

YUNCHANQI
CHANHOUBAOJIAN YU
YUNQICHANGJIANBING
FANGZHI

孕产期

产后保健 与孕期常见病防治



江西省妇幼保健院
医学专家卫生科普编写组 / 编写
江西科学技术出版社



YUNCHANQI
CHANHOUBAOJIAN YU
YUNQICHANGJIANBING
FANGZHI

孕产期

产后保健 与孕期常见病防治



江西省妇幼保健院
医学专家卫生科普编写组 / 编写
江西科学技术出版社



崇德敬业
情系妇幼

ChongDeJingYe
QingXiFuYou

图书在版编目(CIP)数据

孕产期产后保健与孕期常见病防治/王长华等主编. —南昌:江西科学技术出版社, 2006. 11

(妇幼医疗保健科普系列丛书)

ISBN 7-5390-2937-4

I. 孕… II. 王… III. ①产褥期—妇幼保健②妊娠病—防治 IV. R714
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 132525 号

国际互联网(Internet)地址:

<http://www.jxkjchs.com>

选题序号: ZK2005007

孕产期产后保健与孕期常见病防治

王长华等主编

出版	江西科学技术出版社
发行	
社址	南昌市蓼洲街2号附1号
	邮编:330009 电话:(0791)6623491 6639342(传真)
印刷	南昌市红星印刷有限公司
经销	各地新华书店
开本	850mm × 1168mm 1/32
字数	196千字
印张	8.625
印数	5000册
版次	2006年11月第1版 2006年11月第1次印刷
书号	ISBN 7-5390-2937-4/R·716
定价	14.00元

(赣科版图书凡属印装错误,可向承印厂调换)

《孕产期产后保健与孕期常见病防治》编委

主 编 孙金昌 黄名琛 金寒莹 舒宽勇
王长华 刘 淮 闫锦秀

(以下按姓氏笔画排名)

副主编 刘艳秋 李君明 郑九生 欧阳吁
胡兰新 蔡庆华
编 委 王长华 王安荣 王佳春 甘雪华
汤文倩 任玉枝 刘玉珍 关 红
孙金昌 刘 晓 刘艳秋 刘 淮
朱德燕 杨小兰 李 丹 李毛娇
李君明 杨爱琴 张淑英 肖超兰
郑九生 欧阳吁 周红英 金寒莹
胡兰新 贺爱红 胡雅芬 闫锦秀
都三平 诸丰英 黄 冰 黄名琛
黄惠英 曾言川 程 莉 彭莉贞
舒宽勇 詹 宁 蔡庆华

内容提要

本书由四个篇章组成。第一篇章为孕产期产后保健与孕产期常见病防治的医疗保健科普知识篇,在此篇章中以问答的形式回答了孕产妇关心的医疗保健方面的医学科普知识;第二篇章为妇幼健康教育处方集锦篇,在此篇章中,就妇幼常见病多发病,以处方的形式简要明了的提出医疗与预防保健措施,使读者一看就懂、容易掌握;第三篇章为医患沟通篇,在此篇章中有诊疗活动中医患双方的行为规范和医患合同,有对孕产妇和新生儿的诊断告知、检验告知、病情告知以及《中华人民共和国母婴保健法》等方面的知识;第四篇章为江西省妇幼保健院就医指南篇,在此篇章中为患者导医导诊,介绍了医院科室设置与门诊时间,门诊与住院流程以及门诊患者(孕产妇)选医生,住院患者(孕产妇)选诊疗小组等就诊方面的知识。

本书不仅是孕产妇医疗保健的科普读物,也是医学生、基层妇幼医生、社区医生、计划生育工作者以及妇联和工会干部开展妇女健康教育的实用读本。

编者的话

随着社会的进步和医学技术的不断发展,人们对健康和自我保健的认识也日益提高。帮助和引导广大妇女掌握科学的医疗保健知识和科学的育儿知识,做到有病早治,无病早防,减少或消除盲目就医,提高患者和孕产妇在就医过程中的法律意识和公民享有母婴保健知情选择权的认识,是我们的责任和义务。

为此,我们在编写系列丛书前,通过妇幼医疗保健知识需求调查与分析以及有关健康教育材料制作预试验的结果,选择以编写丛书的方式向广大妇女进行健康教育和医患沟通。历经叁年时间,由我院医学专家编写的这套妇幼医疗保健科普系列丛书完稿。

本套妇幼医疗保健科普系列丛书共有五个分册即:《妇科常见病的防与治》、《征服妇科肿瘤》、《孕产期产后保健与孕期常见病防治》、《不孕不育与辅助生殖》、《实用育儿指导手册》。

参加本套妇幼医疗保健科普系列丛书的编写人员是我院妇科、产科、肿瘤科、生殖健康科、人类医学辅助生殖技术中心、门诊、儿童保健科、妇女保健科、新生儿科、新生儿疾病筛查中心、产前诊断中心、中医科、检验科、健康教育科、医务科、护理部等科室的70余位专家。《孕产期产后保健与孕期常见病的防治》审稿由产科主任医师、教授郑九生担任。

如果广大的妇女儿童能从这套丛书中获得医疗保健知识,得到就医帮助,将是我们莫大的欣慰。

由于编写人员水平有限,难免会有不妥或错误之处,敬请批评指正。

编 者

二〇〇六年六月

医疗保健科普知识篇

孕早期保健 / 2

- ◎孕早期保健是指怀孕的哪个阶段? / 3
- ◎为什么要进行孕早期保健? / 3
- ◎孕早期保健的重点有哪些? / 3
- ◎为什么孕妇不要接触和饲养猫、狗、鸽子等动物? / 4
- ◎怎样预防弓形虫感染? / 4
- ◎孕妇感染风疹病毒会传染给胎儿吗? / 5
- ◎孕妇感染风疹病毒后对胎儿可能造成哪些危害? / 5
- ◎怎样预防风疹病毒的感染? / 5
- ◎孕妇感染巨细胞病毒对胎儿有什么危害? / 6
- ◎怎样诊断是否有巨细胞病毒感染? / 6
- ◎怎样预防巨细胞病毒感染? / 6
- ◎什么是优生四项检查? / 7
- ◎孕前为什么要补充叶酸? / 7
- ◎从什么时候开始补充叶酸,每日应补充多少量合适? / 7
- ◎孕早期能否做B超检查? / 8
- ◎什么是母婴血型不合(即溶血症)? / 8
- ◎母婴血型不合对胎儿有什么影响? / 8
- ◎孕早期是否应该做产前筛查? / 9
- ◎孕妇什么时候做产前筛查最好? / 9
- ◎孕妇血清学筛查主要有什么用途? / 9
- ◎孕妇血清学筛查结果还需要考虑哪些因素? / 10
- ◎孕妇血清学检查结果异常怎么办? / 10
- ◎什么是产前诊断? / 10

孕中、晚期保健 / 13

- ◎什么是孕中、晚期保健? / 14
- ◎怎样计算胎动? / 14
- ◎孕妇的睡眠时间和正确的睡眠姿势是怎样的? / 14
- ◎孕妇怎样定期进行产前检查? / 15
- ◎什么是胎教? 如何进行胎教? / 15
- ◎孕期如何进行乳房保健? / 16
- ◎孕期可以过性生活吗? / 17
- ◎孕期牙龈出血怎么办? / 17
- ◎孕妇便秘怎么办? / 17
- ◎孕期怎么补钙? / 18
- ◎什么是妊娠斑? / 18
- ◎孕妇在饮食上应注意哪些问题? / 19
- ◎孕妇怎样合理饮食? / 19
- ◎孕妇生活起居运动要注意什么? / 20
- ◎孕妇体操有哪些动作? / 20
- ◎胎位不正怎么办? / 21
- ◎什么是胎儿宫内生长受限? / 22
- ◎如何避免胎儿宫内生长受限? / 22
- ◎脐带绕颈可怕吗? / 22

临产前准备与分娩常识 / 26

- ◎临产前应做哪些准备工作? / 27
- ◎什么叫分娩? / 28
- ◎孕妇出现哪些情况表明要临产了? / 28

- ◎ 孕妇有哪些情况应立即到医院待产? / 29
- ◎ 孕妇入院时应向医生报告哪些情况? / 31
- ◎ 什么叫早产、足月产、过期产? / 32
- ◎ 什么是自然分娩? / 32
- ◎ 什么是镇痛分娩? / 32
- ◎ 什么是导乐分娩? / 33
- ◎ 什么是剖宫产手术? / 33
- ◎ 产妇分娩需要多长时间? / 33
- ◎ 决定正常分娩的四大因素是什么? / 34
- ◎ 临产时饮食要注意什么? / 34
- ◎ 生孩子的过程中为什么要 2~3 小时排尿 1 次? / 34
- ◎ 产妇在生孩子的过程中怎样主动与医生配合? / 34
- ◎ 分娩过程中应采取什么样的姿势好? / 36
- ◎ 为什么说剖宫产不能谁想做就做? / 36
- ◎ 剖宫产的小孩比正常分娩的孩子更聪明吗? / 37
- ◎ 药物性镇痛分娩在生产中会不会对胎儿有不良影响? / 37
- ◎ 当不能忍受产痛时如何申请硬膜外镇痛分娩? / 38
- ◎ 使用硬膜外镇痛分娩还需要产妇自己用力生产吗? / 38
- ◎ 硬膜外镇痛分娩有危险吗? / 39
- ◎ 什么是“一对一”陪伴分娩? / 39
- ◎ “一对一”陪伴分娩有什么好处? / 39
- ◎ 产妇情绪与难产有关吗? / 40
- ◎ 产后饮食应注意什么? / 40

产褥期保健 / 42

- ◎ 什么是产褥期? / 43

- ◎为什么要“坐月子”? / 43
- ◎夏天怎样“坐月子”? / 43
- ◎产后下腹疼痛是怎么回事? / 44
- ◎什么是“恶露”? / 44
- ◎产后出汗多属于正常现象吗? / 45
- ◎产褥期要做好哪些保健? / 45
- ◎产后 42 天检查有什么好处? / 46
- ◎产后怎样做到均衡营养与合理饮食? / 46
- ◎产后最初几天的饮食有哪些注意事项? / 46
- ◎剖宫产产妇的饮食要注意什么? / 47
- ◎产后一定要喝“红糖水”吗? / 47
- ◎产褥期能够洗澡吗? / 47
- ◎分娩后什么时候可以过性生活? / 47
- ◎产后乳房保健有哪些内容? / 48
- ◎怎样做产后保健操? / 50

妊娠期肝内胆汁淤积症 / 55

- ◎什么叫妊娠期肝内胆汁淤积症? / 56
- ◎妊娠期肝内胆汁淤积症的发病原因是什么? / 56
- ◎妊娠期肝内胆汁淤积症主要有哪些临床表现? / 56
- ◎妊娠期肝内胆汁淤积症的皮肤瘙痒有什么特点? / 56
- ◎妊娠期肝内胆汁淤积症的黄疸有什么特点? / 57
- ◎妊娠期肝内胆汁淤积症除了皮肤瘙痒和黄疸还有其他表现吗? / 57
- ◎妊娠期肝内胆汁淤积症对胎儿有什么危害? / 57
- ◎妊娠期肝内胆汁淤积症对孕妇有什么危害? / 58

- ◎ 孕妇如果出现皮肤瘙痒怎么办? / 58
- ◎ 如何对妊娠期肝内胆汁淤积症的孕妇进行监护? / 58
- ◎ 治疗妊娠期肝内胆汁淤积症的药物对孕妇和胎儿的健康有影响吗? / 59
- ◎ 患妊娠期肝内胆汁淤积症的孕妇在日常生活中应注意什么? / 59
- ◎ 妊娠期肝内胆汁淤积症终止怀孕的方式有哪些? / 60

妊娠合并缺铁性贫血 / 61

- ◎ 什么是缺铁性贫血? / 62
- ◎ 为什么怀孕期间容易发生缺铁性贫血? / 62
- ◎ 缺铁性贫血对孕妇、胎儿有什么危害? / 62
- ◎ 缺铁性贫血的孕妇可出现哪些身体不适? / 63
- ◎ 如何诊断缺铁性贫血? / 63
- ◎ 孕妇出现缺铁性贫血怎么办? / 63
- ◎ 如何预防怀孕期间合并缺铁性贫血? / 64

妊娠合并病毒性肝炎 / 65

- ◎ 妊娠合并病毒性肝炎有哪几种? / 66
- ◎ 孕妇为什么要做乙肝病毒检查? / 66
- ◎ 病毒性肝炎对孕产妇及胎儿有什么危害? / 66
- ◎ 病毒性肝炎有哪些临床表现? / 67
- ◎ 什么是慢性肝炎? / 67
- ◎ 什么是慢性乙肝病毒(HBV)携带者? / 67
- ◎ 转氨酶增高的孕妇一定是得了肝炎吗? / 68
- ◎ 如何理解乙肝“二对半”的临床意义? / 68

- ◎如何理解乙肝“大三阳”和“小三阳”? / 69
- ◎为什么要检测乙肝病毒脱氧核糖核酸(DNA)? / 69
- ◎检测乙肝病毒前 S₁ 抗原有什么临床意义? / 70
- ◎乙肝病毒母婴传播有哪几种途径? / 70
- ◎如何减少乙肝病毒母婴传播? / 71
- ◎孕妇患病毒性肝炎能否继续妊娠? / 72
- ◎如何诊断乙肝病毒宫内感染? / 72
- ◎乙肝病毒感染能否母乳喂养? / 72
- ◎乙型肝炎患者可以怀孕吗? / 73

妊娠高血压疾病 / 74

- ◎什么是妊娠期高血压疾病? / 75
- ◎哪些因素容易使孕妇患妊娠期高血压疾病? / 75
- ◎轻度子痫前期有哪些临床表现? / 75
- ◎重度子痫前期有哪些临床表现? / 76
- ◎轻度、重度子痫前期、子痫是怎样区分的? / 76
- ◎患妊娠期高血压疾病对孕妇和胎儿会造成什么后果? / 77
- ◎怎样才能早期发现妊娠期高血压疾病? / 77
- ◎如何治疗妊娠期高血压疾病? / 78
- ◎患妊娠期高血压疾病的孕妇日常生活中要注意什么? / 78

妊娠合并糖尿病 / 79

- ◎妊娠合并糖尿病是怎么回事? / 80
- ◎为什么有的孕妇怀孕前没有糖尿病而怀孕后患糖尿病? / 80
- ◎如何诊断妊娠期糖尿病? / 80

- ◎ 产前检查时孕妇进行糖筛查是怎么回事? / 81
- ◎ 是否每位孕妇都需要进行糖筛查? / 81
- ◎ 孕期糖尿病对胎儿的生长发育有哪些影响? / 82
- ◎ 孕期患糖尿病对孕妇的健康有哪些影响? / 82
- ◎ 如何治疗孕期糖尿病? / 83
- ◎ 孕妇患糖尿病后如何控制饮食? / 84
- ◎ 患糖尿病的孕妇在饮食上要注意哪些问题? / 85

教您看常用化验检查报告单 / 86

一、血常规检查 / 87

- ◎ 血常规检验有哪些项目? / 87
- ◎ 红细胞(RBC)计数的正常参考值是多少? / 87
- ◎ 哪些病症会引起红细胞减少或增多? / 87
- ◎ 血红蛋白(Hb)的正常参考值是多少? / 87
- ◎ 哪些疾病会使血红蛋白减少或增多? / 87
- ◎ 白细胞(WBC)计数的正常参考值是多少? / 87
- ◎ 哪些病症会引起白细胞(WBC)增高或降低? / 88
- ◎ 白细胞分类计(D.C)的正常参考值是多少? / 88
- ◎ 哪些病症会引起白细胞分类(D.C)的增高或降低? / 88

二、尿常规检查 / 89

- ◎ 尿常规检查主要有哪些项目? / 89
- ◎ 尿常规的物理学检查有哪些内容? / 89
- ◎ 尿常规的化学检查主要有哪些内容? / 89
- ◎ 尿常规的显微镜检查有哪些内容? / 89

三、大便常规检查

- ◎大便常规检查有哪些项目? / 90

四、出血性疾病检查 / 90

- ◎出血性疾病主要有哪些检查项目? / 90
- ◎血小板计数(PLT)的正常参考值是多少? / 90
- ◎哪些病症会引起血小板计数(PLT)的增高或减少? / 90
- ◎血浆凝血酶原时间测定(PT)的正常参考值是多少? / 91
- ◎哪些病症会引起血浆凝血酶原时间测定(PT)延长或缩短? / 91
- ◎血浆凝血酶时间测定(TT)的正常参考值是多少? / 91
- ◎哪些病症会引起血浆凝血酶时间测定(TT)的延长或缩短? / 91
- ◎血浆纤维蛋白原测定(FIB)的正常参考值是多少? / 92
- ◎哪些疾病会引起血浆纤维蛋白原测定(FIB)的增高或降低? / 92
- ◎部分血浆凝血活酶时间测定(APTT)的正常参考值是多少? / 92
- ◎哪些病症会引起部分血浆凝血活酶时间测定(APTT)的延长? / 92

五、肝功能检查 / 92

- ◎肝功能检查主要有哪些项目? / 92
- ◎总胆红素(TBIL)的正常参考值是多少? / 93
- ◎哪些病症会引起总胆红素(TBIL)增高? / 93
- ◎直接胆红素(DBIL)的正常参考值是多少? / 93
- ◎哪些病症会引起直接胆红素(DBIL)的增高? / 93

- ◎总蛋白(TP)的正常参考值是多少? / 93
- ◎哪些病症会引起总蛋白(TP)的增高或降低? / 93
- ◎白蛋白(ALB)的正常参考值是多少? / 93
- ◎哪些病症会引起白蛋白(ALB)正常参考值的增高或降低? / 93
- ◎丙氨酸氨基转移酶(ALT)的正常参考值是多少? / 94
- ◎哪些病症会引起丙氨酸氨基转移酶(ALT)的增高? / 94
- ◎门冬氨酸氨基转移酶(AST)的正常参考值是多少? / 94
- ◎哪些病症会引起门冬氨酸氨基转移酶(AST)增高? / 94
- ◎ γ -谷氨酰转移酶(γ -GT)的正常参考值是多少? / 94
- ◎哪些病症会引起 γ -谷氨酰转移酶(γ -GT)增高? / 94
- ◎碱性磷酸酶(ALP)的正常参考值是多少? / 94
- ◎哪些病症会引起碱性磷酸酶(ALP)增高? / 94
- ◎乳酸脱氢酶(LDH)的正常参考值是多少? / 95
- ◎哪些病症会引起乳酸脱氢酶(LDH)增高? / 95
- ◎淀粉酶(AMY)的正常参考值是多少? / 95
- ◎哪些病症会引起淀粉酶(AMY)的增高或降低? / 95
- ◎胆汁酸(TBA)的正常参考值是多少? / 95
- ◎哪些病症会引起胆汁酸(TBA)的增高? / 95

六、心肌酶检查 / 95

- ◎心肌酶主要有哪些检查项目? / 95
- ◎肌酸激酶(CK)的正常参考值是多少? / 96
- ◎哪些病症会引起肌酸激酶(CK)增高? / 96
- ◎羟丁酸脱氢酶(HBDH)的正常参考值是多少? / 96
- ◎哪些病症会引起羟丁酸脱氢酶(HBDH)增高? / 96

七、肾功能检查 / 96

- ◎肾功能检查主要有哪些项目? / 96
- ◎尿素氮(BUN)的正常参考值是多少? / 96
- ◎哪些病症会引起尿素氮(BUN)增高或降低? / 96
- ◎肌酐(Cr)的正常参考值是多少? / 97
- ◎哪些病症会引起肌酐(Cr)增高? / 97
- ◎尿酸(UA)的正常参考值是多少? / 97
- ◎哪些病症会引起尿酸(UA)增高? / 97

八、血糖(GLU)检查 / 97

- ◎空腹血糖(GLU)的正常参考值是多少? / 97
- ◎哪些病症会引起血糖(GLU)的增高或降低? / 97

九、血脂检查 / 97

- ◎血脂检查主要有哪些项目? / 97
- ◎胆固醇(CHOL)的正常参考值是多少? / 98
- ◎哪些病症会引起胆固醇(CHOL)增高或降低? / 98
- ◎甘油三酯(TG)的正常参考值是多少? / 98
- ◎哪些病症会引起甘油三酯(TG)增高或降低? / 98
- ◎高密度脂蛋白(HDL-C)正常参考值是多少? / 98
- ◎哪些病症会引起高密度脂蛋白(HDL-C)降低? / 98
- ◎低密度脂蛋白(LDL-C)正常参考值是多少? / 99
- ◎哪些病症会引起低密度脂蛋白(LDL-C)增高? / 99

十、血液电解质检查 / 99

- ◎血液电解质主要检查哪些项目? / 99
- ◎血钾(K⁺)的正常值是多少? / 99

- ◎哪些病症会引起血钾(K^+)增高或降低? / 99
- ◎血钠(Na^+)的正常参考值是多少? / 99
- ◎哪些病症会引起血钠(Na^+)的增高或降低? / 100
- ◎血氯(Cl^-)的正常参考值是多少? / 100
- ◎哪些病症会引起血氯(Cl^-)的增高或降低? / 100
- ◎血钙(Ca^{2+})正常参考值是多少? / 100
- ◎哪些病症会引起血钙(Ca^{2+})的增高或降低? / 100
- ◎血清磷($Phos^{3+}$)的正常参考值是多少? / 101
- ◎哪些病症会引起血清磷($Phos^{3+}$)的增高或降低? / 101
- ◎血镁(Mg^{2+})的正常参考值是多少? / 101
- ◎哪些病症会引起血镁(Mg^{2+})的增高或降低? / 101

十一、儿童微量元素检测 / 101

- ◎儿童微量元素检查有哪些项目? / 101
- ◎儿童微量元素检测的正常参考值是多少? / 102
- ◎铁(iron, Fe)元素对人体有哪些作用? / 102
- ◎锌(zinc, Zn)元素对人体有哪些作用? / 102
- ◎钙(calcium, Ca)元素对人体有哪些作用? / 103
- ◎铜(copper, Cu)元素对人体有哪些作用? / 103
- ◎镁(magnesium, Mg)元素对人体有哪些作用? / 103
- ◎铅(lead, pb)元素对人体有哪些影响? / 104
- ◎镉(cadmium, Cd)元素对人体有哪些影响? / 104

十二、乙型肝炎两对半检查 / 104

- ◎乙型肝炎两对半检查与临床意义 / 104
- ◎乙型肝炎两对半检验结果模式及临床意义 / 105