

# 自然流产 保胎方法

于红娟 谢英彪 主编



金盾出版社  
JINDUN CHUBANSHE

责任编辑 王明义

**有些流产属于优生选择  
反复流产必有原因所在  
流产有先兆预防最重要  
保胎养胎本书可献良策**

ISBN 978-7-5082-4426-6



9 787508 244266 >



ISBN 978-7-5082-4426-6

R·798 定价:11.50 元

# 自然流产保胎方法

主 编

于红娟 谢英彪

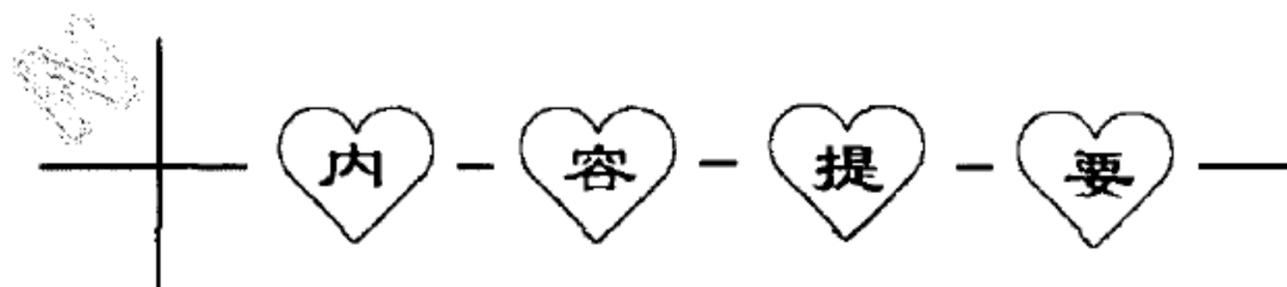
副主编

孙剑秋 刘欢团

编著者

陈珈珖 严玉美 黄志坚 陈玉兰  
沈 慧 沈朝萍 李瑶卿 杨瑞珍

金 盾 出 版 社



本书以问答形式,扼要介绍自然流产的基础知识、病因及诊断,详细阐述自然流产的中西医保胎治疗方法、流产孕妇的生活起居与保胎、饮食保胎和流产的预防措施,以及自然流产后再次妊娠须知事项。其内容深入浅出,保胎方法科学实用,适合育龄夫妇阅读,也是基层医生和妇幼保健人员的参考书。

### 图书在版编目(CIP)数据

自然流产保胎方法/于红娟,谢英彪主编. —北京:金盾出版社, 2007. 2

ISBN 978-7-5082-4426-6

I. 自… II. ①于…②谢… III. 妊娠期-妇幼保健-基本知识  
IV. R715.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 157427 号

### 金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京精美彩印有限公司

正文印刷:北京兴华印刷厂

装订:双峰装订厂

各地新华书店经销

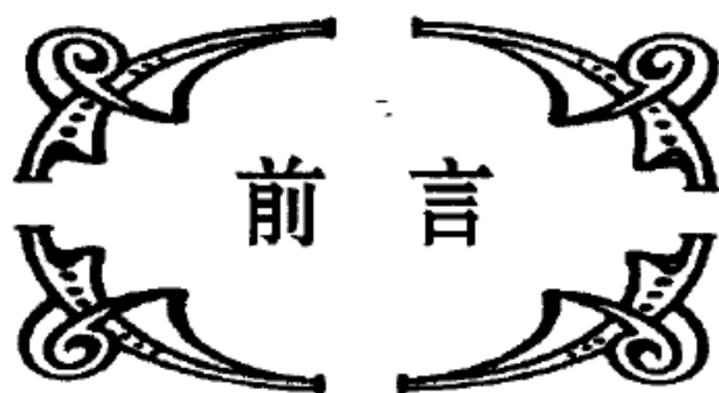
开本:850×1168 1/32 印张:6.25 字数:155 千字

2007 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1—11000 册 定价:11.50 元

---

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、  
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



## 前言

流产可分为自然流产和人工流产。世界卫生组织早在 1966 年就已经明确规定了自然流产的定义：当胚胎或胎儿尚无独立生存能力，未使用任何人工方法，而因某种原因自动脱离母体排出的，属自然流产。自然流产占有所有妊娠的 10%~18%。

孕卵异常是早期流产的主要原因。在妊娠头两个月的流产中，约 80% 是由于精子和卵子有某种缺陷，致使胚胎发育到一定程度而终止。受精卵在孕激素作用下，才能在子宫壁上着床，生长发育成胎儿。当体内孕激素分泌不足时，子宫蜕膜发育不良，从而影响受精卵的发育，容易引起流产。孕妇患有流感、伤寒、肺炎等急性传染病，细菌毒素或病毒通过胎盘进入胎儿体内，使胎儿中毒死亡而排出。高热可促进子宫收缩而引起流产。孕妇患有重度贫血、心力衰竭、慢性肾炎和高血压等慢性病时，可因胎盘梗塞致子宫内缺氧而使胎儿流产。孕妇营养不良，特别是维生素缺乏，以及汞、铅、酒精中毒均可引起流产。孕妇的腹部受到外力的撞击、挤压或跌倒，参加重体力劳动或剧烈体育运动，以及腹部的阑尾炎或卵巢囊肿手术，均可引起子宫收缩而发生流产。孕妇的情绪受到重大刺激，如过度悲伤、惊吓、恐惧及情绪过分激动，可引起自身的内环境失调，促使子宫收缩引起流产。胎儿在母体内生长发育，主要通过胎盘从母体获取营养物质和氧，如果胎盘发育不良或出现疾病，胎儿得不到营养物质和氧而停止生长引起流产。孕妇过去曾接受过输血，或在妊娠过程中产生与血型不合的致凝因子，会使胎儿的细胞发生凝集和溶血，也可引起流产。

自然流产都是有原因的,早期流产,多是因为精子或卵子发育异常所致,也可以说是“种子”不好导致的,这是一种重要的自然筛选现象,此时不主张保胎,一般只做对症处理。如果这种情况经过保胎后有少数胚胎能“幸运”地发育为成熟胎儿并正常分娩,但畸形儿或低能儿的概率会大大增加。

自然流产,尤其是习惯性流产,一定要引起重视,并及时做一些检查,寻找发生流产的原因,以便为下次妊娠创造条件。生活中,90%的自然流产都是可以预防的。流产的预防主要靠孕妇自己对各种危险信号的警觉,发现异常征象立即去医院诊治。为了帮助广大育龄妇女在孕期做好预防流产的保健和及早发现流产征兆,以及发生流产后如何保胎,作者编著了《自然流产保胎方法》一书。

本书由经验丰富的产科医生和妇幼保健专家共同撰稿,全书除了介绍自然流产的基础知识外,对自然流产的原因、临床表现与并发症、诊断与检查、流产的中西医保胎治疗方法、流产孕妇的生活起居与保胎、饮食保胎和流产的预防措施,以及自然流产后再次妊娠须知事项都有详尽介绍,对育龄夫妇生育健康宝宝具有一定的指导作用。

祝愿每一个家庭都能拥有健康活泼的宝宝,每一位育龄女性都能拥有完美的育婴历程和幸福的孕产生活。

作者

2007年1月



## 一、流产的基础知识/(1)

1. 什么是流产? /(1)
2. 哪些人容易流产? /(2)
3. 为什么说流产是一种重要的生殖选择? /(3)
4. 什么是先兆流产? /(4)
5. 什么是难免流产? /(5)
6. 什么是不全流产? /(6)
7. 什么是完全流产? /(6)
8. 什么是稽留流产? /(6)
9. 什么是习惯性流产? /(7)
10. 什么是感染性流产? /(9)
11. 什么是子宫颈功能不全性流产? /(10)

---

## 二、流产的原因/(12)

12. 引起流产的常见原因有哪些? /(12)
13. 染色体异常能引起流产吗? /(12)
14. 什么是单基因病和多基因病? /(17)
15. 外界有害因素能引起流产吗? /(18)
16. 母亲营养不良会造成流产吗? /(20)
17. 母体的全身性疾病会造成流产吗? /(21)



## 自然流产保胎方法

18. 孕妇用药不当会造成流产吗? / (24)
19. 子宫内膜反应不良会造成流产吗? / (25)
20. 托斥感染会造成流产吗? / (25)
21. 其他宫内感染会造成流产吗? / (27)
22. 引起流产的父方因素有哪些? / (28)
23. 引起流产的胎盘因素有哪些? / (30)
24. 先天性子宫发育异常会造成流产吗? / (31)
25. 宫腔粘连会造成流产吗? / (32)
26. 子宫颈内口松弛会造成流产吗? / (33)
27. 子宫内膜异位症会造成流产吗? / (33)
28. 生殖道解剖结构异常能引起习惯性流产吗? / (35)
29. 引起习惯性流产的后天因素有哪些? / (36)
30. 习惯性流产如何根据免疫因素分类? / (37)
31. 孕期内分泌异常是如何引起习惯性流产的? / (39)
32. 吸烟会引起流产吗? / (41)
33. 喝含咖啡因的饮料会引起流产吗? / (42)
34. 不良情绪会导致习惯性流产吗? / (42)
35. 视频作业与孕妇流产有关吗? / (43)
36. 化工产品会引起流产吗? / (44)
37. 孕妇服中药不慎会引起流产吗? / (50)
38. 孕妇用药是如何引起胎儿致畸和流产的? / (51)
39. 有可能致畸或流产的抗生素有哪些? / (52)
40. 有可能致畸或流产的其他药物有哪些? / (55)
41. 孕妇的工作特点与流产有关吗? / (62)
42. 流产的中医病因病机有哪些? / (63)

---

### 三、流产的临床表现与并发症 / (65)

43. 自然流产有何先兆? / (65)



- 44. 流产有什么症状? / (65)
- 45. 哪些情况容易被误认为先兆流产? / (66)
- 46. 习惯性流产有何临床表现? / (68)
- 47. 流产的近期并发症有哪些? / (69)
- 48. 流产的远期并发症有哪些? / (70)

---

#### 四、流产的诊断与检查 / (73)

- 49. 如何诊断流产? / (73)
- 50. 流产如何与妇科疾病鉴别? / (75)
- 51. 四种类型的流产如何区别? / (77)
- 52. 习惯性流产的鉴别诊断要点有哪些? / (78)
- 53. 免疫性流产如何诊断? / (78)
- 54. 流产者要做哪些妇科检查? / (80)
- 55. 流产孕妇做激素测定有何意义? / (81)
- 56. 流产孕妇做 B 超检查有何意义? / (82)
- 57. 流产孕妇做染色体核型分析有何意义? / (83)
- 58. 习惯性流产孕妇还要做哪些辅助检查? / (83)
- 59. 感染性流产要做哪些检查? / (85)
- 60. 反复流产者做免疫学检查有何意义? / (86)
- 61. 反复流产后再孕前夫妇应做哪些检查? / (87)
- 62. 孕妇内分泌异常致习惯性流产做何检查? / (88)
- 63. 已有先兆流产症状者如何选择检查? / (90)

---

#### 五、流产的西医保胎治疗 / (91)

- 64. 流产的处理原则如何? / (91)
- 65. 先兆流产如何治疗? / (92)
- 66. 难免流产如何治疗? / (94)
- 67. 不全流产和完全流产如何治疗? / (94)



68. 稽留流产如何治疗? / (95)
69. 感染性流产如何治疗? / (96)
70. 子宫病变引起的习惯性流产非孕期如何治疗? / (98)
71. 内分泌因素引起的习惯性流产如何治疗? / (100)
72. 阴道内细菌感染引起的习惯性流产非孕期如何治疗? / (101)
73. 弓形体感染引起的习惯性流产如何治疗? / (101)
74. 风疹病毒感染引起的习惯性流产非孕期如何治疗? / (102)
75. 巨细胞病毒感染引起的习惯性流产再孕时如何治疗? / (103)
76. 单纯疱疹病毒感染引起的习惯性流产再孕时如何治疗? / (103)
77. 梅毒螺旋体感染引起的习惯性流产再孕时如何治疗? / (104)
78. 与免疫因素有关的习惯性流产再孕时如何保胎治疗? / (105)
79. 妊娠合并糖尿病引起的习惯性流产再孕时如何治疗? / (107)
80. 妊娠合并甲亢引起的习惯性流产再孕时如何治疗? / (108)
81. 妊娠合并甲减引起的习惯性流产再孕时如何治疗? / (109)
82. 如何选择“流”与“留”? / (110)
83. 先兆流产怎样科学地保胎? / (111)
84. 如何合理使用安胎药物? / (112)
85. 药物保胎要注意什么? / (113)
86. 维生素 E 有助于安胎保健吗? / (114)
87. 为什么要慎用黄体酮保胎? / (115)
88. 维生素 B<sub>12</sub> 对习惯性流产有治疗作用吗? / (116)
89. 习惯性流产孕妇如何心理呵护? / (116)

---

### 六、流产的中医保胎治疗 / (118)

90. 中医对流产如何辨证施治? / (118)
91. 先兆流产如何用中药调理? / (122)
92. 谢英彪教授是怎样运用寿胎丸加减治疗习惯性流产的? / (124)
93. 治疗先兆流产的验方有哪些? / (127)



94. 滑胎如何辨证论治? / (130)  
95. 滑胎患者如何用中成药保胎? / (133)

---

### 七、流产的生活起居保胎方法 / (135)

96. 流产或早产怎样安胎? / (135)  
97. 两个易流产阶段的安胎方法有哪些? / (136)  
98. 为什么说孕期前3个月养胎很重要? / (137)  
99. 孕妇安胎要注意什么? / (137)  
100. 生活中哪些情况不利于养胎? / (138)  
101. 孕早期和孕晚期怎样安胎? / (139)  
102. 有流产史的孕妇生活中如何保胎? / (140)  
103. 有先兆流产征象时怎么办? / (141)  
104. 先兆流产如何护理? / (141)  
105. 流产后住院时如何监护? / (142)  
106. 流产后的康复为何需要动、静结合? / (143)  
107. 流产后如何自我心理调整? / (143)  
108. 有自然流产史为何不宜做孕妇保健操? / (144)  
109. 习惯性流产再孕期能过性生活吗? / (145)  
110. 流产后如何避孕? / (147)  
111. 孕妇旅行怎样防止流产? / (149)

---

### 八、流产的饮食保胎方法 / (151)

112. 安胎的食疗方有哪些? / (151)  
113. 安胎的药茶有哪些? / (152)  
114. 治疗流产的药粥有哪些? / (155)  
115. 治疗流产的羹汤有哪些? / (158)  
116. 安胎的药膳有哪些? / (161)  
117. 适用于先兆流产的食疗方有哪些? / (162)



## 自然流产保胎方法

118. 先兆流产如何用药膳调理? / (164)

119. 习惯性流产如何用药膳调理? / (167)

---

### 九、流产的预防 / (170)

120. 怎样才能避免流产? / (170)

121. 预防习惯性流产的方法有哪些? / (171)

122. 如何预防染色体异常引起的习惯性流产? / (171)

123. 为什么易流产的孕妇不能染指甲? / (172)

124. 易造成流产的食物有哪些? / (173)

125. 为什么不可滥用保胎药预防流产? / (173)

126. 为什么妻子怀孕后要节制房事? / (175)

127. 流产后多久才能过性生活? / (177)

---

### 十、流产后再妊娠须知 / (178)

128. 自然流产后多久可怀孕? / (178)

129. 流产后再怀孕要注意什么? / (179)

130. 如何选择再次妊娠的时间? / (179)

131. 再次妊娠前为什么要弄清前次流产的病因? / (180)

132. 免疫治疗后允许再妊娠的条件有哪些? / (180)

133. 多次流产后再孕时为何要做孕前和产前检查? / (181)

134. 流产后再次妊娠如何做好优生咨询? / (182)

135. 再次妊娠后如何做好宫内诊断? / (184)

136. 再次妊娠后如何合理补充营养? / (185)

137. 再次妊娠后如何注意孕期卫生? / (186)

138. 再次妊娠后的用药原则是什么? / (186)

## 一、流产的基础知识

### 1. 什么是流产？

妊娠在 7 个月以内（不足 28 周）胎儿体重不足 1000 克 胚胎或胎儿由子宫腔排出而终止妊娠的，叫做流产。

流产可分为自然流产和人工流产，世界卫生组织早在 1966 年就已经明确规定了自然流产的定义：当胚胎或胎儿尚无自然生存能力，未使用任何人工方法，而因某种原因自动脱离母体排出的，属自然流产。本书讨论的流产均属自然流产。

据统计，自然流产的发生率占全部妊娠的 10%~18%。流产中 70% 以上发生于妊娠第 2~3 个月。但此数字并不十分确切，实际上未觉察到的流产为数尚多。有些人临床上只表现为一次“月经延期”或“经血过多”实际上可能有过精卵结合但发育不正常，不可能成为正常胎儿，这种早期不正常孕卵的排出，称之为妊娠废物。这是一种非常重要的自然筛选现象。

根据病情的发展及症状的轻重，可将自然流产分为先兆流产、难免流产、不全流产、完全流产、稽留流产（又称过期流产）习惯性流产、感染性流产和子宫颈功能不全性流产等。

在妊娠前 3 个月（12 周前）流产，称为早期流产，多由遗传因素造成。发生在妊娠 12~28 周期间流产称晚期流产，多由母体疾患引起。在妊娠满 28~37 周间分娩称早产，胎儿有可能存活，但必须有非常先进的护理条件。

流产的症状是阴道流血，排出血块和胚胎组织，同时伴有下腹部绞痛。孕妇应该保留所有流出的组织送医生检验，以便排除不

完全流产。不全流产需要手术清理子宫腔，才能止住流血、排除残余的胎盘组织和葡萄胎等异常情况。

早期流产，虽然子宫恢复很快，但妇产科医师仍然会建议孕妇休息 2 个月经周期，准备再次怀孕。

一次自然流产对于下一次成功地足月顺产，并无不良影响。但是发生 2 次自然流产 应该警惕“习惯性流产”和“宫颈内口松弛症”，需要妇产科医生做进一步的检查和治疗。

## 2. 哪些人容易流产？

哪些人容易流产呢？从母亲的因素来说，有以下几类：

(1) 内分泌功能失调者：如黄体功能不全，体内孕激素不足，影响孕卵的发育，或甲状腺功能低下，可使细胞氧化过程发生障碍，影响胚胎发育而致流产。

(2) 生殖器官疾病患者：可因子宫畸形如双角子宫、纵隔子宫、子宫发育不良、盆腔肿瘤（子宫肌瘤尤其是黏膜下肌瘤）影响胎儿的生长发育，导致流产。宫颈内口松弛或宫颈深度裂伤，导致胎膜早破而发生中期流产。

(3) 全身性疾病患者：急性传染病使母体中毒直接损伤胎盘，如感染、伤寒等细菌毒素或病毒可通过胎盘进入胎血循环，致胎儿死亡。高热可引起子宫收缩而发生流产。慢性疾病如严重贫血或心力衰竭，可因严重缺氧致流产。慢性肾炎或高血压病，胎盘出现梗塞可致流产。

(4) 身体有创伤者：在孕期施行手术（如阑尾炎或卵巢囊肿切除术干扰腹部刺激子宫），跌伤、劳累过度或性交等均可刺激子宫收缩而致流产。

(5) 母子血型不合者：母子血型不合是因孕妇和胎儿之间的血型不合而产生的同族血型免疫性疾病。胎儿从父方遗传获得的血型抗原恰为母亲所缺少，此抗原经胎盘进入母体后，可刺激母体产

生相应的免疫抗体，或者由于以往妊娠、输血致 Rh 因子及不合的 ABO 血型因子在母体中产生抗体，而这种抗体又通过胎盘进入胎儿体内，抗原抗体的结合可使胎儿红细胞凝集破坏，发生溶血，这可能是中期流产的原因。

(6)接触过有毒有害物质者 妊娠早期曾接触过毒物、药物、放射线，酗酒，过量吸烟或有宫内感染等影响而致胚胎或胎儿发生严重畸形，甚至死亡，刺激子宫收缩将其排出体外导致的流产。

越来越多的研究表明，父亲方面造成流产的因素同样不容忽视。男性无症状的菌精症可导致自然流产，男性接触有毒有害物质会影响精子质量，导致胚胎或胎儿畸形以致流产。

### 3. 为什么说流产是一种重要的生殖选择？

妇女孕育是一种自然的生理过程，有道是“十月怀胎，一朝分娩”。但有少数孕妇就在憧憬着腹中胎儿模样时，却如“幻化泡影”似的流产了，甚至屡次怀孕屡次流产，医学上称为“习惯性流产”。易流产的女性要不要保胎，这得先弄清引起流产的原因，临床上流产大致有以下三方面原因：

(1)胚胎方面：父体或母体生殖细胞不健全是主要原因，不十分健全的生殖细胞虽然勉强结合起来成为胚胎，但终会早期死亡，无法“瓜熟蒂落”，足月分娩。这种原因所引起的流产，其实可说是一件好事。因为，不正常的胎儿如果真的足月产下，也会有畸形或异常。其他原因，如脐带供血不足、羊水疾病、胎盘病毒感染，以及某些妇科炎症等，也会引起流产。孕妇营养不良，也是流产的原因之一。有的孕妇早期有严重的妊娠恶心、剧吐，以致极度营养匮乏，对胚胎的发育有很大的影响，也容易发生流产。

(2)母体方面：女性怀孕后，若情绪不稳定，愤怒、忧伤等精神刺激，扰乱了大脑皮质的活动功能，引起子宫的收缩而迫出胚胎，或使胚胎在子宫内死亡。患了流感、风疹等急性传染病，会由于高

热、细菌病毒释放的毒素而致流产。内分泌失调，如黄体、脑垂体、甲状腺的功能失调，以及子宫发育不良或子宫过度后屈，致使子宫腔对胚胎的发育起了阻碍作用，都可能引起流产。

(3)其他方面：整个妊娠期间的性生活应持谨慎态度，不恰当的性生活，尤其是在孕早期易引起流产。在妊娠中期，性生活也应适度，避免压迫孕妇腹部的性交体位和粗暴性交，以免引起流产。围生期做妇科检查时，若手法粗暴，亦是引起流产的原因之一，这一点尤其对体质虚弱的孕妇更要注意。药物与某些化学物质，如奎宁、一氧化碳、铅、磷、汞、苯中毒亦常使胚胎难保。

从表面看流产好像是一件十分遗憾的事，但从遗传学的观点看，流产也并非坏事。因为在流产的胎儿中，染色体异常的概率相当高。调查证明，流产发生的时间越早，染色体异常的发生率越高。所以优生学认为，流产是人类一种非常重要的生殖选择机制，经过这种排劣存优的自然选择，可以使 95%染色体异常的胚胎在怀孕 28 周以前“流”出体外。如果在发生先兆症状时盲目地使用大量的黄体酮和保胎药物，抑制子宫收缩，其结果只能是造成已死亡的胚胎组织继续在子宫内残留，而形成滞留流产。另外，有部分异常胎儿继续妊娠也势必会造成出生后的畸形。

#### 4. 什么是先兆流产？

先兆流产是指妊娠 28 周前，妊娠物尚留在子宫腔内，但有少量阴道出血或仅有暗褐色血迹，有轻微的阵发性下腹痛，或如月经痛，有时伴有腰痛、腰酸或仅有腰部症状。检查时可见阴道、宫颈着色，柔软，宫颈口未开，羊膜囊未破裂，子宫柔软，大小与停经时间相符。B 超监测如胎儿存活，胎盘剥离面尚小，经休息及治疗后，如流血停止或腹痛消失，妊娠可继续进行。若流血增多或腹痛加剧，则可能发展为难免流产。

先兆流产可分为：普通型。最为多见，主要症状有阴道流

血，腹痛及腰酸。先兆流产的流血一般较月经量少，呈鲜红色，若积于阴道较久，则呈褐色。阴道流血早期，先兆流产为绒毛与蜕膜有部分分离，致血窦开放。晚期提示有胎盘剥离可能，要常规 B 超监测胎盘有否剥离及剥离面大小。腹痛系子宫收缩所致。②胎盘低置型。妊娠早期胎盘低置是先兆流产的特殊类型，也是流产过程的一种表现。因为随着胚胎发育及孕囊增长，胎盘可能升移而转向正常位置。但有部分不能转归正常位置，特别是中央性或部分性前置胎盘。因此，胎盘低置具有双向转归的可能性。炎症型。本型除具有普通型症状外，常伴有阴道脓血性分泌物，或检测到子宫颈管分泌物，提示有衣原体或支原体感染，而局部有蜕膜炎，甚至因炎症水肿而引起蜕膜脱垂。

孕妇发现自己有先兆流产的迹象，应尽快到医院检查，以明确病因和胎儿的状况，但要尽量减少不必要的阴道检查，以减少对子宫的刺激。如妊娠反应阳性，结合基础体温和 B 超检查认为适合保胎时，应在医师的指导下进行保胎治疗。如阴道出血量多于月经量，或其他诊断查明胎儿已死亡或难免流产，应尽早终止妊娠，防止出血及感染。孕妇宜卧床休息，严禁性生活。减少下蹲动作，避免颠簸和振动。尽可能防止便秘和腹泻。不可受惊吓和过度精神刺激，戒怒戒悲，不要有思想顾虑。

## 5. 什么是难免流产？

难免流产指流产已不可避免，一般均由先兆流产发展而来，此时阴道出血超过月经量。阵发性腹痛加重，有下腹坠胀感或出现阴道流水（胎膜破裂、羊水流出），检查见子宫颈口已开大，有时在扩张的宫颈口可见膨出的胚胎组织或胎囊，胎膜堵塞于宫颈口内，子宫大小与停经的时间相符或略小。