



孕育总动员丛书

孕产妇防病用药宜忌 专家忠告

李兴春 王丽茹 ◎ 主编



化学工业出版社

大众科普·医学图书出版中心

孕育总动员丛书

孕产妇防病用药宜忌 专家忠告

李兴春 王丽茹 主编



化学工业出版社

大众科普·医学图书出版中心

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

孕产妇防病用药宜忌专家忠告/李兴春, 王丽茹主编.
北京: 化学工业出版社, 2006. 6

(孕育总动员丛书)

ISBN 7-5025-8943-0

I. 孕… II. ①李…②王… III. ①产科病-防治-基本知识②产科病-用药法-基本知识 IV. ①R714②R984

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 068618 号

孕育总动员丛书

孕产妇防病用药宜忌专家忠告

李兴春 王丽茹 主编

责任编辑: 靳纯桥 邹朝阳

文字编辑: 何 芳

责任校对: 郑 捷

封面设计: 史利平

*

化学工业出版社 出版发行
大众科普·医学图书出版中心

(北京市朝阳区惠新里 3 号 邮政编码 100029)

购书咨询: (010)64982530

(010)64918013

购书传真: (010)64982630

<http://www.cip.com.cn>

*

新华书店北京发行所经销

北京云浩印刷有限责任公司印刷

三河市延风装订厂装订

开本 850mm×1168mm 1/32 印张 9 1/4 字数 213 千字

2006 年 8 月第 1 版 2006 年 8 月北京第 1 次印刷

ISBN 7-5025-8943-0

定 价: 20.00 元

版权所有 违者必究

该书如有缺页、倒页、脱页者, 本社发行部负责退换

前 言

怀孕、分娩和哺喂、养育子女是每一对夫妻生命中的主要历程，是每一个家庭幸福的基础，是家庭生活中的一件大事。生儿育女不仅是女性的事情，更需要夫妻共同参与，一起努力。为了孕育培养一个健康聪明的孩子，有的家庭更是举全家之力，爷爷、奶奶、姥姥、姥爷齐上阵。孕育是一个人类已经重复了百万年的自然生命过程，其中涉及了多方面的知识，还有很多奥秘尚未揭开。每位父母都望子成龙、望女成凤，而成龙、成凤的关键就是父母要懂得优生、优生、优教方面的知识和技巧，而这些知识和技巧正是普通父母所迫切需要了解和掌握的。在这样的背景下，我们经过长时间的调研、潜心策划、广泛的素材收集和细致的资料整理，精心撰写了《孕育总动员丛书》，特别献给每一位准备做父母和已为人父母的人。

本套丛书强调优生、优生知识的系统性，从易被人忽略的孕前准备开始，到受孕、怀孕、分娩、产后恢复的相关专业知识和全过程，更有婴幼儿的养育新知和护理技巧，还特别关注了准爸爸在优生中的作用和责任。我们并非试图将读者培养成为医生或专家，只是期望读者通过阅读本丛书，能相对全面地了解优生、优生方面的知识，从而生育一个聪明健康的宝贝。

本丛书特别注重读物的通俗性和趣味性，摒弃了沉闷传统的宣教文风，力求在轻松的语言氛围中传递优生、优生、优教的科学知识和道理，并为广大父母所接受。本套丛书在内容选

择、语言修饰、插图编排等方面都做了许多努力和尝试，期望把专业知识转化成读者喜闻乐见的形式，令读者在轻松愉悦的阅读中，了解新知识，掌握新技能。

优生、优生、优教的知识涉及方方面面，更涉及一些深奥前沿的生育知识和理念，虽然本丛书是很多专家多年经验的总结，但由于优生、优生、优教方面的科学研究和发展日新月异，新知识、新观念不断涌现，加之编写者的知识有限，本丛书不可避免地有值得商榷的地方，还请读者和专家多多指教。

编者

2006年3月

目 录

妊娠 10 个月母体特征及宜注意防病事项	1
妊娠第 1 个月 (0~3 周) 母体特征及防病宜知	2
妊娠第 2 个月 (4~7 周) 母体特征及防病宜知	2
妊娠第 3 个月 (8~11 周) 母体特征及防病宜知	5
妊娠第 4 个月 (12~15 周) 母体特征及防病宜知	8
妊娠第 5 个月 (16~19 周) 母体特征及防病宜知	9
妊娠第 6 个月 (20~23 周) 母体特征及防病宜知	11
妊娠第 7 个月 (24~27 周) 母体特征及防病宜知	12
妊娠第 8 个月 (28~31 周) 母体特征及防病宜知	13
妊娠第 9 个月 (32~35 周) 母体特征及防病宜知	14
妊娠第 10 个月 (36~40 周) 母体特征及防病宜知	17
妊娠期调理宜忌	21
妊娠呕吐的调理	22
妊娠烧心的饮食治疗	35
妊娠便秘、痔疮的防治	38
妊娠腹胀的防治	45
妊娠牙龈炎	47
妊娠下肢痉挛的防治	50
孕妇下肢静脉曲张的防治	55
妊娠水肿	59
孕妇肌肉酸痛、乏力	62
孕妇唇、舌、口角炎	65
妊娠雀斑、褐斑	69
孕妇多汗、多尿	71
妊娠防治疾病宜忌	73
宜防妊娠高血压综合征	74

患妊娠高血压综合征的孕妇宜注意的保健原则	75
孕妇宜尽早发现妊娠高血压综合征	76
妊娠高血压综合征患者宜特别注意饮食控制	76
预防妊娠高血压综合征宜注意的问题	78
妊娠心脏病宜注意的问题	79
孕妇出现心慌、气短、气喘宜如何保健	80
孕妇宜防止“仰卧综合征”的发生	81
孕妇忌感冒	81
孕妇宜注意预防感冒	82
孕妇发生感冒宜及时治疗	85
孕妇预防流感宜注意的问题	85
孕妇忌感染	86
孕妇忌患腮腺炎	88
孕妇患风疹宜终止妊娠	88
孕妇患妊娠糖尿病宜注意的问题	90
孕妇宜防止身体发胖	91
孕妇避免发胖宜注意饮食调理	92
孕妇患甲亢宜如何处理	93
孕妇患肝炎对胎儿有何影响，宜注意什么	94
孕妇患乙肝时忌继续妊娠	95
孕妇发生恶阻宜及时治疗	95
孕妇患肾盂肾炎宜注意调理饮食	96
孕妇患膀胱炎宜多吃什么食物	97
孕妇尿痛宜早期检查早治疗	98
宜预防妊娠贫血症	98
孕妇为什么宜重视胃出血	101
孕妇鼻出血宜采取的措施	102
出现腰椎间盘突出症宜及时就医	103
孕妇防治腰背痛宜采取的措施	104
孕妇手部麻木宜注意的事	104
妊娠疝气宜如何治疗	105

孕妇妊娠并发急腹症宜认真对待	106
孕妇患阑尾炎宜采取的措施	107
孕妇宜注意预防失眠	108
孕妇宜注意防止头痛	108
孕妇宜如何防治晕厥	109
癫痫孕妇宜注意的问题	110
孕妇宜防止皮肤粗糙和患皮炎	111
孕妇皮肤瘙痒宜及时治疗	111
妊娠疱疹宜采用的防治方法	113
孕妇宜如何防治妊娠纹	114
妇女忌把牙病带到孕期	115
孕妇宜防止刷牙出血	115
孕妇忌轻易拔牙	116
孕妇患干眼病宜补充维生素 A	117
孕妇中暑宜采取的措施	118
孕妇患红斑狼疮宜注意的问题	119
孕妇对某些部位疼痛宜特别注意	120
孕初来“月经”忌紧张	121
孕妇出现白带增多宜注意什么	121
宜知孕妇霉菌性阴道炎的危害	122
妊娠阴道滴虫病、阴道炎宜如何治疗	123
妊娠并发阴部湿疹宜怎样治疗	124
妊娠出现生殖器单纯疱疹宜采取的措施	125
孕妇患淋病宜怎样办	126
妊娠梅毒病对胎儿伤害严重	127
宜了解妊娠艾滋病对母婴的极大威胁	127
妊娠中患了“尖锐湿疣”宜如何治疗	128
妊娠并发子宫肌瘤、卵巢囊肿宜采取何措施	129
妊娠并发子宫癌宜如何治疗	130
孕子宫口松弛宜如何治疗	132
高危妊娠宜采取哪些措施	132

宜如何防治胎儿宫内发育迟缓	133
宫外孕宜及时采取措施	134
发生宫外孕宜采取哪些保健措施	135
发现葡萄胎宜注意的问题	135
母子血型不合宜怎么办	136
怀双胞胎宜注意防止发生意外	138
孕妇对流产宜正确对待	140
什么叫过期流产，怎么处理	141
造成流产的原因宜知	142
孕妇流产后宜注意哪些保健	143
孕妇宜怎样预防流产	143
预防习惯性流产的食疗方	144
孕妇先兆流产宜采用的食疗方	145
孕妇忌盲目保胎	146
孕妇忌过期妊娠	147
孕妇宜注意胎儿的不良信号	148
前置胎盘是怎么回事	149
有什么现象说明孕妇有耻骨联合分离	149
羊水过多宜注意	150
何为羊水过多症，宜怎样处置	151
宜防羊水过少的危害	151
胎儿臀位宜怎样进行自我矫正	152
孕妇不宜照 X 线	153
孕妇忌做 CT 检查	154
孕妇忌过多使用 B 超检查胎儿	154
妊娠用药宜忌	155
妊娠期用药宜遵循的原则	156
宜注意药物对胎儿不良影响	156
宜知用药对胎儿影响最大的时期	157
宜知道哪些药物会给胎儿带来危险	158
宜知可使胎儿致畸的药物	162

孕期不宜服用的西药	163
妊娠早期不宜服用的西药	164
妊娠晚期不宜服用的西药	165
妊娠不宜服用的中草药	165
妊娠期不宜服用的中成药	166
危险药物和危险使用时期宜知	168
胚胎期（妊娠 9 周之内）禁用的药物	170
胎儿期（从妊娠 9 周至足月妊娠）不宜用的药物	170
孕妇用药宜特别防伤害	171
孕妇忌用引起流产的药物	174
孕妇及哺乳期妇女忌用四环素	175
孕妇应慎用肾上腺皮质激素	175
孕妇驱虫用肠道驱虫药宜慎重	175
孕妇忌滥用鱼肝油	176
孕妇不宜过多补钙片	177
孕妇不宜用利尿药	177
孕妇腹泻用药宜忌	178
怀孕最初的 3 个月忌用清凉油	178
孕妇忌注射丙种球蛋白	179
孕妇为何不宜服用黄芪	179
妊娠呕吐宜用什么药	180
孕妇呕吐不宜多服维生素 B ₆ 、维生素 E	180
治妊娠呕吐宜用的药膳和验方	181
孕妇不想吃饭宜吃以下药物	184
宜正确使用保胎药	185
孕妇忌盲目使用黄体酮保胎	186
宜使用的保胎药方	186
孕妇患糖尿病宜用什么药	188
孕妇患性病用药宜知	189
孕妇不宜用镇静安眠药	190
孕妇体温高不宜滥用药	191

孕妇患感冒宜用什么药	192
孕妇不宜随使用抗生素	193
孕妇宜慎用吗啡美辛、阿司匹林、对乙酰氨基酚	195
孕妇不宜过量服用维生素药物	195
孕妇补充叶酸为何不能服用“叶酸片”	196
孕妇宜慎重服用滋补性药品	197
孕妇注射预防针宜忌	198
孕妇忌不注射破伤风类毒素	199
分娩中防难产宜忌	201
宜如何防止难产	202
产妇宜如何按产程配合分娩	203
宜避免产妇分娩时宫缩乏力	205
临产胎儿未娩出时大量出血宜找出原因	206
产妇在分娩中感到剧烈腹痛宜检查原因	207
产妇宜预防滞产	208
产妇宜防急产	208
忌发生早产	210
宜防过期妊娠	212
防止产道裂伤宜采用会阴侧切术	213
什么情况下宜做胎头吸引术	214
分娩时忌盲目使用产钳	214
宜注意预防子宫破裂	215
分娩前宜检查胎位是否正常	216
宜注意持续性枕横位、枕后位	216
面先露宜采取何种措施	217
胎横位宜注意什么	217
臀位分娩宜注意的问题	219
发生早破水宜怎么办	220
羊水浑浊宜注意抢救新生儿	221
脐带脱垂原因及危害，宜采取的措施	222
胎盘滞留宜采取哪些措施	223

适宜选剖宫产要做剖宫产	223
不需做剖宫产的不宜剖宫产	226
剖宫产宜注意产妇的保健	227
产妇分娩后宜产房观察 2 小时	229
产褥期防病宜忌	231
产褥期身体恢复宜知	232
产后恶露不净宜怎样防治	233
产妇宜注意防治产褥感染	234
产褥宜防治产妇发热症	235
产妇在产后出现宫缩性腹痛宜如何治疗	236
产妇在产后阴道痛宜如何治疗	237
产后子宫脱垂宜如何防治	238
产后宜防治外阴干燥	239
怎样防治产后子宫移位	240
宜怎样预防产后子宫复旧不全	240
产后出血宜怎样预防和治疗	241
产后贫血宜用的食疗方	242
产妇产后怎样防治尿失禁	243
宜怎样防治产妇产后尿潴留	244
宜防治产妇产后患膀胱炎、肾盂肾炎	246
宜采用的辅助治疗产后泌尿系统感染的食疗方	246
产后发生消化不良宜用的食疗方	247
产后发生便秘、痔疮宜采取的治疗方法	248
产后宜怎样防治肛裂	250
产后盆腔静脉曲张宜怎样防治	251
产妇在产后发生腰背痛宜怎样防治	251
产后身痛宜怎样防治	252
产后尾骨痛宜如何防治	253
产后耻骨疼痛宜怎样防治	253
产后怎么预防腕部痛	254
产后宜怎样预防足跟痛	255

产后宜严防感冒	255
产后宜怎样预防心力衰竭	256
产后眩晕宜怎样治疗	257
产后宜预防身体发胖	258
产妇在产后牙齿易松动宜吃的食物	259
产后宜如何防治抑郁症	260
产后宜防治脱发	261
夏天坐月子宜预防中暑	263
产妇宜注意防止乳房生病	265
怎样防治产后乳汁自出	267
产后缺乳宜采用的措施	268
产后缺乳的食疗药膳有哪些	270
母亲患哪些疾病不要哺乳	273
乳母宜注意补钙防止发生骨质疏松症	275
产妇在产褥期用药宜忌	277
哺乳期妇女用药宜注意什么	278
产妇忌用的西药	278
产妇忌用的中药	279
产后宜怎样服用人参	280
有些民间偏方宜对症使用	280

妊娠 10 个月母体特征及宜注意防病事项

妇女妊娠从第 1 个月起就会出现一些反应，由于胎儿的生长发育，促使母体有很多变化，而且逐月变化不同，这就要求孕妇了解自己身体在不同孕月的变化，以利采取相应的防病保健措施。一般讲，整个孕期都需要注意保健防病，但每个月的保健防病重点又不同，孕妇只有做到有针对性的保健，才可以降低妊娠疾病的发生率。这一部分很有知识性，尤其对初孕的妇女是很有必要了解掌握的。

本章是按孕月分析的，只说的是每个月的保健重点，而不是全部。

妊娠第1个月（0~3周）母体特征及防病宜知

母体特征

1个月的前半个月还没有受孕，妊娠是在中旬前后，这时，大部分人没有妊娠自觉症状。但也因人而异，有的人出现类似感冒的状况：浑身无力、发热或发冷，也有人出现睡不醒症状。子宫还看不出多大变化。

日常防病注意事项

没有避孕的妇女不用说，就是正在避孕的妇女也不要忽略随时有妊娠的可能性。这个时期即使妊娠了，也没有明显的症状，所以要特别注意。平时应该慎重些，不要稍微有点感冒的兆头就立即吃药，也不要轻易接受X线的检查，否则可能对胎儿不利。想要生孩子的人，在吃药、接受X线检查之前，应首先想到是否已经妊娠。如果能在孕初确认怀孕，及早注意保健防病是非常有益的。但有很多孕妇不能早期确认怀孕，往往忽视防病保健，这对优生不利。

专家忠告：孕妇宜尽早确认妊娠，即便不能确认，也要避免X线检查和随意吃药，在未确认妊娠前，要作为妊娠对待，有备无患，利于优生。

妊娠第2个月（4~7周）母体特征及防病宜知

母体特征

超过了月经来潮日子还不见来月经，这时大多数人会察觉到自己已经怀孕了。除此之外，还有其他症状，如开始有早孕

反应：身体无力、尿频、身体发热、乳房发胀、乳头敏感、腹胀腰酸等。这些症状也就是妊娠的信号。这时肚子的大小还没有明显变化，但子宫已经像鹅蛋大了。

妊娠第 2 个月即妊娠早期会出现恶心、没有食欲、空腹时想吐等现象，虽然不是什么病，却有许多令人不舒服的感觉，但不像生病那么严重。这是孕妇特有的症状，统称为“早孕反应”。孕妇当中有 80% 的人体验过早孕反应，但每个人反应的时间、症状、程度等有相当大的差别。重症早孕反应叫做妊娠剧吐，有这种情况时，要考虑对胎儿的影响，需要治疗或住院。

早孕反应的原因有各种各样的说法。有的说是由于妊娠出现绒毛膜促性腺激素引起的，有的认为是由于精子这种异种蛋白质的侵入引起的过敏症，也有植物性神经失调的说法，甚至有的说是胎盘产生了毒素，也有的说是由于精神方面的原因等。无论哪一种说法，都可认为是由于身体对妊娠这种状况不能很好地适应，所以以妊娠反应这种症状表现出来了。此外，不能忽略精神因素的作用。一般地说，神经质的人症状就重，夫妻感情不和、不想要孩子而妊娠时，也容易有比较重的反应。

早孕反应一般开始于妊娠 4~7 周之间，当然这也是因人而异的。有的人开始于月经来潮日前后，也有从 8 周以后才出现反应的。早孕反应的症状一般持续 4~6 周，在妊娠 12~15 周结束。有的到将近 20 周时还残留着早孕反应的症状。其中，也有人在整个妊娠期间始终没有感觉到典型的早孕反应。

早孕反应的症状最多见的是早晨起床后感到恶心，空腹时想吐或呕吐出来，同时伴有食欲不振。恶心多半是由于稍微嗅到了一点气味，例如烧饭的气味、某种汤的气味、煮东西的气味等，对平时不介意的气味变得极为敏感，感到不舒服。嗜好

会突然改变，而且会向极端变化，如平常怕吃酸东西的，对梅干、柑橘等带酸味的食品却喜欢吃了。好恶颠倒，过去一直喜欢吃的食品不想吃了，而光想吃过去不想吃的食品。也有这种情况：过去不吸烟的人，变得非常想吸烟了；而平常爱喝酒的人，却变得一滴酒也不想沾口了。当然也有与此正相反的。有时也有胃痛、头痛、眩晕、便秘、倦怠感等症状。除此之外，也有口臭加重、舌发干或口中唾液积蓄的情况。一般说来，夏天比冬天更容易出现反应。

日常防病注意事项

对于缓和早孕反应的药物绝对不可随便服用。还有，因吃不下东西，认为营养不足，就常用营养剂，这也是应严格禁止的。在早孕反应严重时，应首先向医生请教。此外，如果自己想一想办法，也可使反应减轻。下列几点可供参考。

(1) 身心要放松 早孕反应不会造成死亡，一两个月就会过去的，因此，要以向前看的心情度过这个阶段。身体不适时，要抛开家务事，躺下休息。

(2) 积极地转换情绪 会会朋友，打电话聊聊天都可以，偶尔夫妻一起到外面吃一顿，也可换换心情，能多吃进些东西。修饰打扮一番，逛逛商店看看橱窗，邀请一些好朋友开个家庭茶会，也是个好办法。在闲暇时间，埋头搞些自己喜欢的事情也很好。

(3) 在饮食上 能吃的时候，能吃进多少就吃多少。这个时期，在饮食上不用介意营养的平衡问题，也不用担心“胎儿的营养得不到充分供应怎么办”等。这时的胎儿还很小，不需要多少营养。

(4) 要得到丈夫及家人的协助 在早孕反应期家务事很难做得像平日那样好，这应该让家里人了解，丈夫更应理解