提供保健服务,才能作好优生优育。在这部书中展示出的许多儿童期危险因素是完全可以在孕前和孕期中识别和剔除的。这些知识对年轻父母是必需的。儿童营养是各界关注的话题。在商业利益的驱动下,误导,乃至荒谬,可能会充斥我们生活的环境。儿科工作者的任务是给出正确、准确的知识、方法和技术,遵循“自然食物,均衡膳食”的原则去喂养儿童。以“生理途径,生理剂量”的原则,在必要时补充维生素、微量元素等营养素。这些知识也是年轻父母希望知道的。

我希望在新的世纪里,这本书的知识伴随着一代又一代新人茁壮成长。

丁 宗 一

国家级有突出贡献的专家 中华儿科学会儿童保健学组组长
首都医科大学附属北京儿童医院北京儿科研究所营养室主任
研究员 教授 博士生导师

目录

第一部分 孕期保健知识



妊娠前的准备

- 1 了解我们的身体 7
- 2 健康准备 11
- 3 心理准备 16
- 4 在妊娠和分娩中丈夫扮演的角色 17



孕期保健

- 1 孕早期 (1~3 孕月) 21
- 2 孕中期 (4~7 孕月) 41
- 3 孕晚期 (8~10 孕月) 69



分娩

- 1 分娩前的准备 87
- 2 分娩的总过程 90
- 附录：常用的助产方法 103

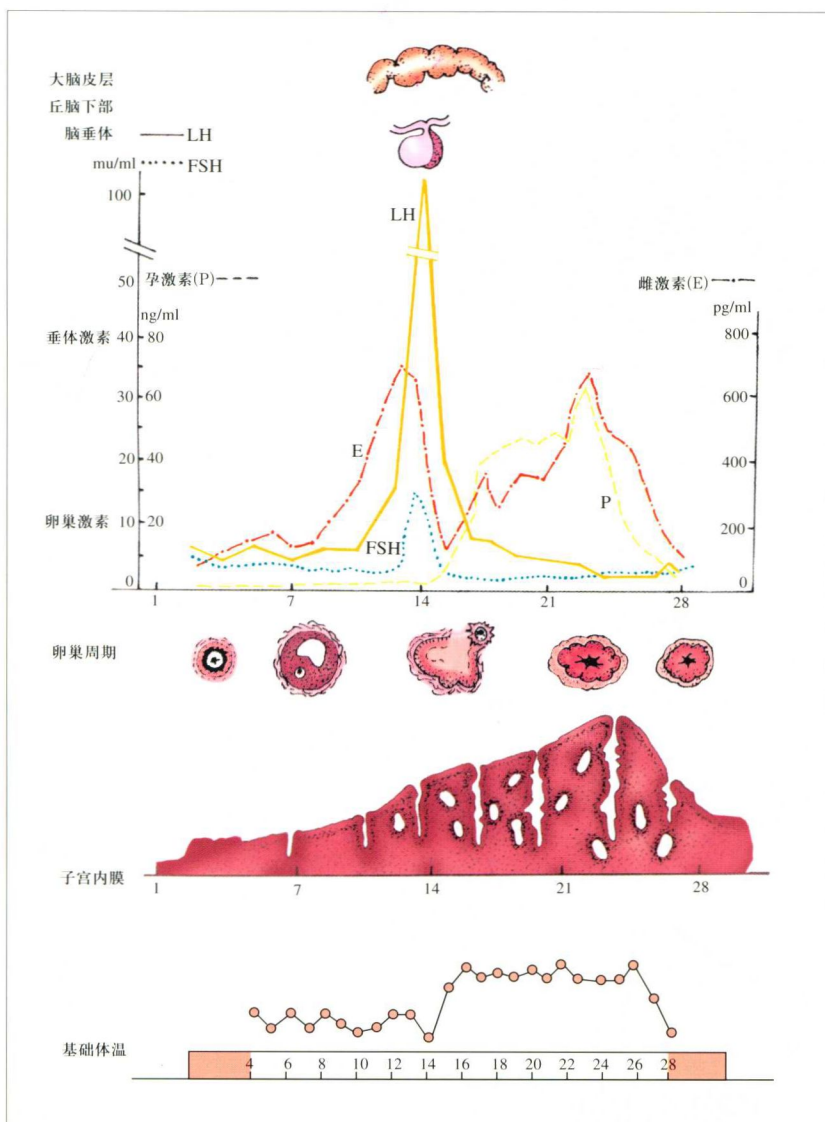
1 了解我们的身体

1 1 月经

成年女性每月一次有规律的阴道出血被称为月经，来月经是妇女成熟的标志。初潮，也就是妇女的第一次月经，大约在13岁到来，这时卵巢开始有成熟的卵子排出，同时卵巢开始周期性分泌性激素，使子宫发育，大约每个月有一个卵子成熟，如果在这个月中成熟的卵子没有机会与精子结合，就会死亡，随之引起的激素变化，使子宫内膜脱落形成月经。每次月经大约持续3~7天。月经标志着一个卵子成熟期的结束，同时又是另一个卵子进入成熟期的开始。到45岁左右，妇女进入更年期，月经变得不规律，直至绝经，排卵停止，受孕的机会也就没有了。理论上讲，在有月经的30余年里，都是有受孕机会的。

如果来月经了就说明在上一个月经周期没有受孕。在月经周期的第1天，也就是月经来潮的第1天，身体的雌激素水平处于最低点。以后随着卵泡的发育，雌激素水平逐渐增高。雌激素也刺激子宫做好一切有利于受孕的准备。在月经周期的前2周，雌激素是主导性激素。在大约第14天，雌激素迅速升高，此时卵巢中的一个成熟卵子被释放。这个卵子可以在被释放后的12~24小时内受孕，这时性交受孕的可能性最大。排卵后雌激素水平下降而孕激素水平升高，并成为主导性激素，直至下次月经开始。孕激素使子宫

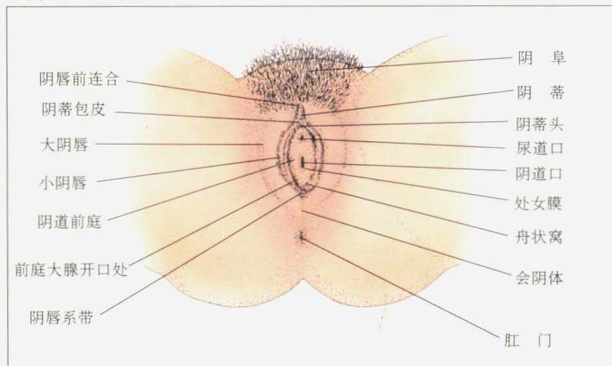
变软，更适于孕卵生长，如果卵子未能与精子结合，那么孕激素水平就会下降，月经来潮。



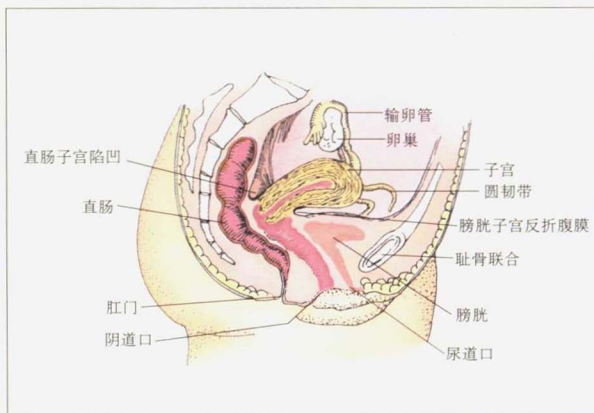
◎ 月经周期中脑垂体、卵巢、子宫内膜及基础体温的周期性变化

12 受精

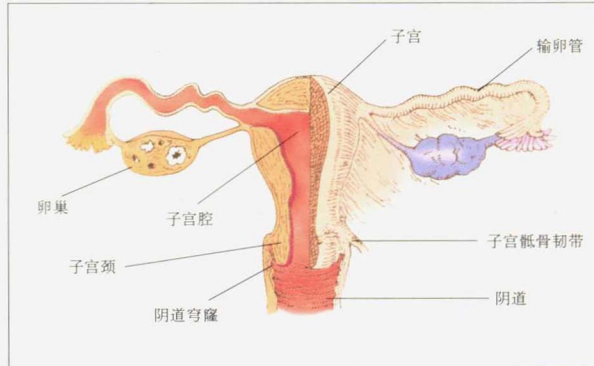
女性生殖器



◎外阴：能见到的部分

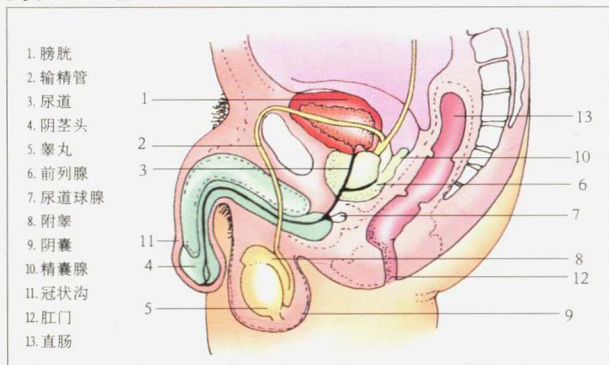


◎女性生殖器切面图

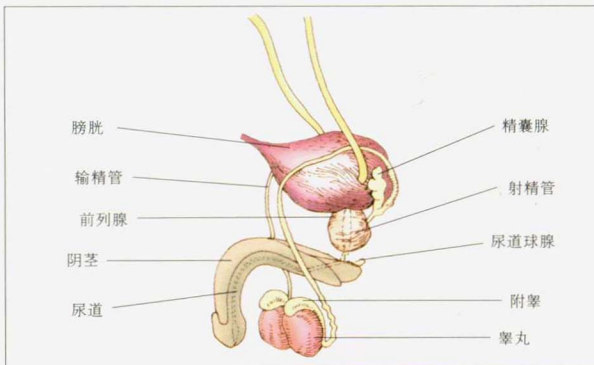


◎内生生殖器（位于盆腔）：阴道、子宫、卵巢和输卵管

男性生殖器



◎外生殖器

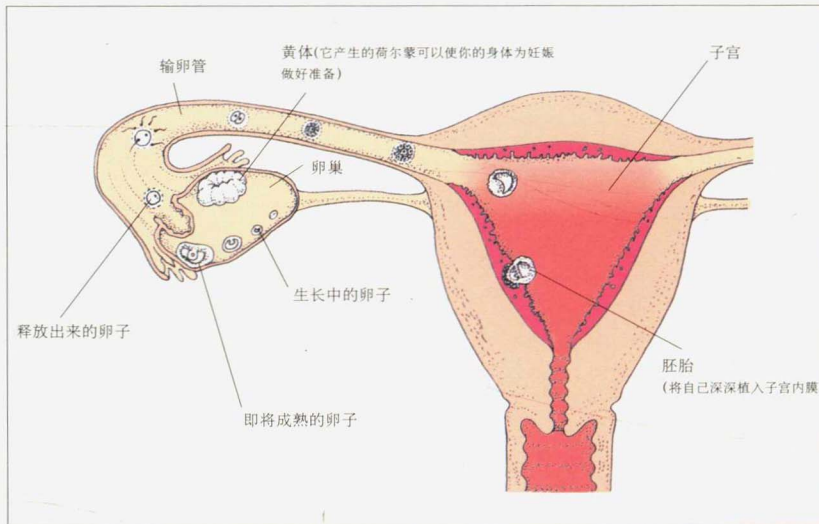


◎内生生殖器

受精的过程

正常男性每次射精大约有2亿~3亿精子排出，性交时精子射入阴道，穿过宫颈，沿着子宫腔进入输卵管等待与卵子会合，如果2~3天内没能与卵子结合，就会失去活力，很快死亡。

当一个成熟的卵子排出时，被输卵管伞捡拾到输卵管中，这个卵子缓缓地向子宫走去，恰巧有一次性交（排卵期前后1~3天），大群的精子立即把它围住，向它进攻，在穿过重重障碍到达输卵管的精子中，只有一个幸运儿能



◎受精示意图

与卵子结合，精卵细胞核相互靠近，最终相互融合，形成受精卵，一个新的生命就诞生了。它具有和父母相近，又不完全相同的遗传特征，也就在这一时刻，新生命的性别也就确定了。

1.3 受孕的机会与时机

受孕的概率

在生育年龄的夫妇，如果每周有2~3次不避孕的性交，大约有80%在1年内可以怀孕，大约10%~15%要在2年内怀孕。性交的间隔过短，比如每日均有性交，其受孕的可能性反而要小于每周2~3次性交。

一般卵子的寿命大约48小时，精子的寿命也不会超过96小时。如果要想怀孕，最好在排卵日前1~2天性交，在排卵日当日或其后的1~2天，受孕的机会可能略有减少。在其他日子性交，受孕的可能性几乎没有。

性交的体位与受孕的机会是否有关系

性交后采取头低脚高位，是否能增加受孕的机会呢？答案是否定的。采用这种姿势，会使精液流入子宫颈后面的阴道顶端部位而不是向宫颈口内游动；如果想增加受孕的机会，可以在性交后在臀部垫一个小枕头，不让精液流出，帮助精子快些游向卵子。如果您知道您是后位子宫，性交时可采用膝胸卧位，也就是男方在后的体位。

生男生女可以控制吗

在卵子受精的瞬间决定了生男生女的性别特征。性别主要取决于精子和卵子的一对性染色体的结合，精子的性染色体为XY，卵子的性染色体为XX，如果精子的X和卵子的X结合，所生子女

的性别为XX，也就是女孩；如果精子的Y和卵子的X结合，所生子女的性别为XY，也就是男孩。这种结合纯属偶然，是无法人为改变的，而且自然界男女性别的平衡也是不应人为去破坏的。不过，从研究的角度出发，做人工授精时，用容器盛的精子，用其上层的也就是较活跃的精子做人工授精，往往生男孩（这些精子被称为男孩精子）；用其下层较少运动的精子，往往生女孩。于是，就有人推测，当已经排卵时性交，卵子处于等待状态，运动快的“男孩精子”优先到达并受精，就是说，排卵后性交生男孩的概率高。有人发现，食用肉类偏多时，生女孩多；食用植物类偏多时，生男孩多；还有人发现，在越接近排卵日时性交、受孕，生男孩的机会越大；也有人说多吃酸性食物，或设法改变阴道酸碱度，使其偏碱性，生男孩的机会大。但这些都不可靠的方法，也没有科学依据。

1.4 排卵日期的测定

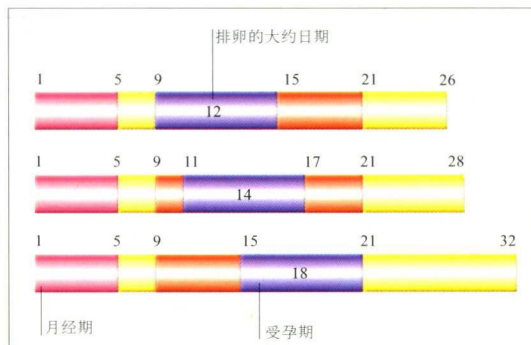
准确地测定排卵日期可有助于控制受孕。如果您想生育就在排卵日前后性交，如果您不想生育，那么就在这几天使用避孕的方法，

避免受孕（用此方法避孕并不被提倡，因为如果掌握不好，容易造成意外妊娠）。我们怎样知道自己哪一天会排卵，哪一天性交有可能受孕呢？当然你可以通过医生的特

殊检查得知，也可以通过自己身体的一些变化来推测什么时候会排卵。比如测量基础体温，观察宫颈黏液的性状、量等等。

根据月经周期

确定排卵日期可根据您的末次月经和月经周期。排卵日期大约是在下次月经来潮日前14天左右。当月经周期是28天时大约在月经中期；如月经周期是40天，那

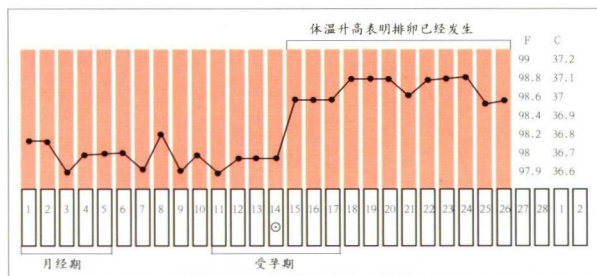


◎月经周期记录

么排卵日期大约在月经来潮日后的第26天；如果月经周期是25天，那么在月经来潮日后的第11天，就是我们算出的预期排卵日期。由于情绪、环境、身体状况不同，真正的排卵日期会随之变化，提前或错后，所以这个日期仅仅是参考日期。

根据基础体温

基础体温是指身体处于休息状态时的温度，在月经周期的前两周时，由于雌激素的存在使基础体温偏低，约在36~36.5℃，排卵后大约会升高0.4~0.6℃。体



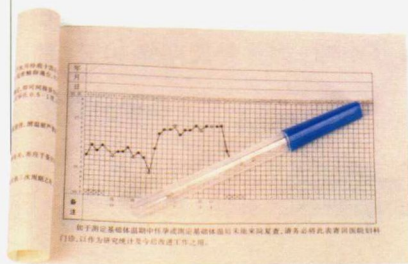
◎每日体温表

温的突然升高表明排卵发生了；月经来潮则体温下降，如体温持续不降则提示您已经怀孕了。

如何测基础体温

当您准备测基础体温时要注意

意以下几件事：第一，买一个专用的口表（医院和药店均有售）；第二，把水银柱甩到 35°C 以下放在床边小桌上（床边最容易触到的地方）；第三，找一个本子记录每日的体温，或到医院买专用记录纸；第四，测量在每日清晨进行。醒来后不要做任何事情，包括排尿、喝



饮酒过度时要记录原因。把测量的数据画在记录纸上，性交和来月经也要记录。如果因工作需要经常上夜班，此方法就不太适合了。

这张记录纸不但可以指示何时排卵，作为寻找最佳受孕时机的参考，还可以作为健康指导，使您在可能受孕的日子避免性交，起到指导避孕、计划生育的作用。

根据宫颈黏液的性状和量的变化

白带（阴道分泌物）的来源很大一部分是宫颈的黏液。宫颈的黏液的变化标志着体内激素水平的变化，它们也是子宫的卫兵。什么时候精子能够通过，什么时候不能通过，由宫颈黏液的性状决

定。当月经刚干净的几天里，阴道分泌物很少，觉得内裤很干净。渐渐地分泌物逐渐增多。当接近排卵日时，分泌物会变得像鸡蛋清一样光滑，用手指尖取一点儿，两指尖轻轻分开，可拉开很长的丝，大约可到 10 厘米，这时候宫颈口最适宜精子通过。排卵期后，宫颈黏液逐渐变得黏稠，像塞子一样堵于宫口，阻止精子进入。只有持续观察宫颈黏液的性状和量，才能得到可靠的结果。每天最好在同样的时间，如每晚洗澡时进行。注意：有很多因素可影响观察的结果，比如性交精液的存在，使用了阴道用杀精剂，服用了一些抗过敏药物，或患有阴道炎，都会影响观察的准确性。

水、穿衣等动作。先把体温表放在舌下 5 分钟，记录此时的体温为基础体温。记住，每日测量的时间要固定。当有感冒发热、睡眠不足、



2 健康准备

2.1 妊娠的最佳年龄

妇女有了月经初潮，就意味着有了成熟卵子，也就有了受孕的机会。但是女性在20岁前，身体和思想智力仍处在发育中，而超过35岁时，身体状况开始出现衰退的迹象。因此，一般来说，女性在25岁左右妊娠、分娩，无论在精力上，身体状态和精神状态以及经济上都是最适宜的，妊娠年龄最好不超过30岁。据统计，小于20岁或大于35岁的妇女妊娠，其胎儿发育不良、畸形、难产、早产、高血压等机会有明显增多。

男性的最佳生育年龄是30岁左右。

年龄大对生育有什么影响呢？

据报道高龄孕妇培养的孩子比较聪明。这和母亲自身经验多，教育孩子全面有关系。但是高龄孕妇也有很多不利因素，比如染色体的异常发生率比年轻孕妇要多，有研究显示，25~29岁的孕妇所生的孩子患先天愚型（染色体为21-三体）的概率约为1/5000；在30~34岁，约为1/900；在35~39岁，约为1/250；而在45岁以上，高达1/40。高龄孕妇还有其他一些问题，如阴道分娩的难产率增加，剖宫产率增高，妊娠高血压、产前子痫发生率及妊娠糖尿病的发病率增加等等。

当然如果孕妇本身身体健康，怀孕的风险也不会有太大增加，产前检查的次数和一般项目与年轻孕妇相同，但应在妊娠5个月左右

(23周前)做羊水穿刺，进行胎儿染色体检查，这是B超不能代替的。如有任何异常一定要及时检查。

另外，高龄孕妇的不适感觉会增加，会更容易疲劳，有时会有一种忧郁的感觉。但是，高龄母亲的成熟与稳定对孩子的教育常比年轻母亲要好。所以，应该根据以上情况，制定出生育计划。

2.2 妊娠前的健康咨询及检查

当新婚的夫妇准备要孩子时常会感到紧张，“我的身体能承受妊娠吗？”“我能怀一个正常的孩

子吗？”“我们能养得起他，并把他健康地养大吗？”

对大多数夫妇来说，这种担心是多余的。

我们国家规定，结婚前必须进行婚前检查。在婚前检查时，医生会对男女双方进行一系列询问（双方的疾病史，双方家庭的遗传病史，女方的月经史等），对其进行体格检查，生殖器官检查和必要的化验检查，以了解和诊断有无影响将来夫妻生活的疾病和有无影响后代的遗传、先天性疾病的隐患。如果夫妇双方检查结果一切正常，那就尽可以信心百倍地为新生命的到来做准备了。

不孕症

如果夫妻平时有性生活，又未避孕，结婚2年以后仍未怀孕就



是不孕症。在我国每100对夫妇中大约有1对不孕，概率很小。

如果想要孩子，又患有不孕症时，一定要接受细致的检查，找出原因。夫妻双方一定要同时接受检查，因为在不孕的原因中，有30%是丈夫的原因。

丈夫的检查包括精液检查(精子量、精子数、精子活动度及pH值)和睾丸组织检查(有无产生精子的能力)。丈夫不孕原因有：

(1)精子少、无精子：正常情况下，1毫升精液中约有1亿个精子。如果1毫升精液中没有精子或少于500万个叫无精子症或少精子症。可能的原因有：在小时候得腮腺炎的后遗症，接受过度辐射，高热性疾病(疟疾、伤寒等)，疝等的压迫和睾丸的位置异常等。

(2)精子通过受阻：输精管和尿道因某些原因狭窄或堵塞，精液流不出来导致不孕。可能的原因有：结核病、淋病和幼儿期疝的后遗症等。

(3)完全不能性交：生殖器畸形、阴茎不能勃起或者不能射精等导致不孕。

女方不孕检查项目比较多，有基础体温测定(是否有排卵)、B超(检查生殖器官有无畸形和异常)、输卵管通液术、子宫黏液检查(了解卵巢功能及排卵日期)等，此外还有阴道脱落细胞学检查、子宫内膜检查等。

女性不孕包括原发不孕和继发不孕。

原发不孕指以前没有妊娠史。可能的原因有：

(1)无排卵：表现为月经稀少或没有月经或月经不规律。可能的原因有：先天生殖器官的畸形、多卵巢巢、脑垂体疾病、单纯肥胖导致的内分泌紊乱等。只要不能排出卵子，就不能怀孕。

(2)先天生殖器官的畸形：包括先天无阴道、子宫未发育等。

(3)输卵管病变：结核性输卵

管炎导致输卵管堵塞，引起不孕。

继发不孕是指以前有过怀孕史但现在不孕的情况。许多继发不孕是发生在人工流产后或自然流产后，有可能是流产后或手术后造成输卵管发炎，最后输卵管不通畅，引起不孕，治疗也比较困难。因此，建议做好生育计划，千万不要轻易做引产或流产手术，药物流产也一样。

其他原因：

(1)子宫肌瘤：这里指的是子宫肌壁间和黏膜层生长的肌瘤，是良性瘤。可以影响受孕概率，也容易导致自然流产。浆膜下肌瘤(长在子宫表面)不影响受孕。但随孕月增加，受孕激素增加的影响，子宫肌瘤可能会增大，挤占胎儿空间，所以最好在怀孕之前先治疗。

(2)卵巢囊肿(子宫内膜异位)：影响卵巢排卵，使受孕概率下降，但有怀孕的可能性。

(3)受精卵不着床：由于黄体机能不全，孕激素分泌过少，子宫内膜发育不良，造成受精卵不着床。

(4)宫颈黏液少：在排卵期子宫颈管黏液分泌不多的人，精子很难进入子宫腔内，所以妊娠的可能性很小。

(5)精神极度紧张：精神极度紧张引起排卵抑制而导致不孕的人不在少数。这不用担心，只要放松精神，测排卵期，一般都可以怀孕。

(6)还有一些原因在医学上尚未搞清楚。

很多不孕症是可以治愈的，即使难以治愈，采用现代科学技术的方法也可帮助这些不孕症者满足心愿，比如用试管婴儿技术等。

曾经避孕对妊娠有何影响

有些夫妇由于学习、工作、家庭、经济条件等各种原因没有结婚后马上准备要孩子，而是采用各种避孕方法推迟生育。一段时间后，又准备要孩子了，那么曾经

避孕对妊娠会有何影响呢？

(1)避孕套：这是一种物理阻隔式避孕，阻止精卵细胞结合，一旦停止使用，不会对胎儿有不利影响。但如果是意外受孕，如避孕套破裂，而避孕套的外面又使用了杀精剂双重



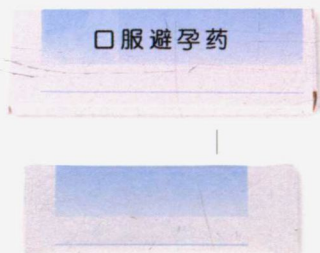
避孕时，就不能保证胎儿的安全性了。

(2)避孕环：这是一种长效避孕方法，避孕的原理主要是影响受精卵的着床。避孕环取出后即



可受孕，对胎儿没有不利影响。但应注意避孕环不是100%有效，有停经时应及早检查。其次，避孕环放置初期月经量多，时间长了容易发生附件炎症，因此尚未生育的妇女应选用其他的避孕方法。

(3)避孕药：最常用的是口服避孕药，成分是性激素。以往的口服避孕药剂量较大，且成分与人体内的激素有较大差异，一般主张停药3~6个月后再妊娠为好。现在的新型口服避孕药在成分、剂量上有很大改进，一旦停药，即可妊娠，对胎儿没有不利影响。您所使用的避孕药是哪一种，请向医生咨询。



(4)人工流产后：不论何种手术后，最好在身体恢复，月经正常后再开始下一次妊娠，一般半年