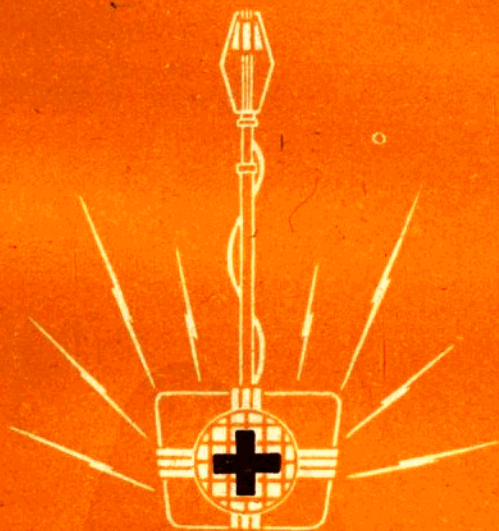


农村妇女卫生講演資料



科技卫生出版社

基 芒

S12
32

內 容 提 要

自从农业生产大跃进以来，全国各地农村妇女都和男子一样，参加了农业生产，为建设我国社会主义贡献出一分力量。

由于妇女的生理特点和男子不同，加上还承担着抚育子女的责任，所以加强妇女保健，提高健康水平，是保证农业丰收的一项重要措施。

这份讲演资料就是针对农村姐妹们经常所遇到的一些具体问题来谈，如月经卫生、白带、血崩、小产、干血癆、计划生育、喂奶、断奶等问题。是农村保健员、接生员、妇女干部宣传妇女卫生时的资料。

农村妇女卫生讲演资料

上海第二医学院医疗系妇产科 編

科技卫生出版社出版

(上海南京西路2004号)

上海市书刊出版业营业许可証出 093 号

大众文化印刷厂印刷 新华书店上海发行所总經售

开本 787×1092 1/32 印张 1 3/8 字数 26,000

1959年2月第1版 1959年2月第1次印刷

印数 1-12,000

统一书号 T·14119·645

定价 (七) 0.12 元

目 次

月經來了應該注意些什么	1
有了白帶怎么办	2
赤帶	4
血崩症	6
婦女干血癆是什么病	8
月經漸絕了为什么再会下身流血	9
婦女腹痛	11
子宮为什么会掉出来	13
早婚为什么不好	15
孕婦嘔吐怎么办	17
怀孕后應該吃些什么	18
做好产前檢查好处多	19
怎样預防孕婦抽风	21
什么叫做流产	22
新法接生的好处	25
娃娃是怎样生出来的	28
生产不順当怎么办	30
怎样預防小儿七日风	31
关于喂奶問題	32
談談小儿断奶	35
产后應該注意的事	38
热天生孩子要防止中暑	39
計劃生育的好处	41

月經来了應該注意些什么

妇女月經每月来一次，这是妇女的生理特点。正因为这是一种生理現象，所以对于經期卫生这个問題，應該特別注意。

一提到月經，尤其是未婚女子，大多避而不談；認為很神秘、很怕羞，农村中妇女得了月經病，大多不愿看医生。如果月經初次来潮，也不好意思說出来，往往用一些破布烂棉花来做月經帶，由于在月經期不注意卫生，就很容易得月經病。

月經的血是从子宮內出来的，它并不是脏东西，正和人体其他地方出血一样，如果用了肮脏的月經帶，就会将細菌帶入內生殖器，使人得病。

正常的月經血量，来一次大約是2两，有的人可能超过4两，大約每次用五、六張草紙，血量少的时候，一天换一两次，多的时候换五、六次就可以了。一般第一天較少，第二、三天血量較多。来一次月經大約是三、四天到六、七天不等。

有些女子，月經初潮时往往不准，有的人来过一次后要隔几个月或半年、一年后再来，以后渐趋正常，这也属正常的現象。多数人每隔28天来一次月經，为一周期。如果每隔21天或者隔35天左右来一次月經，只要每次都是按本人的周期来，都属正常的。

一般来月經时有些腰痠、小腹脹、乳房脹等感觉，都不算病，但情形严重的，最好請医生看看。

妇女到了四十五岁左右，月經不再来时，称为更年期。

妇女在月經期內，一般應該注意下面几个問題：

一、月經期間应注意清洁下身，外阴部每天用温开水擦洗，或者采取淋浴的方法，不要坐在盆里洗，以防細菌进入阴道。

二、結过婚的妇女，月經期間不可同房，以免細菌感染引起腹痛或不孕症。

三、月經帶用过后，應該洗淨并用开水燙过，然后放在阳光下晒干包好。用于淨的草紙做月經墊，不可用脏的棉花、旧布来代替。

四、月經期間不要参加剧烈的运动，或繁重的体力劳动，不下冷水，不熬夜。

五、饮食应有节制、少吃或不吃有刺激性的食物，如酒、冷飲、辣椒等。

六、保持大便通暢；多喝开水、多吃蔬菜或水果。

七、保持身心愉快和平靜的心情，不要激动或煩惱。

月經期間注意卫生，可以避免妇科病，也保证了妇女身体健康和劳动生产。

有了白帶怎么办

周大媽有个独养女儿叫周小妹，今年17岁，是农村里青年突击队队员，工作干得很好。由于最近田里工作紧张，周小妹把换下的衣褲放在一边，被周大媽看見后，随手替她来洗。

在洗褲子的时候，发现褲子上有淡黄色的疤痕，周大媽心中一楞，心里想怎么大姑娘也会有白帶，无形中添上了一絲煩惱。夜深了，周大媽就把这件事和周小妹談起，周小妹不好意思地說：自从15岁那年月經初潮起，就觉得每次月經前后有白帶流出，以为这是暗病，一直沒好意思談起。周大媽听了心里很着急，准备过一天帶小妹去看医生。

第二天，周小妹正好在路上遇到了接生員小張，于是就吞吞吐吐地把这事談出来，小張一面安慰她，一面便将有关白帶的常識告訴她。

一个女子在十三、四岁，由于生理变化，会在阴道中流出少量的白色分泌物，这就叫白帶，这是正常的。当发身后，尤其是月經很有規則的話，通常在月經前后及两次月經中間，阴道內可以流出較多的白色透明而粘稠的分泌物，这些都是每个女子应有的正常現象。其实白帶有二种含义：一种是正常的；另一种是不正常的或是有疾病的。如果白帶很多，而且多到每日需要換衬褲时；或者是黄色，甚至混有血絲，并带有腥臭味；或者白帶象黄水直淌，这些情况都应注意，这是女子生殖器官有病的象征。一般白帶病有以下数种：

一、阴道炎：尤其是滴虫性阴道炎，有了这种病白帶会增多，这与月經周期无关，色淡黄、質稀薄，还可使下身发痒。

二、老年性阴道炎：一般老年妇女没有什么白帶，但由于下身抵抗力差，也可有毛病，并会引起搔痒。

三、子宮頸炎：尤其是生育过多的妇女，有“十女九帶”的說法。白帶的顏色、質、量根据子宮頸发炎的程度而不同。重

的量多、帶血、粘厚如黃膿，輕的不过是白帶量較多一些罷了。

四、子宮頸癌：這是一種三十歲以上的婦女所生的病，除了陰道有不規則的流血外，經常白帶很多，黃色象水，有惡腥臭，但在这以前可能只有白帶變黃、帶有血絲，量稍多的現象，若能及時檢查，可作早期診斷，得到及時治療。

五、盆腔炎：生了盆腔炎或腫瘤，也能使盆腔充血，引起白帶增多。

此外，婦女在懷孕期間，或身體衰弱時，也可使白帶增多，但這些不必驚慌。

總之，一個女子發現下身的白帶色黃，並帶有氣味，就應檢查一下是否有病，有了疾病早作治療，可以保護身體的健康。

周小妹聽完了小張一番話，懂得了白帶的意義。經過檢查，並沒有病，只是青春期的姑娘們應有的現象。這時周小妹一身輕鬆，愉快地繼續她的深耕勞動。

赤 帶

健康的婦女在平時有清澈無色的少量液體從陰道流出，這是正常的現象。如果子宮有了毛病，那麼液體中就會夾着血液或似血非血的、深色或黑色的東西，而且是斷斷續續的從陰道流出，在用草紙時有時見到，有時因沾污在褲子上而見到，一般人籠統的叫它為“赤帶”。

一些人大量的陰道流血（血崩）會十分注意，但對赤帶

就认为是无关紧要，是小毛小病，隔几天就会好起来；但事实往往与此相反，这种赤带往往就是严重毛病的预兆。如不及早医治，将来可能造成不治之症甚而危及生命，因此凡是妇女有赤带或白带中有任何颜色的，都是说明有病的表现。

在儿童时期发现赤带的机会很少，一般是由于碰伤或跌伤所引起，偶尔也可能由于阴道发炎或肚子里生瘤的缘故，遇有这类情形，必须找医生去检查治疗。

在年青未婚的妇女，赤带大多发生于月经不调，只要经过医生的检查，或者吃了调经药后，就会好的。其他如肚皮里生了瘤，自然也会造成赤带，应该注意。

在20岁到40岁的已婚妇女，除了月经失调而引起的赤带外，常常是由于子宫颈发炎，那么只要请医生治疗后就会好转；有时子宫颈上生出象黄豆样大小的息肉，也会引起赤带，这只要请医生将这块息肉摘除就可以了。此外，输卵管发炎、卵巢发炎、阴道发炎引起的赤带，经过治疗后也会很快的恢复健康。在检查时，医生有时要从子宫颈上割一小块肉下来，或从子宫里面刮一点东西出来（俗称刮子宫）去作化验，以确定子宫颈上或子宫里面有没有发炎或生瘤子，然后才能给以恰当的医治，这时病人不必恐惧、怕痛，因为在子宫颈上割一小块肉下来与轻轻地刮子宫，并不会引起疼痛，也不会引起身体上的损伤，对以后的工作绝对没有影响，而出血也是少量的，二、三天后就会停止，但是它的意义却很大，所以姐妹们有了病，一定要听医生的话。

如果妇女有喜后有赤带，那么除了上面的毛病外，很可

能是小产的預兆，有时也可能是葡萄胎造成，或者是宫外孕的緣故，这些毛病都很危險，必須立即送院处理。

在 40 岁以上的妇女，如发现白帶呈水样性多，恶臭，或帶有血液；尤其在性交、过度劳勞、运动、便秘或檢查后有赤帶发现，必須立刻上医院去檢查。另外，經絕后的妇女，如发现赤帶，也很严重，小心生瘤子。

其他象心脏病、血液病、尿道发炎、痔疮等也会造成赤帶，必須注意。

总之，任何年齡的妇女，如果发现白帶中有紅色或其他顏色的，必須立即上医院檢查，免得延誤病情，影响身体健康或生命安全。

血 崩 症

正常健康的妇女，在青春期的約十三、四岁就开始有了月經，月經周期是 28 天，少数也有 21—23 天或 35—40 天的。来一次月經大約是 3—5 天，这些都是正常的生理現象。妇女一生中來月經大約是 30—35 年，也就是 45—50 岁左右，月經漸漸停止，叫作經絕期。

經絕期月經停止的方式很多，有三种情况可以算是生理的。第一种月經忽然停止，以后不再恢复了；第二种月經來潮的周期与以前相同，但每次流血量逐渐減少，一直到沒有为止；第三种月經周期延长到两个月、四个月或六个月来一次，一直到不来为止。与以上三种方式不相同的，都是病理。一

一般人有一个錯誤的觀念，認為不規則而量多的子宮出血是經絕期的典型症狀，有很多子宮頸癌病在早期被忽略，或者子宮其他變化所引起的出血，不能及時引起注意，耽誤了時間，就是這種錯誤的認識所造成。所以應該提出的，這種出血是血崩，而血崩就是指子宮大量的出血，時間不規則，它是一種病的現象，有時可造成嚴重的貧血，甚至危害人的生命。

血崩症的发生表示生殖器官有了病变，現在舉幾種常見的血崩症如下：

一、癌腫：癌腫發生的部位是很多的，最常見的是生長在子宮頸管，其次為子宮體。癌腫是一種惡性腫瘤，40歲以上的婦女，尤其經多次生育、由於生產後發生了子宮頸損傷癰痕或慢性子宮頸炎等更容易發生。

發生了這種病的婦女，有四種症狀出現：(1)流血，(2)排液，(3)惡病體質，(4)疼痛。其中最重要的是陰道流血，如在正常月經後有不規則的陰道出血，或在性交後發生流血，或在過度勞動後出血，在開始時血是漸漸滴出，連續幾天，發展嚴重時流血量可能很多，造成血崩。癌腫一般發現在陰道檢查，凡是有以下情況的應請婦科醫師檢查。

第一，經絕期的婦女，就是已經多年沒有月經了，忽然發生陰道流血的，應作婦科檢查。

第二，如果在性交後發生流血或者大便後有流血情況的，也應作婦科檢查。

二、功能性出血：這病多發生在發身期的女孩或將經絕的婦女，一般是月經來時沖血，以後流血不止，象血崩一樣，這

是因为身体里内分泌失调所引起的疾病，只要去看看医生，就可治好。

三、妊娠期子宫流血多由于流产或葡萄胎所引起，应请医生检查。

四、全身性疾病，如血液病，可以在月经时流出大量血来，形成血崩。另外高血压病人也可能有大量子宫出血，有时阴道内静脉曲张也可引起，但这比较少见。

总的说来，血崩症是一个严重的征候，必须及时医治，以免延误病情。

妇女干血癆是什么病

尽的有的妇女觉得来月经很麻烦，也不大方便，但却知道该来时不来，或者来得太少、太多，都是不正常的现象。凡是青年妇女，月经不来时，俗称为干血癆。癆症是可怕的，再加上干血二字，更使人胆战心惊。其实妇女月经不来有很多原因，并不都是癆症，简单地谈谈有下列数种：

一、月经少，或无月经的原因很多，如果到该来月经的年龄还没有来，大多由于发育不良的缘故。

二、若月经来得很正常，但突然不来了，已婚妇女多半可能是怀孕，这是生理现象，根本不用治疗。要注意的是，有的妇女原来月经不调，多年也没有生育，年龄也比较大，月经来来突然停止，自己还以为有病，就乱吃药，直等到她把胎打下来，才知道是怀孕，后悔已来不及了。遇到类似情况，最好请

医师仔細檢查，不能随便自作主張，以免发生意外。

三、生孩子后，在喂奶的头五、六个月内，月經大多不来，有人甚至只要孩子在吃奶，月經就不来，当然也有一面喂奶，一面来月經的。

四、过度体力劳动也会使月經不来，过分兴奋、激动、忧虑也会使月經不来。又如改变水土，迁移居住或下乡劳动等都能有月經停止不来的現象，这不是疾病，而是精神状态影响了身体各部分的活动所造成，不必担心。

五、大病后如伤寒，在未恢复前，可以不来月經，其他如結核病、营养不良、貧血等慢性病，也可能不来月經。往往开始时，月經間隔時間长，以后逐渐停止。同时人也逐渐消瘦下去。

其他象把子宮或两个卵巢用手术割掉，或者用放射治疗疾病后，月經也会停止。

此外，还有很多原因能使月經不来，必須了解月經不来本身不是毛病，而是一个現象。青年妇女月經停止，癆症是其中的一个原因，不能一律說成是干血癆，應該請医生詳細的檢查，不要自己随便吃葯打針，弄坏身体，后悔不及。

月經断絕了为什么再会下身流血

妇女到了四十五岁左右近五十岁的时候，月經往往有不准，逐渐减少的現象，最后月經停止，这种現象叫做經絕期。妇女在月經断絕以后不应当再有阴道出血的发生，如果在經絕

期后，又有阴道流血的发生，往往是有疾病的緣故，这种情况有人叫它鉄树开花或者倒开花。

經絕期后阴道流血有哪几种不正常的原因呢？常見的有下列几种：

一、老年性阴道炎：經絕期后的妇女，阴道的抵抗力往往减弱，容易发炎，引起了白带增多和阴道出血。

二、慢性子宮內膜炎：它的原因和上面談的老年性阴道炎相同，經絕期后子宮的內膜，因为抵抗力弱了，也容易发炎，而产生出血的情况。

三、卵巢恶性細胞瘤：在妇女的卵巢內生了这种瘤，在經絕期后也会引起出血，有时还有乳房发脹的感觉。

四、子宮頸癌：这是一种严重的疾病，除了感到白带增多发臭和阴道出血外，还有胃口不好，人渐渐瘦下去的变化，疾病時間多些还有腹痛的情况发生。

五、子宮体癌：子宮体癌也是一种較严重的疾病，得了这种病的人，也逐渐变瘦，胃口不好，时常有阴道流血的情况。

我們为什么要重視經絕期后出血呢？上面講过的几种疾病中，有几种是一般性或是不十分重要的，象老年性阴道炎和慢性子宮內膜炎等。但是如果出血的原因是因为子宮頸癌或子宮体癌或卵巢恶性瘤腫的緣故，那就比較严重了，因为这几种病，不但使人失去了健康，还要影响人的生命。

那么我們如果发现了經絕期后出血怎样办呢？如果发现了經絕期后出血，也不要恐惧，因为很多出血是由一般性的小毛病引起的，不一定就是生了癌。但是也不可麻痹大意，应

当早些請医生檢查,查明出血的原因,进行治疗。如果是生了癌的話,也可以应用中葯或者施行手术或放射治疗,往往可以得到滿意的結果,再加上目前卫生事业是以預防为主,通过医疗水平的飞跃发展,群众卫生常識的提高,大規模的进行普查工作,可以及时发现疾病、及时的治疗,相信这种疾病是可以消灭的,只要能 and 医疗預防单位合作、普遍的接受檢查、定期的檢查,尤其是老年人,應該破除迷信、打破旧思想的束縛,有了經絕后的阴道出血就立刻去看医生,唯有这样才能早期发现癌肿、早期治疗,一到晚期那就麻煩了。

妇女腹痛

腹痛是妇科疾病中主要病状之一,产生腹痛的原因很多,有的是因为骨盆腔内发炎而引起,有的是因为子宮内生了瘤子或者瘤子破裂、打轉所引起,有的是因为腹腔内出血而引起,有的是月經期发生腹痛所引起。它的部位常常在下腹部,分急性痛和慢性痛两种。象肚子里出血、瘤子打轉,都是急性的;因发炎而引起的痛以及月經痛,都是慢性的,現在談談几种比較常見的腹痛毛病。

一、**盆腔炎**: 这是指妇女內生殖器发炎,也就是說,是骨盆腔內的子宮、輸卵管、卵巢和它周圍的組織发炎。人体对細菌进入內生殖器有一种自然保护作用;但是这种作用在月經期、产后或流产后都会減低,因此在这些时期細菌容易从阴道进入子宮、輸卵管甚至腹腔。如在急性时期,患有这种病的妇

女，首先发生腹痛，痛的部位在小腹部，假使輸卵管也发炎，痛发生在下腹部的二側，除疼痛外，还可发高烧，有月經期延长、月經量增多等現象。慢性的病状主要是下腹部隱隱作痛，和长时期的背痛，阴道里常有白帶流出，月經不規則，有痛經，严重的不会生育。生这种病的妇女相当痛苦，因此应该注意月經期卫生，推行新法接生，以避免这种病的发生。假使得了这种病，無論是急性或慢性，都应该馬上医治。

二、宫外孕：怀孕后受胎的地位不在子宫里，而在子宫以外的地方，如輸卵管内。但輸卵管是一个很細的管子，容不上胎儿长大，就要发生破裂，造成病状。如一个已婚的女子，有个把月月經不来，一天，突然发生小腹部一側或二側的疼痛，而疼痛十分剧烈，面色蒼白、四肢发冷、头昏眼花，身上出冷汗，以至昏厥。同时阴道里还流出少量的黑色血液，这就是輸卵管破裂的症状，也就是得了宫外孕。这种病很危急，应该立即送入医院做手术，以挽救病人的生命。

三、痛經：妇女在月經期觉得下腹部疼痛，称为痛經。輕的略感痠脹，厉害的須臥床休息。有的人是在月經前3—5天有腰背部和下肢的痠痛，等月經来时反而減輕，如果經期还是疼痛不已，这常常是由于盆腔炎的关系。这种現象多发生在年齡稍大的妇女。

有的痛經发生在月經来时第一天，痛半小时到一小时，停停歇歇，并有恶心、嘔吐甚至昏倒的現象，这种痛多发生在年齡較輕的女子。有人認為这是子宫发育不好，經血郁在内而引起的脹痛；有人認為是子宫口小，或者子宫位置不正的緣

故；也有人認為神經過分緊張或煩惱後所引起。因此經前適當的休息，注意月經期衛生、不性交，以及保持愉快的情緒等，都是防止子宮發炎應注意的。患有痛經的婦女，應該請醫生治療，不要隨便吃藥或打針，而貽誤病情。

此外，還有些腹痛，如闌尾炎、痢疾、腸炎、胆病和腰子病等，也須分清，只有請教醫生，才可得出結論。

子宮為什麼會掉出來

有些婦女在生育後，覺得陰部經常有東西脫出來露在外面，或者在工作用力時脫出，經過休息睡眠後可以縮回去。也有許多婦女在生育後發生以上的情況，慢慢地自己好了，但到了年紀大時，這些現象又出現了。這種毛病，極大多數都是子宮脫垂，也就是子宮脫落到陰部外面來了。

怎樣會發生子宮脫垂的呢？大家都知道子宮是婦女來月經的地方，也是胎兒在母體內生長發育的地方。在正常的情况，子宮下面有堅強的肌肉托住子宮，四周有很多韌帶吊着子宮，假如托住子宮的肌肉和吊住子宮的韌帶鬆了或者受傷了，那麼子宮就有脫垂下來的可能。婦女子宮脫垂大都是過去生育時有難產，或者生產很慢、過快，或者是連續的懷孕和生產，都會使得托住和吊着子宮的肌肉、韌帶受傷而鬆弛，結果形成了子宮脫垂。此外，如果在生產後過早的做重體力勞動，或者有經常咳嗽的疾病，也可能使子宮脫垂更容易發生。

子宮脫垂的婦女，很不舒服，顯著的感到下腹部有下垂感

覺，阴部有东西脫出。給走路和工作都带来了很大的不便，如果子宮脫垂的时间久了，脫出的子宮常同衣褲磨擦，可以擦破以致流出膿血来。此外，有的妇女还会感到經常要小便，每次小便不多，但感到老是便不完的样子。麻煩的是有少数妇女感到小便不易控制，在用力或者咳嗽的时候，小便會自己流出来，給身体带来很大的痛苦。

怎样預防子宮脫垂的发生呢？首先就是要推行新法接生，这样损伤就可大大減少；其次在产后一个月內避免做重活，在产后做些产后运动，也可帮助身体恢复，預防子宮脫垂的发生。

发生了子宮脫垂，也不必恐惧。因为現在医学发达，这个病是完全可以治好的，一般在生产后发生子宮脫垂，在短期內可能自己恢复，不必加以治疗。但这时要注意休息，不要做用力的工作，如果产后几个月子宮仍脫垂下来，那就应当請医生檢查和治疗了，輕的可以应用一种叫子宮托的器械，放在阴道內把子宮托住。如果子宮脫垂較严重，那么就可用手术来治疗，而这种手术做起来也不难，是很安全的。

在过去反动統治时期，农村中子宮脫垂的現象很普遍。因为那时妇女生育問題沒有保障，医学卫生和新法接生都是和劳动人民无緣的，所以生育时难产經常发生，子宮脫垂也經常发现，再加上那时劳动人民生活困难为生活所迫，妇女产后不能得到充分休息，生产后不久就下田干活，更使子宮脫垂容易发生。解放后这种現象就很少发生了，因为医学卫生面向工农兵，新法接生已在全面推行，生产时的损伤也大大減少。