

节育手册



云南人民出版社

节 育 手 册

*

編著者：孙迺忠 于蘭馥

出版者：云南人民出版社（昆明書林街100号）

印刷者：云南人民印刷厂 发行者：新華書店云南分店

*

1957年9月第1版第3次印刷 字数：28,000 插表1

開本： $787 \times 1092 \frac{1}{32}$ 印張： $1 \frac{5}{16}$ 印數：55,078—65,000

（云南省書刊出版營業許可証文新字第0011号）

統一書号：14116·6

定 價：(6)一角四分

責任編輯：章 庸 封面設計：齊敏學 校 对：韓士儒

前 言

本書是受雲南省衛生廳的委托而編寫的。目前對節制生育常識的學習已經是廣大人民的要求，雖然最近已有多種有關避孕方法的小冊子出版，但是從數量上還不能滿足讀者的需要。現在我們以通俗易懂的文字，將有關節制生育的目的，避孕的原理和具體操作的方法向讀者作簡明的介紹，使具有高小以上文化程度的讀者通過閱讀後能懂得避孕的方法和具體步驟，一般中級醫務工作者能掌握各種避孕方法的指導。書中所介紹的方法均以常用的，比較方便、可靠、經濟、不影響身體健康的為主。

在編寫的方法上，除參攷近年來國內避孕的書籍和有關的雜誌外，並結合我們一些臨床經驗，收集了一些羣眾對於節制生育的思想情況和疑問，作較詳細的解釋與說明，使讀者不但能懂得方法的操作，還能粗淺的認識原理，以打消不必要的顧慮。書中的插圖多採用國內有關文獻中所繪製的。有關中醫中藥的避孕方法未作介紹，因為我們還沒有實際使用的經驗。

由於我們對避孕的知識和經驗有限，書中內容可能有不夠完善和錯誤的地方，希望讀者多多批評及指正。又第一章係雲南省衛生廳婦幼衛生科的同志所寫，特此註明。

孫迺忠 于蘭韻

1957年6月

目 錄

第一章	为什么要節制生育·····	(1)
第二章	男女生殖器的構造和功能·····	(6)
第三章	受孕和避孕的原理·····	(13)
第四章	避孕方法介紹·····	(14)
第一節	藥品避孕法·····	(14)
第二節	器具避孕法·····	(19)
第三節	安全期性交避孕法·····	(31)
第四節	其他的避孕法·····	(33)
第五章	各种避孕方法的选择和比較·····	(35)
第六章	絕育手術和人工流產·····	(37)

第一章 爲什麼要節制生育

生兒育女是正常的生理現象，對婦女來說，本來就談不上有什麼損害。可是孩子生得過多過密，一個連一個的懷孕和哺乳，母體長期得不到應有的休養，而體內的各種主要養料，又要大量的供給孩子，這樣當然就容易引起營養不足和體力衰弱。根據科學統計：孕產婦發病率是隨着產次增加而增加的，難產率的增加也多發生在多產婦身上。尤其在患有某些疾病的婦女，如對生育不作適當的節制，懷孕後經過妊娠、分娩、哺乳等操勞，往往會延長疾病的痊癒，甚至會促使病情惡化。有人曾作過調查：間隔一年生的比間隔三年生的嬰兒死亡率多60%，間隔三年生的就比間隔二年生的死得少。這說明生得多、生得密、死亡率亦高。主要是因為孩子生多了，母親身體衰弱，沒有足夠的精力和充分的時間照顧和教養子女，因而造成孩子先天不足和後天失調，對疾病缺乏抵抗力，就容易患病和死亡。所以從醫學觀點分析，適當的節制生育既有利於母親的健康，又能使嬰兒得到合理撫養，疾病和死亡就可以大大減少，好處是很多的。

解放以來，在中國共產黨和人民政府的正確領導下，隨着祖國建設事業的發展，人民的物質文化生活水平也逐步的有所提高，加之婦幼衛生事業的迅速進展，使我國婦女的健康狀況起了根本的變化，生育能力顯著增加，嬰兒成活率已達90%以上。孩子是人類的花朵，是社會主義的接班人，這當然是一件可喜的事情。但也帶來了一些新的問題，很多勞動婦女因孩子

生得过多过密，首先对孩子的照顾和教养发生了困难，虽然几年来国家已尽了很大的力量在各地举办了大批的托儿所、幼儿园等保育机构，帮助不少孩子众多的家庭解决了托儿问题，但因我国社会主义建设开始不久，短期内还不能全部解决托儿的问题。因而不少子女过多的父母，除了工作和学习外，还必须抽出很多的精力和时间来教养子女，结果弄得两头无法兼顾，既对工作和学习有影响，孩子也得不到合理的教养，这对个人、孩子及国家来说，都是不利的。其次，孩子多了，必然要增加经济上的负担，而影响到家庭生活的改善。所以适当地节制生育，不但可以减轻家庭的负担，提高孩子教养的质量，而且可以使做父母的能安心工作和学习。“儿多母苦”这个民间普遍流行的说法，正反映了广大人民群众对节制生育的愿望和要求。同时根据我国人口众多，人口增长基数大，速度快，物质生产条件落后等具体历史条件，在努力发展生产，逐步提高人民物质文化生活水平的同时，通过节育措施，实行有计划的生育，适当地调节人口增长的速度，对加速社会主义建设事业的发展也就有极大的好处。

党和政府根据人民的要求和愿望，支持和提倡适当的节制生育，是完全从人民的福利，民族的繁荣出发。这与资本主义国家所宣扬的马尔萨斯“人口论”，有着本质上的差异。马尔萨斯主义者把资本主义制度下，由于阶级剥削压迫所造成广大劳动人民贫穷和痛苦这一根本问题加以掩盖，而说成是因为人口过多，物质不足的结果。并认为生活资料生产增长的速度，永远赶不上人口增长的速度。这种论调已为苏联社会主义建设的成就以及我国实际生活证明是错误的。但是如果实行有计划的生育，把人口增加的速度调节得缓慢一些，那末人民物质文

化生活的改善就会更快一些。

怎样才能实现有计划的生育呢？在具体做法上主要分为两个方面：

一、提倡晚一点结婚，改变早婚的恶习。结婚愈迟，生育愈多，这是比较普遍的现象。此外，因为早婚而带来的害处是很多的。按身体发育的情况来说，20岁以下的人，生殖器官虽然发育成熟，但其他器官及骨骼，大约在22至25岁左右才发育完成。若在此年龄前结婚，虽能怀孕生孩子，但因父母身体发育还不十分完善，所生的孩子也难做到先天发育优良，必然会影响到后天身体的健康。同时，20岁以下的青年男女，结婚后因性的刺激会制止身体的继续生长。再因为未满25岁的人神经系统的发育尚未成熟，心理和思维缺乏稳固性，对婚姻问题往往考虑不周密，结婚后容易造成感情破裂而离婚。特别是青年人正是求知识的时期，经济方面尚不能独立，过早的结婚生孩子，就会影响学习和工作，也会影响整个家庭的幸福。为了改变这种习惯，婚姻法规定了婚姻最低限度的年龄。但是这种规定并不是说到了最低限度的年龄就必须结婚，事实上，过了25岁结婚是有益无害的。

二、採用科学的人工避孕方法：这是节制生育工作中一项根本、有效、合理的措施。由于避孕的目的是在于设法使精子与卵子不相遇，即能避免怀孕，懂得了科学的避孕方法以后，每一个人都可以按照自己的条件和愿望制订生育计划，想什么时候生孩子，想有几个孩子，预先订出计划，按计划办事，並可以随时修改计划。

此外，施行绝育手术和科学的人工流产也可以起到节育的作用；但是绝不能把这两种技术作为节制生育的经常办法。

因為施行絕育手術後會永不生育；人工流產手術對婦女健康有害，手術後若不採用避孕，仍會繼續懷孕，並不能達到計劃生育的目的。所以施行此兩項手術時應慎重考慮，特別是人工流產，只能是在不得已時才施行。

其次，我們再來談談關於開展節育工作的一些問題。

節制生育，是人民的民主權利。節育與否，完全出諸自願；節育計劃是每對夫婦根據各自條件和願望自行擬訂或修改，別人不得強迫或干涉。自從黨和政府提倡適當節制生育以來，得到廣大人民的贊同和響應，證明羣眾是需要節制生育的。但在個別地方，由於宣傳得不透徹，引起一些誤會：比如提倡晚點結婚，對國家社會，個人家庭以及後代，都是有利的，而且是在到達婚姻法所規定的年齡時，即有個人決定的自由。但因為宣傳工作的缺點，有些青年捕風捉影，甚而虛報年齡，提早申請結婚。節制生育，在我國說來，還是一項新的工作，這樣就要求宣傳工作做得更全面和廣泛深入。

要使節制生育順利推行，和遺留的封建思想作鬥爭是必要的。民間說法，一方面認為“兒多母苦”，一方面又認為“生兒育女是命中註定，節育會違背天意”，很明顯這是由於缺乏科學知識所造成的。節制生育是夫婦雙方合作的事情，但往往認為是女方的責任，這是和“重男輕女”的封建思想分不開的。後面所介紹的，男子採用陰莖套避孕或施行結紮輸精管的手術，都比女方採用陰道隔膜和結紮輸卵管更簡單方便，經濟得多。由此可見當夫婦同意節育時，男方是更應該積極主動的。

要使節制生育順利推行，和一些錯誤的或誤會的思想作鬥爭也是必要的。有人以為我們提倡適當節制生育，和馬爾薩斯

的“人口論”的主張一致，這在開始時，我們已予以駁斥，這里不再重複。衛生部門有些同志認為節制生育與加強婦幼保健工作有矛盾；這是誤解的。舊中國是生得多死的也多。現在還不难找到生過十餘胎的母親，到老來竟是膝下空虛！可以說是壞其“自生自滅”的。節制生育與婦幼保健是相輔相成的，正由於有計劃生育，才更有條件加強婦幼保健工作，也只有做好衛生保健工作，才能克服對節制生育的顧慮。

最後再找兩個問題：

許多讀者，是會嫌我們所介紹的一套節育方法，多少有點麻煩，總希望用服藥避孕。或者會責備我們為什麼不介紹中醫的辦法？這是完全可以理解的。但據我們所知，全國只介紹了一些中醫的避孕單方，但中醫師們都認為是提供試驗，直到現在，還看不到可靠的試驗結果。甚至個別的人沒有得到中醫的直接幫助，造成危害健康的副作用。所以我們認為應很好研究，或有計劃試驗中醫的避孕方法，但沒有得到正式結果以前，冒然推廣，既達不到節制生育，還會有副作用產生。

最近關於科學人工流產問題，國內學者爭論很多，作為衛生工作者，我們認識到人工流產對產婦健康是有妨礙的。但我們也看到過舊社會的溺嬰或用不科學的墮胎方法，那種殘忍的摧殘。如果當前我們不在一定條件範圍內幫助要求人工流產者，勢必增多不科學的墮胎，後果是更壞的。但應做更多的宣傳和教育工作，使人工流產數減少到最低的限度。

第二章 男女生殖器的構造和功能

要學習怎樣避孕，必須懂得男女雙方的生殖器是如何構成的？它的功用如何？假如不懂得生殖器的構造，我們就不知道避孕的藥物應該放在哪里，如何才放得準確；同時，懂得了生殖器的構造之後，可以使我們消去一些不必要的思想顧慮。有人曾問避孕器具放到女人的生殖器里去，會不會落到肚子里拿不出來，所以學習了生殖器的構造，就可以不必這樣耽心了。此外，懂得生殖器的功能，才能幫助我們進一步了解避孕的原理，掌握避孕的方法。

一、男性生殖器的構造和功能

男人的生殖器主要能產生精液、男性內分泌素，並且在性交時能將精液射到女性的生殖器中去。

精液在什麼地方產生呢？男子的生殖器，在肛門的前邊，有一個包囊，叫做陰囊，皮膚色深，而且有許多皺紋，這個囊中間有隔，將囊分為兩半，每半里有睪丸一個，成年男子，隔着陰囊的皮膚，可以摸到睪丸，大小如板栗，可以活動。這兩個睪丸就是產生精子的地方。成年男子在睪丸中產生很多的精子，貯藏在許多曲折的小管中，這些小管捲曲在睪丸的上方，叫做附睪，精子經過這些小管，每邊結合到一條比較大的管子，叫做輸精管。輸精管通到貯精囊，貯精囊內有一條射精管通向尿道，平時精子存在貯精囊、附睪及輸精管等處，當性交時或遺精時，才和精液一齊排出。

精液里，除了精子外，大部份的液体都是由精囊及前列腺分泌的。精囊有两个，深藏在身体里，我們平时摸不到。前列腺又名攝护腺能製造白色粘稠的液体，性交时排出来，使生殖器滑潤，可以帮助精子活动。

睾丸除了能產生精子的功用外，它还能產生一种叫做睾丸素的内分泌素，这种内分泌素由血液吸收傳到全身，是無管腺。因为有睾丸素，所以能有男人的特徵，如声音粗大，肌肉坚实，長鬍鬚等。

精子是男性的生殖細胞，很小，形狀像蝌蚪，有头、体、尾等幾部份，这許多小虫样的东西能在精液中靈活的活动，我們肉眼看不到它，要用顯微鏡才能看見。每次性交时射出精液2至4毫升（相当于半茶匙），里面就有兩億左右的精子，这些精子的作用，是到女性生殖器內和女性的卵結合而成胎，一般

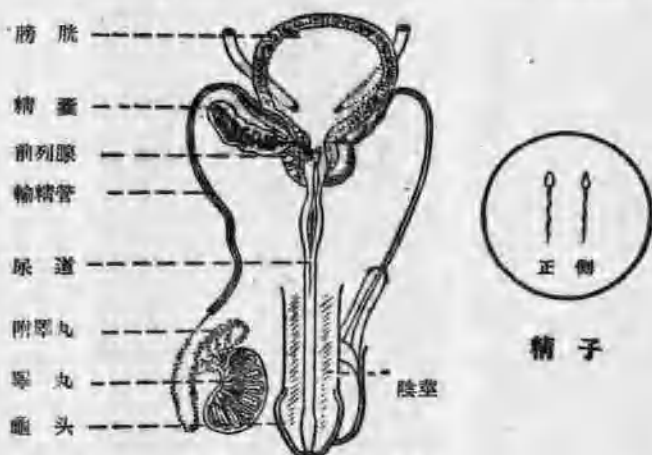


圖 1 男性生殖器正面圖

只要有一个精子和卵结合即可受孕。精子在附睾及精囊中，能活幾星期，但到达女子体内，如果未和卵结合，那末就在幾小时或一两天内死亡，否则活动力也很微弱。

、精液怎样能到达女子的身体内和卵子结合呢？在阴囊的上方有一阴茎，顶端较大，叫做龟头。这是十分敏感的地方，在阴茎中有尿道通过。当男子性慾衝动的时候，阴茎便充血膨胀，变得坚硬起来，叫做勃起。全身的精神很兴奋，前列腺的分泌增加了，假如这时性交，产生快感，达到一定的程度时，即有射精现象。精子由射精管到尿道，和前列腺，精囊等的分泌物合起来，由尿道排出到女子的阴道中。射精后，阴茎又渐渐恢复了原来的样子，这样就由性交的动作把精液射到女子的身体内，有机会和卵子相结合。

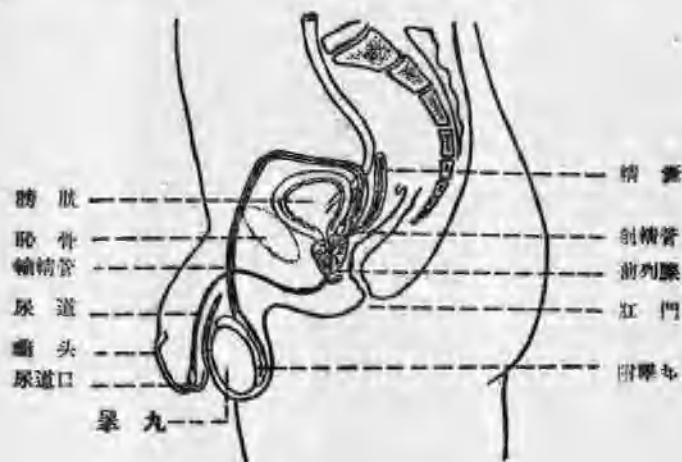


圖 2 男性生殖器官剖面圖

二、女性生殖器的構造和功能

女性的生殖器，可以分作內外兩部份，在外面能看到的是外生殖器，在里面的叫做內生殖器。

女性的外生殖器：在小腹最下的地方，成年人脂肪比較多，皮上長有陰毛，叫做陰阜。在陰阜下有硬骨，叫做恥骨。陰阜向下向後和左右兩邊的大陰唇相連，大陰唇就在兩大腿根的中間，是長形隆起的脂肪組織。年紀小的時候，這部份的皮膚是白色的，成年人呈褐色，懷孕時變成深褐色。邊緣不整齊，很像鵝冠，上面不生陰毛，含神經很多，感覺敏銳。向大陰唇兩側突出的兩片皮膚皺褶，叫做小陰唇。小陰唇的皮膚特別細嫩，呈粉紅色。小陰唇的皮膚含有大量皮脂腺。

在兩側小陰唇的上端相連的地方，鼓起像豌豆大的陰蒂頭，也富有血管和神經，是女子生殖器中最敏感的地方，性衝動時能勃起。在陰蒂頭的下面，兩側小陰唇的中間有陰道前庭，這裡有尿道的開口，即是女性解小便的出口，有人認為月經是由尿道口出來的，這就不對了。在尿道口的下面是陰道口，月經便是由這兒出來的。陰道口的周圍有黏膜，叫做處女膜。處女膜在處女時很明顯，第一次性交時便多半破裂，而有少量出血，但也有不流血的。處女膜是不是完整，並不能完全判斷女子是否已有過性交，因為有的人處女膜很薄，經過劇烈的運動，也會自己破裂，而有的人處女膜彈性很強，雖然性交也不破裂。

在陰道口兩側有兩對腺體，叫做前庭大腺。性衝動時，可以排出些液體，使陰道口滑潤。陰道口的下方有肛門，肛門和陰道中間，叫做會陰。

女性的內生殖器：女性內生殖器是由陰道、子宮、輸卵管、卵巢等所組成的。

由陰道口向內即是陰道，月經期時，由此將經血排出体外；性交時接受男性的陰莖及精液；同時，精子可以通過陰道而入子宮；生產時胎兒也是由陰道產出來的。它是一個管，管壁前短後長，大約有成人的中指長，前面有尿道和膀胱，後面有直腸，這管子是有伸縮性的，內面有皺褶，當我們站立的時候，陰道的方向是向上向後的，在它最深的地方，有子宮的頸部，子宮頸的四周有空隙，叫做陰道穹窿。後穹窿比前穹窿深些，陰道中常有些分泌物可以潤滑陰道。

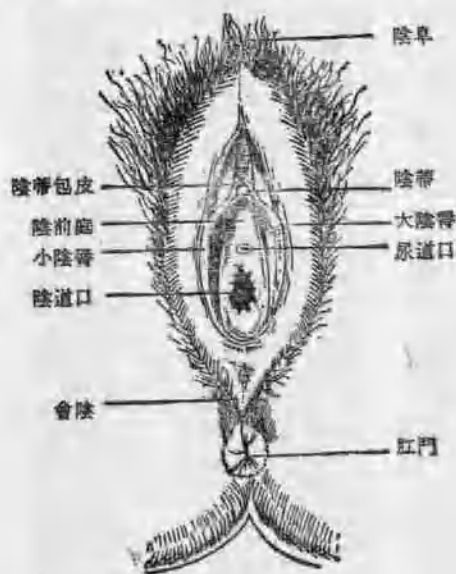


圖 3 女性外生殖器官

陰道的最深部，就是子宮，是胎兒發育成長的地方，像高粱的樣子，可以分為子宮體和子宮頸兩部份，子宮頸和陰道相通，有一部份在陰道深處可以摸到。子宮頸的中間，有一個小洞，即是子宮口，精子就是由這小洞鑽到子宮里去的。子宮頸口平時有些粘液阻着，當精子通過時，這裏的分泌物就增加而且稀淡了，可以使精子容易通過，在子宮頸的上端有子宮體，中間也有空隙，叫做子宮腔，子宮腔的內層為內膜，這內膜在成人可經常起變化，每月要脫落一次，月經的血就是子宮腔的內膜脫落，血管破裂而來的。

子宮的底部左右兩側，各有一條細管子，叫做輸卵管。輸卵管的外端擴大，好像喇叭一樣，又像漏斗，所以又叫喇叭管或漏斗部。在子宮的兩旁，有兩個卵巢，這是產卵的地方，也

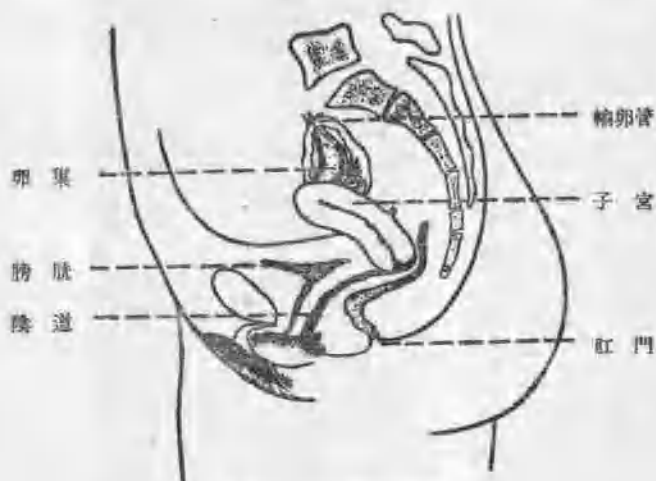


圖 4 女性生殖器官剖面圖

是女性內分泌素產生的地方。因為有女性內分泌素的关系，女性才有她的特徵；如生殖器的發育、聲音尖銳、乳房發達、身體丰满、有月經來潮等。

女子自十五歲左右就開始有月經，除懷孕或哺乳外，在正常情況下，每月行經一次。自上次行經的第一天算起到下次行經的前一天為止，中間相隔的日數，叫做月經週期。一般的月經週期是28至30天，有少數人的月經週期是21天或35天，這也是正常的現象。行經時，應該適當休息，注意外陰部的清潔，而且不應該性交。

當女子第一次有月經來潮後，她的卵巢就能有成熟的卵產出來，這卵子是圓形的、很小，要用顯微鏡才能看得見，每個月大約只產一個，假若月經週期是28至30天，那末每次排卵的時

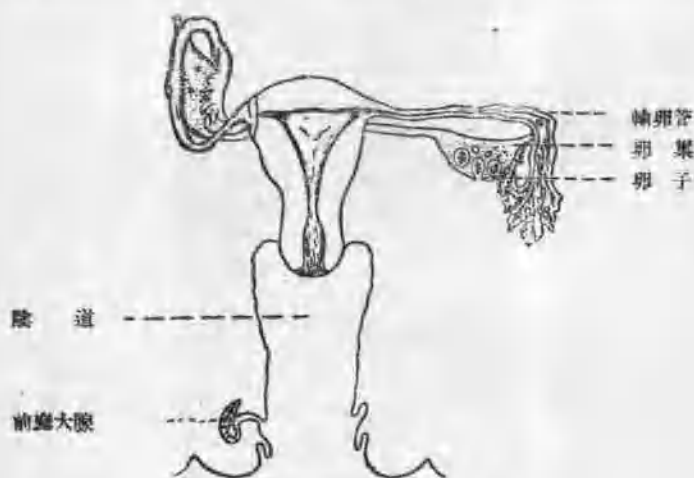


圖 5 女性內生殖器正面圖

大約在下次月經前兩星期，但並不是每個人都這樣，有時也因健康、氣候、情感波動等原因而改變排卵的日期。

第三章 受孕和避孕的原理

男女成年後，男的生殖器官（睪丸）就會產生精子；女的生殖器官（卵巢）就會產生卵子。當性交時男子的精子可射到女子陰道內或子宮腔內。精子是會運動的，可以經過子宮腔向上行直達輸卵管，與女子卵巢所排出的卵子相遇，即結合而成受精卵。由輸卵管之運動可把受孕的卵子（胚胎）送到子宮腔，种植入子宮內膜內，即稱為懷胎。避孕就是用各種方法阻

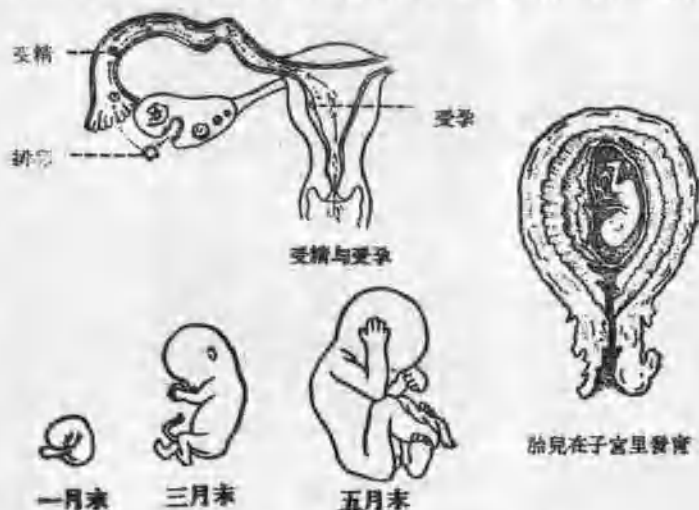


圖 6 受孕的生理情況