

爱健康 / 协和名医系列

子宫情事

一位妇产科男医生
对女性生殖健康的新颖解读

北京协和医院妇产科主任医师、教授
谭先杰 / 著

著名妇产科学家郎景和院士
及作家冯唐 共同推荐

全新 · 原创 · 章回体 · 健康科普

中国妇女出版社



爱健康 / 协和名医系列

子宫情事

北京协和医院妇产科主任医师、教授
谭先杰 / 著



中国妇女出版社

图书在版编目(CIP)数据

子宫情事 / 谭先杰著. —北京: 中国妇女出版社,
2014.9

(爱健康 / 协和名医系列)

ISBN 978 - 7 - 5127 - 0911 - 9

I. ①子… II. ①谭… III. ①妇产科学 IV. ①R71

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第152875号

子宫情事

作 者: 谭先杰 著

策划编辑: 乔彩芬

责任编辑: 刘 宁

文字编辑: 朱 娜

装帧设计: 吴晓莉

责任印制: 王卫东

出 版: 中国妇女出版社出版发行

地 址: 北京东城区史家胡同甲24号 邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网 址: www.womenbooks.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京联兴华印刷厂

开 本: 165 × 235 1/16

印 张: 16.5

字 数: 289千字

版 次: 2014年9月第1版

印 次: 2014年9月第1次

书 号: ISBN 978-7-5127-0911-9

定 价: 39.80元

版权所有·侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)

序



这是谭先杰大夫用章回体写的医学科普书，应该说是一种创造。

通常的科普文章，体裁上多属于科学小品，笔法比较随意，把科学道理说清楚也就可以了。也有讲故事的，轻松自然，或者更可以吸引读者。此外，还有科幻小说、科学诗等。

但写得好，都不容易。

章回形式的科普较少见。使我想起少儿时代读的小说，小学四年级我读《说岳全传》，后来又喜欢《三国演义》《水浒传》，并不太喜欢《西游记》（觉得看看皮影戏就可以了）。初中读《红楼梦》，是到书店断断续续读的，不敢把书买回家，怕父母不高兴。其实，也是懵懵懂懂，不甚了了。

谭大夫用章回体写医学科普倒是蛮有意思。首先是章回，一回一回，独立成章；一回一回，又能连贯；既轻松又自然，饶有情趣。显然借鉴了古典章回小说的套路，题头第一句宛如刀枪剑戟杀出，后一句则是科技武器收兵。既引人入胜，又内涵深藏。

全书信息丰富，有解剖生理、有诊治预防，讲妊娠、说疾病，语言朴实无华、流畅无碍。有时拟人说事，有时严肃论理。可见作者的科学功底和文字功夫，均

堪上乘，方可驾轻就熟。

最值得称道的是，谭先杰大夫热爱医学、热爱学科、热爱病人的仁慈之心。如此繁忙的临床工作，舍得花时间、精力撰写科普，就是舍得花时间、精力感恩公众，就是舍得花时间、精力奉献社会。这种舍得非常值得！

有位医学哲人说：你仅仅是个好医生，就不是一个好医生。太深刻了！每每让我们沉思良久。就是说，你仅仅满足于做个好的临床医生还是不够的，还应该想得更多，做得更多，像谭先杰大夫一样。

权作为序！

中国工程院院士、教授、博士研究生导师
中国医学科学院北京协和医院妇产科主任

A handwritten signature in black ink, appearing to read '王钢' (Wang Gang), written in a cursive style.

2014年盛夏 于北京

序

这是诗与早先天用章回体写的医学科普书，应该说是一种创造的。

通常的科普文事，从体裁上多

局限于科学小品，手法比较随意，把科学道理说清楚，也就可以了。也有讲故事的，轻松自如，或者更可以引读者。当然，还有科幻小说，科学诗等等。

但寫得好，都不容易。

辛甲的武的科晉比較少見。使我想起
起儿时读的《说》。小学の道级我读
《说岳全传》。后来又喜欢《三国演义》
《水浒传》。并不喜欢《史记》（竟得
看皮影戏就可以了）。初中初读《红楼
梦》，是到书店买的。读的，不敢把书
带回家，怕父母不高兴。其实，只是蒙

情，不其了了。

评古矣用章句体为医言神者例是也
有志思。首句是章句，一田一田，独之线
章，一田一田，又续连贯。即挂松又何然，
饶有情趣。星公信誉了古典，章句小
说口要路，起头第一句宛如刀枪剑戟
束去，后一句则是神技武者收兵，即引
入入胜，又与涵濡蕴藏。

今书信息事宁人，方刻生理，有诊
治颈项，清痘疹，洗痰病，语言朴素
无华，流暢无碍。有时拟人论事，有时
严肃论理。可见作者科子功业和文字
工夫，均堪上采，方能驾轻就熟。
最值珍秘道的是，清先生于医道
医言，其发于神，其发为人之仁惠之心。如
此繁忙的临症之作，全得花时间去精力

擅写丹青，就是舍得^花时间，精力献^{恩公}社会，就是舍得花时间精力奉献社会。这种舍得非常值得！

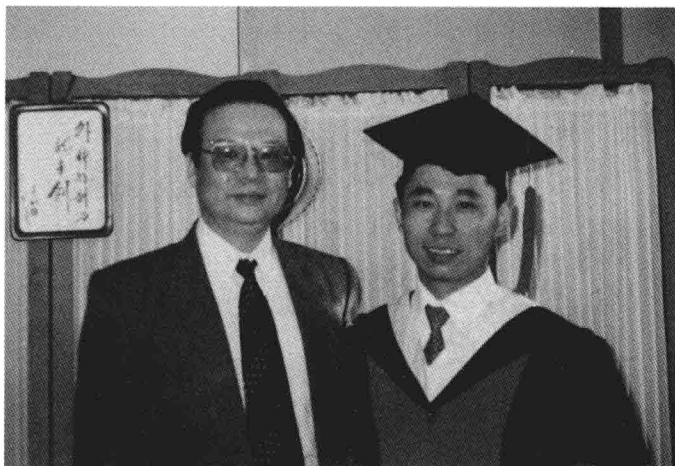
有位医生哲人说，你仅仅是一个好医生，

就不是一个好医生。太深刻了！每每让我们沉思良久，就是说，你仅仅满足于一做一个好的临床医生还是不够的，更应该想的更多，做的更多，像谭先生^{大夫}一样。

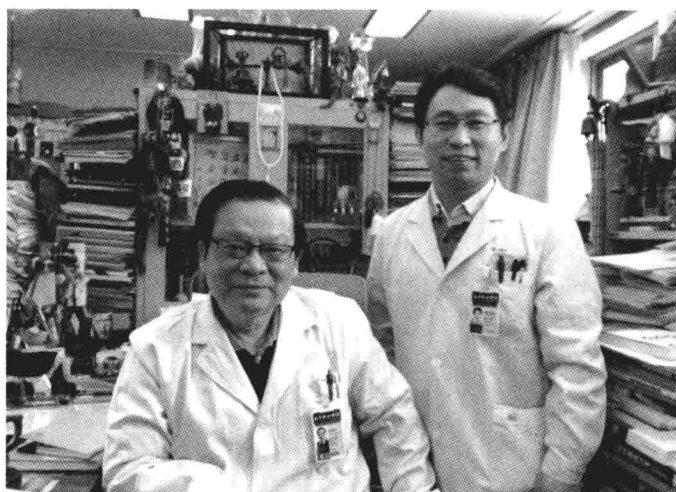
二〇二〇年夏

以急知

作者与导师——中国工程院院士、著名妇产科学家郎景和教授



摄于2000年



摄于2012年



前言

《子宫情事》的名字比较文艺，但其实是一本有关女性生殖器官——子宫及其邻近器官的健康读物。

子宫在女性的一生中扮演了重要的角色——既是每月一次生理周期的源头，更承载着人类繁衍的任务，是我们每个人都曾经停留过的地方。由于知道或不知道的原因，疾病离每个人、每个器官，包括子宫，越来越近。关注子宫健康，远离妇科疾病，成为女性朋友们的自然需求。

2013年3月，我应江苏卫视邀请录制了4集女性健康节目，节目的名称由电视台提议，夺人眼球：《宫心计——子宫保卫战》。2013年8月，我应邀在《人民日报》发表了6篇关于子宫肌瘤的科普短文，后来又在湖北卫视和腾讯网健康频道录制了几期健康节目。节目播出后反响很好，我亦感觉言犹未尽。

2014年年初，我与向阳教授共同主编的《协和名医谈妇科肿瘤》出版了。尽管该书很快成为该领域的畅销书，但个人认为其风格偏于传统，不容易引起大众读者的兴趣。与此同时，我用@协和谭先杰在微博上发表的风格诙谐的科普文章被多次点“赞”，于是我萌生了用轻松的语言写这本医学科普的念头。

《子宫情事》的理想阅读对象不是已经罹患了疾病的病人，而是身体稍有不适或者完全健康的女人，当然还有她的丈夫、男友或家人。对很多的知识我都是点到为止，只讲述概念性问题，并不深入讨论具体的诊断和治疗方法，后者应是医生们做的事情。

我尽量通过轻松的语言传递重要的科普知识。我希望朋友们通过茶余饭后或夜晚入睡前的阅读，能够关注女性健康：无病不被忽悠，小病不被吓倒，有病及时治疗！不要期望看了这本书后自己就能成为医生，这不可能，更不可取！诚如我的导师、中国工程院院士郎景和教授所言：保健靠自己，看病找大夫！

全书共 56 回，回目由 7 首打油诗组成，应该说较为贴切地概括了本书的内容。数字“七”与“妻”谐音，与女性颇有缘分。《素问·上古天真论》云：“女子七岁，肾气盛，齿更发长；二七而天癸至，任脉通，太冲脉盛，月事以时下，故有子；……七七任脉虚，太冲脉衰少，天癸竭，地道不通，故形坏而无子也。”

在每一回中，我均以一段微博文字为引，然后根据前辈们传授的知识，结合临床经验和最新文献，对涉及的器官和常见的疾病进行评书式讲解。有时会使用新潮的网络语言，还会打些俗气的比方，目的是把问题说清楚、讲明白，使大众读者能够理解深奥的医学知识——即使是医学生，有时也需要些时间才能领会。为了适应网络化时代公众片段式阅读习惯，有时叙述啰唆甚至重复。行文看似信马由缰，实则也有逻辑，语言或许通俗，道理力争科学。

感谢郎景和院士和北京协和医院妇产科的前辈和同事们。书中的医学知识，其实都是前辈们和同事们的成果，只是经我之口、以我的风格讲述出来而已。如果对某些知识把握不当，非前辈们教授有误，多半是我理解偏差，希望前辈和同事们指正。感谢我的家人，没有他们的支持，本书无法完成。

还要感谢已经作古的父母，尤其是母亲。在我 12 岁那年，母亲因妇科肿瘤离我而去，这是我学医的主要原因。母亲去世 10 年之后，我如愿成为北京协和医院的妇产科医生，再 10 年后成为妇科肿瘤医生。这段经历被北京电视台拍摄成微纪录片《致母亲》，入选《中国梦 365 个故事》，引起了网友们的共鸣。

本书的成书过程颇为有趣，您不妨先看后记。希望您能喜欢我这种讲述科普的尝试，并提出宝贵意见。

谭先杰

2014 年 8 月于北京



目录

1 / 楔子

4 / 第一回 含而不露镇中堂：子宫的解剖和生理白描

子宫是本书的当然主角、绝对一号。顾名思义，子宫是女性体内一座供子嗣后代暂时居住的宫殿，深藏于女性下腹部盆腔中央，被一圈骨头（骨盆）保护着。那么，这位含而不露的主角身量几许？相貌怎样？本事如何？让我们一起，轻拨香帘见真容！

8 / 第二回 激情迸发映两厢：输卵管解剖结构和生理

输卵管是子宫两侧的一对细长的管状结构。从纯生物学角度而言，男女床第之间的那点儿浪漫故事，仅仅是一场更激动人心的大戏的前戏而已：精子先生与卵子小姐激情幽会并合二为一（受精）的欢乐谷，是在子宫的东厢或西厢的一间较为宽大的房间——输卵管壶腹部。

12 / 第三回 弹丸之地太后临：卵巢的结构和功能简介

卵巢，顾名思义，就是储存卵子的地方。直到目前，它仍与输卵管一起被称为“附件”，即子宫的附属构件。卵巢比大拇指略微大些，可谓弹丸之地。然而，正是这个不起眼的附件，却会产生女性性激素——主宰红颜一生的枯荣兴衰，位高权重堪比太后。

16 / 第四回 风情万种温柔乡：女性的外阴阴道和乳房

从某个角度说，女性外生殖器和乳房，是女性身上看得见、摸得着的最神秘的地方，那么，这片风情万种、温柔无限的伊甸园，是否真的隐藏着令风流男儿冲冠一怒的神秘呢？让我们卡着尺度，认识一下。

25 / 第五回 多彩宛若七色花：女性一生各阶段的特点

赤、橙、黄、绿、青、蓝、紫，是自然光被分解之后的7种色彩，是构成多彩世界的基本颜色。也许是巧合或者有意，医学上将女性一生也分为7个不同的时期，包括胎儿期、新生儿期、儿童期、青春期、性成熟期、更年期、老年期。所以，多彩宛若七色花。

29 / 第六回 周而复始自然香：谈谈女性月经及月经期

“二七而天癸至，任脉通，太冲脉盛，月事以时下，故有子。”“月事”即月经，也有叫“大姨妈”或者“老朋友”的。一个健康女性，每月都会出现1次3~7天的阴道出血（其实是子宫出血），这种周期性阴道出血就是月经。月经是女性特殊的生理现象，也是女性生殖器官发育成熟的重要标志。

32 / 第七回 能屈能伸定乾坤：子宫为怀孕分娩的准备

在母体内的280多天，胎儿吃喝拉撒睡都在一间温馨私密的多功能居室（子宫腔）。这间黄金一居的神奇之处在于，它能随胎儿的要求而扩展，容积从未怀孕时的5毫升，扩张到分娩前的5000毫升。原来，母辈对儿女的包容，前世早已注定。

35 / 第八回 股肱之臣安家邦：轻松了解女性的性激素

婀娜多姿、粉面桃花、柔情似水，是对女性的赞美。细腻女人为什么会与粗糙男人大不相同呢？这与前文提到的太高级人物——卵巢产生的特殊物质（性激素）有关，包括雌激素、孕激素和雄激素，它们为维持女性的细腻和娇媚鞠躬尽瘁。而这一切，都在下丘脑—垂体—卵巢轴的精密调控之下。

42 / 第九回 百年树人预则立：说说优生优育的那些事

十年树木，百年树人，说的是教育。其实，教育是有对象的，身心健康的对象，成才自然容易很多。所以，优生优育，提高出生人口素质是一个很

重要的问题。如何孕育出健康的后代，是每个家庭都关心的问题。合法激情之前和之后，需要注意什么呢？

47 / 第十回 千丝蝼蚁可毁梁：谈谈妊娠期间用药问题

人类胚胎是很娇贵的“物种”，其发育除了受父母遗传物质的影响外，还受诸多环境因素的影响。空气污染、食品污染等大环境不在普通人的掌控之列，但怀孕女性的用药问题、吸烟酗酒问题却是可以掌控的。女性准备怀孕前、怀孕和哺乳期间，哪些药物不能用，哪些可以用，哪些谨慎用，此外还有哪些需要注意的事情呢？

51 / 第十一回 兵马既动粮草行：聊聊妊娠期的营养问题

胎儿是母体内一只可爱的“寄生虫”。从米粒大小的受精卵发育成几千克重的胎儿，一草一木、一砖一瓦都取自母体。所以孕妇所需营养高于非妊娠期，并且与胎儿生长和智力发育密切相关。但不能矫枉过正而营养过剩，需要适时控制和监测孕妇体重变化，以利于母子健康。

54 / 第十二回 胸有成竹方出帐：了解妊娠期的不适症状

尽管若干年后回过头看，妊娠过程似乎弹指一挥间，但女性在刚刚妊娠之时，的确是一天天掐算的。在这个漫长的过程中，除了那些惊天动地的大事件需要由医生来帮助处理外，女性还会遭遇很多困扰。如果对这些不适和困扰有心理准备，孕妇就能更愉快舒心地度过妊娠期。

57 / 第十三回 尖尖小荷出池塘：预产期及胎儿发育过程

精子先生与卵子小姐结合之后就开始了漫长的妊娠历程。破土而出的嫩芽，有的一帆风顺开花结果，有的则会经历风风雨雨。小荷才露尖尖角，早有蜻蜓立上头，这是优美的诗情画意，而妊娠的头12周（早孕期）是最容易出现问题的时期，孕妇需要保护胎儿和自己。

62 / 第十四回 蜻蜓悄然立叶上：流产及背后的凄美故事

尽管新生命中有母体一半的遗传物质，但对于子宫而言仍然属于异物，子宫对其既爱又恨，在排斥中接纳，这一平衡过程贯穿妊娠过程始终。当然，终究是新生命胜出的机会较多，一旦失败就成为重要的妊娠时间——流产。

67 / 第十五回 王子流落在异地：来自宫外孕的悲情表白

正常情况下，卵子与精子在输卵管结合形成受精卵后就会到子宫定居。如果受精卵停留在原地或到达宫腔外的其他地方，则称为异位妊娠（俗称宫外孕）。宫外孕是引起女性死亡的凶险急症之一，且听这位既可怜又可恨的落魄王子的悲催表白吧。

73 / 第十六回 八仙过海助收场：异位妊娠治疗方法选择

对于流落在异乡的落魄王子——异位妊娠，有好几种方法可以应对。有时候很温柔，什么也不做，复查指标，让它自生自灭（期待疗法）；有时候可以赐给毒药，让其自绝（药物治疗）；有时候则必须出狠手（手术治疗）。看菜吃饭，因人而异。

78 / 第十七回 风平浪静大敌藏：也说中期妊娠保健事宜

怀孕第 13 周至 28 周称为“中孕期”。这是相对平稳的一段妊娠时间，子宫中的胎儿已经比较坚强，夫妻之间的性生活可以恢复，甚至对子宫或者卵巢动手术也不至于使胎儿流产。但是，风平浪静的背后也隐藏着危险。那么孕妇需要注意哪些问题呢？

81 / 第十八回 兵临城下显嚣张：谈谈妊娠期高血压疾病

一般人都认为高血压病是中、老年人的常见慢性病，殊不知孕妇也容易出现血压异常升高的状况。这就是妊娠期高血压疾病——一组妊娠和高血压并存的疾病，是影响母婴健康的主要问题之一。如果孕妇在怀孕之前就有慢性高血压，也属于妊娠期高血压病的范畴，但是这类孕妇容易早期发现并得到及时治疗，更常见的情况是怀孕前血压正常的女性在怀孕后出现高血压。

85 / 第十九回 蜜罐如何酿好酒：简单谈谈妊娠期糖尿病

糖尿病曾经被错误地认为是含糖吃的富人才得的病。妊娠女性合并糖尿病分两种情况，少数人原先就有糖尿病，然后怀孕了，这种情况不足 10%；绝大多数是怀孕后才发生的糖尿病，称为“妊娠期糖尿病”，超过 90% 的糖尿病孕妇属于这种情况。如果不警惕，孕妇和胎儿都会惹上麻烦。

89 / 第二十回 大敌当前莫逞强：谈一谈妊娠合并心脏病

心脏是人体的发动机。怀孕之后，原本供应一个人的心脏现在要供应两