



# 怎样节制生育

王志新編著  
河南人民出版社

## 內 容 提 要

本書的主要內容：是介紹節制生育的意義；節制生育的有關知識和辦法（包括晚婚、避孕和絕育）；人工流產的危害和为啥不能生孩子等。其中着重介紹避孕方法，并使讀者解除在避孕中的各種思想顧慮和指導讀者能夠正確的選擇避孕方法。其次也說明了早婚對青年的危害以及人工流產對婦女健康的影響等。

這里所介紹的避孕方法，都是簡而易行的，并附有三十多幅插圖。有些方法很經濟，又能適合廣大工農羣眾的要求。文字通俗易懂，具有高小以上文化程度的讀者都能閱讀。

## 怎樣節制生育

王志新編著

\*

河南人民出版社出版（鄭州市行政區煙五路）

河南省書刊出版業營業許可証出字第一號

地方國營鄭州印刷廠印刷 新華書店河南分店發行

\*

豫總書號：796

787×1092 1/32 · 1  $\frac{3}{16}$  印張 · 27,000字

1957年12月第1版 1957年12月第1次印刷

印數：1—12,080冊

統一書號：14105.9

定價：0.14元

612  
W222

# 目 錄

節制生育的意義	( 2 )
怎樣節制生育	( 7 )
一 改變早婚的習慣	( 7 )
二 實行避孕	( 11 )
(一) 怎樣才能受孕	( 11 )
(二) 怎樣才能避孕	( 13 )
1. 藥物避孕法	( 13 )
(1) 避孕膠凍	( 14 )
(2) 健樂蜜	( 15 )
(3) 避孕坐藥	( 16 )
2. 器具避孕法	( 17 )
(1) 陰莖套	( 17 )
(2) 陰道隔膜	( 19 )
(3) 陰道塞	( 23 )
3. 安全期避孕法	( 25 )
4. 民間傳用避孕法	( 26 )
三 絕育	( 28 )
人工流產	( 33 )
為啥不能生孩子	( 35 )

## 節制生育的意義

節制生育，就是利用人工的科學方法，使夫婦在正常性生活的條件下，來控制生育，等到需要生孩子時候，一停止避孕又能照常懷孕生育。這種方法是適當地調節生孩子的次數和時間，以免婦女因生育過密，得不到必要的休息而損害了健康，或因子女過多，有時照顧不周而影響孩子的發育和教養。同時也可以使家庭不要因孩子多而過重的增加負擔；社會人口增長的速度也不至於過快。這樣，對各方面都有好處。

首先，對父母來說，在新社會里，到處都掀起了生產和學習文化的熱潮，婦女也得到了解放，獲得了和男子同等的地位，積極努力參加各項社會工作；再不像舊社會的家庭婦女那樣，生兒育女是她們的唯一工作。假若一對夫婦三年兩頭生孩子，如何能無牽無挂的去生產、學習和工作呢？實際也有不少的人帶着孩子參加勞動或上夜校學習的。結果別人掙分多，成績好，而自己却總是趕不上別人。特別是母親們白天工作或學習忙了一天，夜里又須哺乳和照顧孩子，不是這個要吃奶，就是那個要尿尿。大人得不到應有的休息，時間久了，一定會影響身心健康，有的甚至因此不能工作或學習。同時也就沒有力量來照顧和撫養孩子，這就必然影響孩子的各方面的發展。有些婦女本來就有肺癆或別的慢性病，身體需要相當時間的休養，一旦懷孕生育，就會加重身體的負擔，進而加重了疾病。對作父親的來說，愛人身體弱或子女多病，也影響自己集中精力工

作和學習，這不但妨礙自己的進步，也會間接的使國家建設受到損失。

其次，對下一代來說，要想孩子生一個活一個，就需要父母有健康的體魄，才能孕育出健康的嬰兒；才能有充分的時間和物質條件來撫育教養。生育過多，一定會形成孩子的先天不足、後天虛弱的現象。很多人從小多病，成人後仍不健康，很大的原因是由於先天或後天的不足所造成的。所以，為了使新生的一代能得到必要的照顧和良好的教育，保證他們健康的成長，應該提倡節制生育。

第三，對國家來說，我國正處在社會主義建設時期，各項事業都必須有計劃的按比例發展，如果孩子生得過快過多，不僅會給家庭增加過重負擔，而且也會給國家帶來許多計劃以外的開支。幾年來，雖然黨和政府非常重視社會福利事業，從各方面舉辦了很多產科醫院、保健院、托兒所、幼兒園等，這些機構的數目日漸增多，但是在短時期內，還不能完全滿足人們的需要。因此，人口增長的慢一些，人民的生活的改善也就會快一點。

為了減輕家庭的過重負擔，保護母親和孩子的身體健康，以及使國家的社會主義建設有計劃的向前發展，每對夫婦能按照自己的需要，有計劃的生育孩子是十分必要的。這不但適合每個家庭和每個人的利益。而且也是符合國家的社會主義建設和人民的長遠利益。

現在有些人對節制生育的意義還是認識不清，所以還存在着各種不同程度的不正確的看法。

#### 節制生育會減少人口嗎？

有人耽心：提倡節制生育會不會使我國人口減少呢？其實，這種懷疑是沒有根據的，也是不必要的。人口出生率的降

低，不等同于人口的减少。提倡节制生育，不是完全绝育，也不是不让人家生孩子。而是主张已婚男女在自觉自愿的基础上，根据本身的条件和愿望，将生育的时间和密度作适当的安排，也就是有计划地生孩子，这是广大羣众的要求。对未婚男女，应改变早婚的习惯。结婚越早，生育越多，而且对年轻的夫妇所造成的困难越大。晚一点结婚，父母的学业和身体较成熟，生育的孩子也会更健康，抚育孩子的条件也会好一些。

几年来，政府在全国各地设立了許多妇幼保健机构，并大力推行新法接生，来保障妇女和儿童的健康。因而使我國產妇和婴儿的死亡率大大降低了。这样提倡节制生育后就能夠保证母子身体的健康，同时也能达到婴儿生一个活一个，活一个壮一个的要求，从表面上看生育的次数减少了，实际上人口的死亡率也随之降低了。因而节制生育与人口的增长是不相抵触的，也决不会因此而减少人口。相反的我國人口不但不会减少，而且还会逐年增加。

#### 节制生育是违背人道嗎？

有人說：避孕是用藥物殺死精子或用器具阻止精子和卵子会合，妨碍了新生命的形成，这是殺生、是违背人道。这种看法顯然是錯誤的。使用避孕方法节制生育，当然談不上是什么殺生或违背人道。我們應該知道，男子每次行房事时要排出一億五千到三億精子，而受孕的不过只有一两个或三至四个和卵子相結合，其他的都要死掉。这些精子就是不排出，在男子的生殖器內过一定時間仍然也要死去，再產生新的精子；妇女也是一样，她們每隔28天或30天排一次卵。一个妇女一生要排卵約400个，能和精子結合成胎儿至多也不过十几个，其余的都要死去。就是不避孕，絕大部分精子和卵子也是要死去的。認為避孕是殺生的說法是不对的，也是沒有任何科学根据的。

### 節制生育会影响身体健康嗎？

有的人怕实行避孕以后会影响男女的身体健康，这是不必要的顧慮。实行避孕，孩子生得稀了，可以使母親得到充分的休息，同时也能減少許多在怀孕期和分娩期可能引起的疾病。怎么会影响健康呢！只要避孕时所采用的藥物或器具質量良好，选择適當的方法，并注意行房事时的清潔衛生，是不会损伤身体的。目前医藥公司出售的一些藥品和工具都是經過多次的試驗，合乎規格的，用这些藥品和工具是不会有损于健康的。但是，如果只憑道听途說，胡乱用些不科学的方法，那就很难保證对健康沒有害处了。

### 提倡節制生育和提倡新法接生是一回事嗎？

有人說：既提倡節制生育，就不必再提倡新法接生了。这种提法是很不正确的。節制生育是要有計劃的生孩子，保护母親和嬰兒的身体健康；而新法接生也是为了保护新生嬰兒和母親的身体健康。兩者不僅沒有矛盾，而且还是一致的，所以兩者是不能偏廢其一的。

### 節制生育会败坏社会道德嗎？

还有人顧慮：公开介紹節制生育的知識和方法以后，会使某些坏分子乘机搞不正当的男女关系，这将会败坏社会道德和風气。这种顧慮也是不必要的，在今天社会主义社会制度里，廣大羣众都有了相当的社会主义觉悟；特別新婚姻法的頒布，使廣大羣众又受到一次深刻的教育。現在公开介紹節制生育的知識，决不会因此促使社会風气变坏，相反的会使他們有計劃的安排生育次数，使許多家庭的生活更幸福更美滿。至于有極个别的坏分子乱搞男女关系，这是他个人的品質問題，决不是因为宣傳了節制生育知識而引起的。

### “儿孙滿堂，福气多”的想法对嗎？

有些老年人說：“几孫滿堂，福氣多”，認為儿女越多越好，為什麼要節制生育呢？誰都喜欢有几个聰明伶俐肥胖肥胖的孩子。但是一個婦女从懷孕到生產，再加上喂奶，至少需要兩年的時間。在這段時間里，母親先要供給胎兒發育成長所需要的一切營養；孩子出生後，又要負起哺乳和教育的責任，無疑的，這樣都會影响母親的健康。雖然過了一個時候，健康也會慢慢恢復。但是如果孩子生得過密，一個還沒有斷奶，又懷了一個，健康就難恢復了。母親身體不健康，就會影响胎兒發育不良，孩子出生後就必然先天不足；同時母親身體不好，乳水也不會多，使孩子的健康受到影响，抵抗傳染病的能力也會減弱，雖然生的多，但死亡的也不少。有的家庭，因為孩子生的多，不僅孩子得不到很好的撫養和教育，家庭經濟生活也受到影响。

另一方面，希望儿孫滿堂的思想是從“多生儿女防備老，這個靠不着靠那個”這是從一條舊社會的經驗中產生的。在舊社會是過着人吃人的生活，老而無靠就是“老而不死”，誰都討厭，誰也不管。因此，人們為了避免這種悲慘的遭遇，往往拚命的刻苦自己，養育更多的儿女，這是有道理的，也是可以理解的。但在今天社會主義社會里，每個儿女都有供養父母的責任；無儿女的老人由社會照顧。黨的“五保”政策，已經給農村中老弱無依無靠的人帶來了幸福。現在若再認為多儿多女幸福多，這是不從實際出發的片面認識。

是國家不讓生孩子嗎？

有人說：國家養活不起了，才不叫大家生孩子。這種說法除了別有用心的壞分子或右派分子有意誣蔑造謠外，我們應該認真的了解和分析一下我國的工農業生產情況及節制生育的真實意義。



我國的工業生產平均每年增長10%左右，農業生產平均每年增長5%左右，而人口每年大約增長2.2%左右，這怎能說是國家養活不起呢？也正像人民日報所說：正是由於我國工農業比我國人口增長更迅速，保證了我國人民生活水平仍然能夠逐年有所改善。但是如果人口增長的速度慢一些，那麼，人民生活的改善就會更快一些，這是很明顯的道理。再說我們提倡節制生育，是為做父母的着想、為下一代着想、為每個家庭着想、為整個社會着想。國家對節制生育是從思想上號召，從技術上指導，從物質上供應。至於願不願節育，完全由夫妻自己決定，第三者不能干涉，這斷然談不上是國家不讓生孩子。

以上這些錯誤的看法，是阻礙節育工作的開展，我們能認真的來理解節制生育的重要意義，是非常必要的。

## 怎樣節制生育

### 一 改變早婚的習慣

我們河南地區和全國其他地區一樣，都或多或少的存在着早婚的習慣，這是很不好的。因為結婚愈早，生育愈多，而且對年輕的夫婦所造成的困難愈大。為了節制生育，提倡晚婚是必要的。男子二十而娶，女子十八而嫁，這是我國婚姻法上規定的最低限度的結婚年齡，而不是最好的和最恰當的結婚年齡。

就醫師們按生理學的角度來認識這個問題，也同樣的認為，這個年齡（男二十，女十八）的青年，雖然已轉入成熟時期

了，但就整个身体的發育上看，还没有达到真正的成熟健全时期。以省妇产科医院为例，在1957年1—3月份住院產妇500多人，其中有90多个初產妇，她們的年齡是十八歲到二十歲。她們的孩子体重是4.2—6.10斤，再沒有比这个再大的了。这就說明，这些孩子的先天体質的發育并不太好。反之，在二十三、四歲或再大一些的初產妇，如果她們的身体沒有別的病，生下來的小孩子至少是6斤半，絕大部分体重在6斤半以上。

#### 早婚对青年的危害：

青年人，絕大部分是身体健康，精神饱满，記憶力較強，心身愉快，活潑乐观的；也正是努力學習和巩固將來工作能力的最好时期。假若过早的結了婚，把精力、時間分散到操勞家务和孩子身上去，勢必要影响學習。这种例子也是不少的，如某学生未婚前在校是个很出色的优等生，婚后一年就有三門功課不及格，最后，同班的同学都畢業了，自己却退了学，使學習受到了一定的影响。

青年人，往往由于理智还控制不了情慾的冲动，所以有不少早婚的人，由于性生活的过度，引起神經衰弱，記憶力減退，身体衰弱或早洩精、陽萎等病症。这都是由于身体發育还不十分健全就結了婚所招致的后果。

青年人，因为文化上还缺少巩固的基礎，工作上还缺乏实际鍛煉，相应的經濟收入也不会太寬裕，假若过早的結婚，生了孩子，將會給生活上、精神上帶來更多的負擔。

再就離婚案件來看，据某地離婚案件的統計材料記載，十八到二十五歲的結婚青年，在婚后一年就離婚的，在总的離婚案件中約占49%。为什么青年離婚占这么大比例呢？这主要是青年人的社會經驗和生活經驗都不丰富，往往是理智弱于感情，遇事不能冷靜考慮、分析和認識，只是直覺的、局限的看

問題和處理問題。對於婚姻問題也不例外，不能以嚴肅態度處理，甚至會認為離婚自由，結婚就用不着慎重。開始兩個人一見傾心，一談即情投意合，可是婚後呢？那怕是生活小節，稍有不合脾味，就要離棄，這種對待婚姻兒戲的現象，在早婚夫婦中是最常見到的事，這與青年離婚案件多的現象也是一致的。

另外，還有一種情況，就是男女雙方進步程度往往是有差別的，雖然，在他們結婚時，彼此工作能力、思想和文化水平差別不大。一旦他們中有一人提高的快一些，於是對待對方就不順眼了，甚至因此而演變成離棄的悲劇。

以上是過早結婚的壞處。可是晚婚呢？大家也有以下幾種思想顧慮，那就是：

怕二十五歲以後結婚，骨盆硬化了，會造成不可避免的難產。我們就生理學和醫院臨床工作中體會到的却不是這樣情況。人體骨質硬化，一般是在中年期以後才開始的，生孩子的難易與女子骨盆發育大小形狀有着直接關係。假若她的骨盆大小形狀是正常的，那麼，即是到三十歲以後再生育，也會順利產出嬰兒來。假若她的骨盆發育不正常，即是十七、八歲結婚，將來生育仍然會形成難產。所以難產與否，直接原因主要是看骨盆的發育，並不是絕對決定於結婚年齡的早晚。當然，年齡較大的婦女，她的骨盆周圍軟組織的擴張能力是比較差一些，這也是事實。不過這不是決定難產的唯一原因。這裡還可以舉例說明，譬如，省婦產科醫院在1957年元、二月份住院產婦中，由二十七到三十七歲的初產婦就有91個，她們的生產並不比那些十八、九歲的年輕產婦們困難，相反的，她們照顧孩子的知識，顯然還比年輕的婦女知道的更多一些。

怕結婚晚了，性慾會衰退。關於這個問題，直到現在我們

还找不到任何根据來証明，男子三十歲，女子二十五歲以后性慾就衰退了；相反的，有些文献記載男女到了三十至四十歲之間，性慾不僅不減退，反而更強一些，不管这些文献有沒有更多的根据，但事实上在每个人的实际体会中，可能不会否認这个事实的。

在旧社会有不少知識分子，她們在年輕的时候“抱独身主义”（不結婚）的意志很坚决。可是等到超过三十歲以后呢？她們都自动的結了婚，这說明三十歲以后的女性的性慾并没有減退（男子更不例外）。

怕晚婚会影响生育能力，这又是不必要和沒有理由的顧慮；根据現在提出的男子三十而娶，女子二十五才嫁。我們卽是再把它提到三十六、七歲，她們的生殖能力，也还是旺盛的階段，如果說在这个年齡階段，就是有人不会生育，那主要是她或他們生理上有缺陷或有某种疾病，决不能完全归过于年齡大了，生育能力減弱的現象。我还可以拿实际例子來說明这个问题；过去和現在有不少大学生或留学生，他（她）們的結婚年齡很多都在二十七、八或三十歲以后，可是她們仍然不少生孩子，同时这些孩子的生活、教育，以及先天体質都是很好的，因为他們的父母是壯年人，身体發育是完善的，因此給孩子先天帶來了有利的健康条件，她們的經濟条件是比較寬裕的，同时也給孩子們帶來了生活和教育上的有利条件。

可能有人要說：女子二十七、八，男子三十來歲才生孩子，那么，对一个家庭來說我們的接班人未免嫌太小了；其实，这又有什么关系呢？在旧社会里，我們希望早生儿女，以防老了沒有人奉养，可是在新社会里，我們不一定非依靠子女才能生活；再說二十七、八歲結婚的人，到四十多歲的时候，孩子也快二十歲了，目前类似这样家庭，在國內外还是不少見到的。

再就孩子先天體質的健康程度來看，據醫學及生理學者的統計，父母在這個年齡生育的兒女死亡率是很低的，這一點也說明了晚婚的好處。

總之，晚婚，對本身的學習、工作和健康都是有利的，對減輕家庭的經濟負擔和生活幸福也是必要的和有效的措施，對子女的先天地質以及國家對於人口增殖的計劃安排，都是非常必要的。

## 二 實行避孕

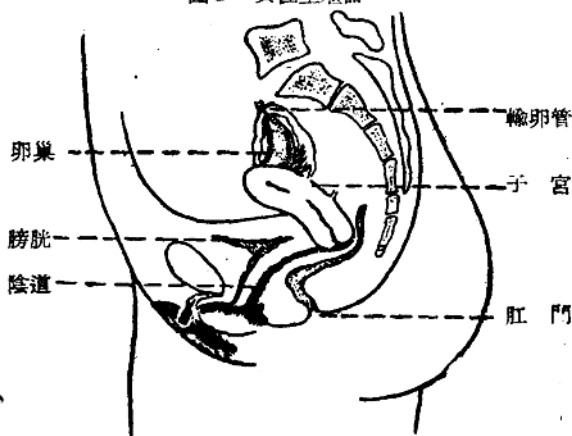
### (一) 怎樣才能受孕

要想避孕，首先必須懂得受孕的道理。

女子身體內受孕的部分，叫生殖器官。在外面看到的叫外生殖器官，在身體內部看不見的叫內生殖器官。內生殖器官包括：(1)陰

道：它是一個連接子宮和外陰部的管狀器官，它的伸縮力很強。陰道壁是粉紅色的，多皺折。它的功用有三：

圖1 女性生殖器



①行房事时，接受男性生殖器使精液精子通过阴道进入子宫；  
 ②经血排除的道路；③分娩时胎儿经过的道路。阴道和排小便的尿道，排大便的肛门各不相通。(2)子宫：它是月经的来源和胎儿成长发育的地方，下部伸在阴道里。把手伸进阴道里能摸到一个像鼻子一样的东西，这就是子宫颈，子宫颈上面有个小口叫子宫口，是和阴道相通的地方。(3)输卵管和卵巢：在子宫的上部有一对输卵管和一对卵巢。卵巢是女子制造卵子的地方。输卵管是输送卵子去子宫的通路。一个健康的女子，每月在经后十几天要有一个卵子由卵巢排出。

男子的生殖器包括以下这些器官：睾丸、附睾、阴囊、输精管、精囊、射精管、前列腺、阴茎等。从外面只能看到阴茎和阴囊，但里面也相当复杂。阴囊中有两个睾丸(精子)，是制造精子的地方。每个睾丸上面又有个副睾丸，

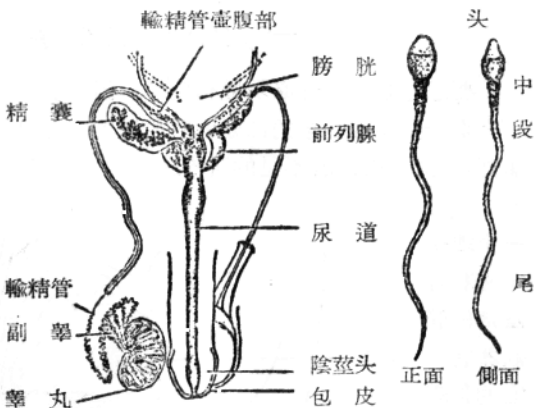


圖2 男性生殖器

圖3 精子

是貯存精子的地方。副睾丸上面接連一條管子，在陰莖根部兩側可以摸到一條和繩子一樣的東西，就是專為運送精子的管子叫輸精管。行房事時，從輸精管來的精子和從精囊、前列腺中來的粘液混在一塊，經尿道排入女子的陰道里。精子外表像個蝌蚪，分頭、中段、尾三部。當一個成熟的卵子進入輸卵管之

后，若能恰好碰到了精子，于是精子便把头部鑽入卵里，尾巴留在外面而后脫落。这个过程称为受精。受精后，順着輸卵管到子宮里附在子宮壁上，称为着床（受孕）。一个卵子从受精到着床，約須經過三、四天（亦有人說須七、八天）之久。

受孕还必须具备以下几个条件：

①女子必須能適时地排出健全的成熟卵子，而卵子也能進入輸卵管里，而且也能獲得与精子相互会合的机会。

②男子必須能產生出活潑健壯的精子，这些精子能在排入陰道之后，仍可保持它的生活力。并能通过子宮頸口、子宮腔最后到达輸卵管与卵子相結合而受精。

③这个受精卵必須適时地到达环境適宜的子宮腔里着床、發育和成長。如果这几个条件有一个条件受到損伤，便不能达到受孕的目的。那么避孕就是利用有效而無害的人工方法来阻止精子和卵子会合，以达到節制生育的目的。

## （二）怎样才能避孕

避孕的方法有很多种，可是有些方法是有害無效的，应用时应当选择。現就其中常見的比較重要的方法，归納为四个方面，分述如下：

### 1. 藥物避孕法

就是在行房事以前，把一种藥品放進陰道里，殺死進入陰道的精子或阻止精子進入子宮，以达到避孕的目的。但是这些藥物必須对男女双方身体健康是無害的，就是長期使用也不会引起慢性中毒；同时，又必須用法簡單，携帶方便，价錢便宜，使用起来既不污染衣物，又沒有不好气味，这是最理想的避孕藥物。目前在医藥公司能夠買到的，有以下几种：

### (1) 避孕膠冻 (或称避孕藥膏)

这是一种半透明糊狀藥物，裝在象牙膏一样的錫管里，另外附有一个特制的注入器。

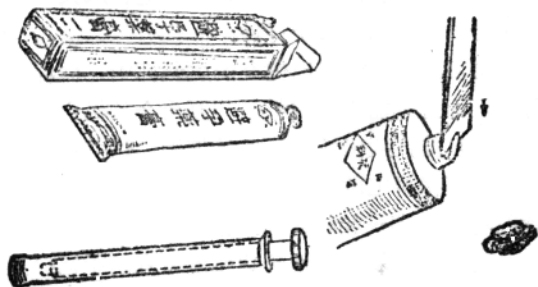


圖 4 避孕膠冻

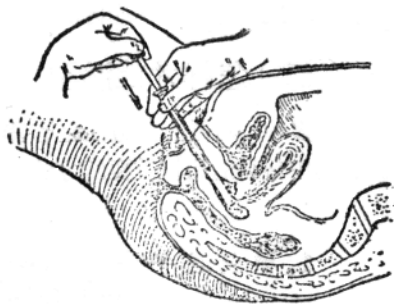


圖 5 避孕膠冻的用法：仰臥在床上，用注入器把膠冻注入陰道內。

膠冻用法有兩種：

①和陰道隔膜、陰莖套等避孕工具合并使用，这样一則可以增加避孕效果，二則可以作为避孕工具的滑潤剂。

②单独使用。可分以下几个步骤：



甲、把藥膏管的錫蓋打開，注入器裝在錫管螺旋口上，再擠錫管的另一端，然後將膠凍擠到注入器內約一匙（約5毫升左右），再蓋好錫管。

乙、使用者，應仰睡在床上，把注入器慢慢插入陰道底部（約有四、五寸），再向外抽出一寸許，使注入器頂端在子宮頸附近，漸漸推入活塞，即可把藥膏慢慢注入在子宮口及其四周。

丙、注入器抽出後，用乾淨毛巾或乾淨布包好，第二天早晨用溫開水洗淨，妥為保存，以備再用。

使用膠凍應注意的事項：

甲、避孕膠凍應在行房事以前注入，不宜過早，以免其中甘油吸取水分後稀釋，減低效果。注入後，不要坐起以免流出影響效果，假若當夜有第二次房事時，必須再注入一次膠凍。

乙、膠凍管口用後要閉緊，並要放置在陰涼的地方，以免分解變成清水或乾燥失去效用。

丙、洗注入器的時候，必須用清潔溫開水，因為冷水不易洗掉膠凍。熱水容易損壞注入器，洗後擦乾和膠凍一併包好保存，不用另行消毒。

膠凍的優缺點：膠凍既能單獨使用也能和別的避孕器具合併使用，使用時也很方便，不用別人指導，也不受時間限制，用起來也沒氣味，在農村也可以買到。

但是單獨使用往往有粘膩感覺，使精神上不太舒服；有些婦女陰道分泌物過多，用了膠凍能影響性交快感；另外膠凍如果保存不好，還會變成清水或乾燥即無效了。凡陰道有裂傷、患子宮下垂症者，都不宜採用此藥。

## （2）健樂蜜（避孕霜）

這是最近新出的一種避孕藥膏，它的裝法、用法、作用和用量都和避孕膠凍一樣，故不多作介紹。