

荣获国家科学技术进步奖  
协和医生答疑丛书

国家“十一五”“十二五”  
科技支撑计划资助创作



主编 马良坤

# 妊娠和甲状腺疾病 263个怎么办



中国协和医科大学出版社

协和医生答疑丛书

荣获国家科学技术进步奖

中国医学科学院健康科普研究中心推荐读本

# 妊娠和 甲状腺疾病

263 个怎么办

主 编 马良坤

编 者 (按拼音首字母排序)

陈

芳

马

颀

郁

琦

张绍勤

朱夏琴



中国协和医科大学出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

妊娠和甲状腺疾病 263 个怎么办 / 马良坤主编. —北京: 中国协和医科大学出版社, 2014. 8

(协和医生答疑丛书)

ISBN 978-7-5679-0051-6

I. ①妊… II. ①马… III. ①妊娠期-妇幼保健-问题解答 ②甲状腺疾病-诊疗-问题解答 IV. ①R715.3-44 ②R581-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 048081 号

## 妊娠和甲状腺疾病 263 个怎么办

---

主 编: 马良坤

责任编辑: 戴申倩

---

出版发行: 中国协和医科大学出版社

(北京东单三条九号 邮编 100730 电话 65260378)

网 址: [www.pumcp.com](http://www.pumcp.com)

经 销: 新华书店总店北京发行所

印 刷: 北京佳艺恒彩印刷有限公司

---

开 本: 700×1000 1/16 开

印 张: 10

字 数: 110千字

版 次: 2014 年 6 月第一版 2014 年 6 月第一次印刷

印 数: 1—5000

定 价: 23.00 元

---

ISBN 978-7-5679-0051-6

---

(凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页及其他质量问题, 由本社发行部调换)

## 丛书序言

“协和”是中国医学的金字招牌，也是许多中国百姓心中最高医学水平的象征。正是如此，全国各地近些年如雨后春笋般地出现许许多多的“协和医院”。但医学界知道，“协和”有北京、武汉、福建三个老牌医院；对于北方的大多数人而言，“协和”特指北京协和医院和北京协和医学院。

“北京协和”联系着黄家驷、林巧稚、张孝骞、吴英恺、邓家栋、吴阶平、方圻等一位位医学泰斗，也联系着一代代“新协和人”的劳动创造。这里有科学至上、临床求真、高峰视野、学养博深等闪光品格，也有勤学深思、刻苦务实、作风严谨、勇于创新等优秀精神。

“协和医生答疑丛书”是协和名医智慧和经验的总结，由北京协和医学院和北京协和医院众多专家参与编写，体现了这些专家对疾病的认识和对患者的关怀，更重要的是展示了他们多年甚至是一生临床诊疗的丰富经验。

“协和医生答疑丛书”因为其科学性、权威性和实用性，获得中国科普图书最高奖——国家科学技术进步奖二等奖。协和专家长期从事专业工作，写作语言并不十分通俗，也不够活泼，但這些在医学巅峰的医学专家写出了自己独特的经验和独到的见解，给读者尤其是患者提供了最科学最有效的建议。

几十年来，全国各地成千上万的患者为获得最好的治疗，



辗转从基层医院到地市医院，再到省级医院，最后来到北京协和医院，形成“全国人民上协和”的独特景观。而协和专家也在不断总结全国各级医院的诊疗经验，掌握更多的信息，探索出更多的路径，使自己处于诊治疑难病的优势地位，所以“协和”又是卫生部指定的全国疑难病诊疗指导中心。

“协和医生答疑丛书”不是灵丹妙药，却能帮您正确认识身体和疾病，通过自己可以做到的手段，配合医生合理治疗，快速有效地康复。书中对疾病的认识和大量的经验总结，实为少见，尤为实用。

袁 钟

中国医学科学院健康科普研究中心主任

2010 年春

## 前 言

母亲甲状腺功能正常对于母婴健康都非常重要。甲状腺功能在母亲妊娠后会有明显的变化，如果妊娠之前和妊娠期间的甲状腺疾病没有得到正确诊断、治疗，就有可能对母体和胎儿造成不同程度的危害，导致不孕不育，甚至流产、早产、妊娠期高血压等多种不良后果。临床上见到一些孕妇，甚至医生，因为不了解妊娠期间甲状腺功能的变化，可能会因为正常生理性的变化而做出终止妊娠的决定，令人痛惜。

参与本书编写的作者都是在产科、内科内分泌、妇科内分泌、营养科和儿科临床一线工作的资深医生，并协作完成了妊娠与甲状腺的相关课题。他（她）们深知备孕女性、孕妇以及基层医生的困惑和误区，编撰此书用以解惑。本书内容涵盖甲状腺的生理和病理状态；女性在妊娠分娩前后的注意问题；妊娠期间甲状腺的功能变化；患有甲状腺疾病的女性在孕前如何进行评估；调整备孕；在妊娠期间发生的甲状腺疾病对母胎有何风险，如何进行应对及监护；甲状腺疾病与不育；与试管婴儿的关系；以及甲状腺疾病患者妊娠期营养问题。

本书不仅帮助已患有甲状腺疾病的女性更好地了解甲



甲状腺功能和疾病与女性健康、妊娠生育的关系，配合医生诊治及备孕；还有助于妊娠期间发现甲状腺疾病的准妈妈了解自己的病情、干预治疗方案以及胎儿的随访和关注要点；并且基层医院和妇幼保健院的妇产科医生和内分泌科医生可以受益，促进甲状腺疾病的多科协作和对患者健康教育，为更多的患者提供服务。

马良坤  
2014 年春

# 目 录

## 第一部分 关于甲状腺

1. 甲状腺在身体什么部位? ..... ( 1 )
2. 甲状腺有多大? ..... ( 1 )
3. 甲状腺是如何发生的? ..... ( 2 )
4. 甲状腺的功能是什么? ..... ( 2 )
5. 甲状腺激素是如何产生的? ..... ( 3 )
6. 甲状腺激素有什么生理功能? ..... ( 3 )
7. 甲状腺激素是如何代谢的? ..... ( 4 )
8. 甲状腺激素正常值有性别、年龄、种族差别吗? ..... ( 5 )
9. 体格检查甲状腺时需要注意哪些问题? ..... ( 5 )
10. 甲状腺功能检查包括哪些内容? ..... ( 6 )
11. 甲状腺形态检查包括哪些内容? ..... ( 7 )
12. 为什么现在甲状腺病越来越多? ..... ( 8 )
13. 甲状腺疾病的分类有哪些? ..... ( 8 )

## 第二部分 关于女性备孕、妊娠和分娩哺乳

14. 对准备妊娠的女性需要做哪些检查? ..... ( 10 )
15. 准备妊娠如何补充叶酸? ..... ( 11 )
16. 如果在妊娠前吃一些药物, 对胎儿会不会有影响? ... ( 11 )
17. 如果妊娠的时候生病了, 应该如何用药? ..... ( 11 )
18. B 超检查对胚胎有害吗? 可能导致流产吗? ..... ( 12 )
19. 什么是孕期保健课程? ..... ( 12 )



20. 参加孕期保健课程有用吗? ..... ( 13 )
21. 什么时候开始参加孕期保健课程最好? ..... ( 13 )
22. 早孕期的建议包括什么? ..... ( 14 )
23. 孕妇需要避免的事情有哪些? ..... ( 15 )
24. 孕妇如何做好心理准备? ..... ( 15 )
25. 如何保持孕期良好的心境? ..... ( 16 )
26. 孕妇如何着装? ..... ( 16 )
27. 孕妇如何科学饮食? ..... ( 16 )
28. 孕期是不是吃得越多越好, 要不要吃双倍的  
食物呢? ..... ( 17 )
29. 我是一个胖妈妈, 孕期需要有意识地节食吗? ..... ( 17 )
30. 孕妇如何保证睡眠? ..... ( 18 )
31. 妊娠期间应该采取什么样的睡觉姿势? ..... ( 18 )
32. 孕妇在日常生活中应注意什么? ..... ( 19 )
33. 孕妇可以过性生活吗? ..... ( 19 )
34. 如何预防妊娠期间的眩晕? ..... ( 19 )
35. 怎么减轻圆韧带疼痛? ..... ( 20 )
36. 如何缓解妊娠期间的头痛? 能用药吗? ..... ( 20 )
37. 什么因素导致背痛? ..... ( 21 )
38. 如何预防或减轻妊娠期间的背部疼痛? ..... ( 21 )
39. 妊娠期间何时出现水肿? ..... ( 22 )
40. 如何能够减轻妊娠期间的水肿? ..... ( 22 )
41. 妊娠期间如何保护牙齿? ..... ( 22 )
42. 产程发动的征兆有哪些? ..... ( 23 )
43. 临产和假临产的宫缩区别? ..... ( 24 )
44. 出现假临产宫缩时应该怎么办? ..... ( 24 )
45. 临产住院后医生会询问哪些问题? ..... ( 24 )
46. 临产入院后会做哪些检查? ..... ( 25 )
47. 第一产程指什么? ..... ( 26 )
48. 应如何应对第一产程? ..... ( 26 )



49. 第二产程指什么? ..... ( 27 )
50. 应如何应对第二产程? ..... ( 27 )
51. 第三产程指什么? ..... ( 27 )
52. 如何建立对剖宫产手术的正确心态? ..... ( 28 )
53. 为什么要尽量减少“社会因素”没有指征的剖宫产? ..... ( 28 )
54. 什么是具有剖宫产绝对指征孕妇的正确心态? ..... ( 29 )
55. 什么是具有剖宫产相对指征孕妇的正确心态? ..... ( 29 )
56. 剖宫产手术的风险有哪些? ..... ( 29 )
57. 促进乳汁分泌的方法有哪些? ..... ( 30 )
58. 什么是正确的抱奶体位? ..... ( 31 )
59. 什么是正确的婴儿含接姿势? ..... ( 31 )
60. 含接姿势的要点有哪些? ..... ( 31 )
61. 正确的人工挤奶方法? ..... ( 31 )
62. 什么情况需要挤奶? ..... ( 32 )
63. 识别新生儿饥饿的要点有哪些? ..... ( 32 )

### 第三部分 甲亢和妊娠

64. 甲亢是什么? ..... ( 33 )
65. 甲亢为什么好发于年轻女性? ..... ( 33 )
66. 甲亢有哪些表现? ..... ( 34 )
67. 出现哪些症状时要怀疑甲亢? ..... ( 34 )
68. 甲亢如何诊断? ..... ( 35 )
69. 甲亢能否治愈? ..... ( 35 )
70. 甲亢如何治疗? ..... ( 35 )
71. 甲亢患者能结婚吗? ..... ( 36 )
72. 甲亢患者能妊娠吗? ..... ( 36 )
73. 甲亢患者意外妊娠应该终止妊娠还是继续妊娠? ..... ( 37 )
74. 接受核素检查后妊娠了怎么办? ..... ( 38 )



75. 接受<sup>131</sup>I 治疗后不慎妊娠了该怎么办? ..... ( 39 )
76. 妊娠会引起甲亢吗? ..... ( 39 )
77. 什么是“妊娠一过性甲亢”? ..... ( 40 )
78. 孕妇甲亢有什么特点? ..... ( 40 )
79. 妊娠合并甲亢如何诊断? ..... ( 41 )
80. 妊娠合并甲亢的治疗应该采取哪种方法? ..... ( 41 )
81. 药物选择: 他巴唑还是丙嘧? ..... ( 42 )
82. ATD 治疗同时需要服用甲状腺制剂和  
β 受体阻滞剂吗? ..... ( 43 )
83. 妊娠期间甲状腺功能需要如何监测? ..... ( 43 )
84. 甲亢孕妇如何进行手术治疗? ..... ( 44 )
85. 甲亢对孕妇和胎儿有什么影响? ..... ( 44 )
86. 什么是妊娠剧吐? ..... ( 45 )
87. 如何治疗妊娠剧吐? ..... ( 45 )
88. 什么是早产? ..... ( 46 )
89. 发生早产应如何处理? ..... ( 46 )
90. 如何预防早产? ..... ( 47 )
91. 什么是妊娠期高血压疾病? ..... ( 47 )
92. 妊娠期高血压疾病如何诊断? ..... ( 48 )
93. 哪些人群是妊娠期高血压疾病的高危人群? ..... ( 48 )
94. 妊娠期高血压疾病有哪几种? ..... ( 49 )
95. 如何诊断重度子痫前期? ..... ( 49 )
96. 子痫的表现有哪些? ..... ( 50 )
97. 如何预防妊娠期高血压疾病? ..... ( 50 )
98. 妊娠期高血压疾病要进行哪些鉴别诊断? ..... ( 51 )
99. 怀疑妊娠期高血压疾病需要告诉医生哪些情况? ..... ( 52 )
100. 怀疑妊娠期高血压疾病时医生会做哪些体格  
检查? ..... ( 52 )
101. 怀疑妊娠期高血压疾病时医生会做哪些检查? ..... ( 53 )
102. 孕期如何留取尿常规进行化验检查? ..... ( 54 )



|                                 |        |
|---------------------------------|--------|
| 103. 如何初步阅读尿常规报告单? .....        | ( 54 ) |
| 104. 如何留取 24 小时尿蛋白检查? .....     | ( 54 ) |
| 105. 超声检查注意事项有哪些? .....         | ( 55 ) |
| 106. 妊娠期高血压疾病如何处理? .....        | ( 55 ) |
| 107. 妊娠期高血压的产后注意事项? .....       | ( 55 ) |
| 108. 在甲亢孕妇的分娩期, 医生是如何处理的? ..... | ( 56 ) |
| 109. 甲亢孕妇产后能哺乳吗? .....          | ( 57 ) |
| 110. 甲亢孕妇分娩的新生儿会患甲亢吗? .....     | ( 57 ) |
| 111. 甲亢会遗传吗? .....              | ( 58 ) |
| 112. 新生儿甲亢有哪些表现? .....          | ( 58 ) |
| 113. 新生儿甲亢如何诊断和治疗? .....        | ( 58 ) |

#### 第四部分 甲减和妊娠

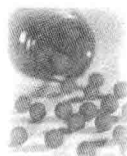
|                                                   |        |
|---------------------------------------------------|--------|
| 114. 什么是甲减? .....                                 | ( 59 ) |
| 115. 为什么女性容易患甲减? .....                            | ( 59 ) |
| 116. 甲减的临床表现有哪些? .....                            | ( 60 ) |
| 117. 什么情况下要怀疑甲减? .....                            | ( 61 ) |
| 118. 甲减如何诊断? .....                                | ( 61 ) |
| 119. 为什么诊断甲减依靠 $FT_4$ 而不是 $TT_4$ 或 $FT_3$ ? ..... | ( 62 ) |
| 120. 如何注意“低 $T_3$ 综合征”? .....                     | ( 62 ) |
| 121. 甲减可以治愈吗? .....                               | ( 63 ) |
| 122. 甲减的治疗是怎样的? .....                             | ( 64 ) |
| 123. 甲状腺激素制剂有哪几种? .....                           | ( 64 ) |
| 124. 主流选择是怎样的? .....                              | ( 64 ) |
| 125. 冬天和夏天的甲状腺激素剂量是否需要调整? .....                   | ( 66 ) |
| 126. 优甲乐和雷替斯是完全等同的吗? .....                        | ( 66 ) |
| 127. 甲状腺激素服用的注意事项? .....                          | ( 67 ) |
| 128. 甲减患者经治疗甲状腺功能正常后可以停药吗? .....                  | ( 67 ) |
| 129. 甲减终身用药是符合“凡药三分毒”吗? .....                     | ( 68 ) |
| 130. 甲减治疗后什么情况下才能试孕? .....                        | ( 69 ) |



131. 什么是亚临床甲减? ..... ( 69 )
132. 亚临床甲减有什么表现? ..... ( 70 )
133. 亚临床甲减如何诊断? ..... ( 70 )
134. 亚临床甲减如何处理? ..... ( 70 )
135. 甲减对孕妇和胎儿有什么影响? ..... ( 71 )
136. 亚临床甲减对孕妇和胎儿有什么影响? ..... ( 72 )
137. 妊娠合并亚临床甲减的诊断标准是怎样的? ..... ( 72 )
138. 孕妇甲减或亚临床甲减的治疗和监测如何? ..... ( 73 )
139. 甲减或亚临床甲减孕妇妊娠期间要注意什么? ..... ( 74 )
140. 什么是胎膜早破? ..... ( 74 )
141. 胎膜早破后要观察什么? ..... ( 75 )
142. 如何诊断胎膜早破? ..... ( 75 )
143. 胎膜早破如何处理? ..... ( 75 )
144. 什么是胎盘早剥? ..... ( 76 )
145. 如何治疗胎盘早剥? ..... ( 76 )
146. 什么是胎儿宫内窘迫? ..... ( 77 )
147. 为什么会有胎动? ..... ( 77 )
148. 如何进行胎动计数? ..... ( 78 )
149. 胎动应该多少次才是正常的? ..... ( 78 )
150. 胎儿宫内窘迫如何处理? ..... ( 78 )
151. 甲减产妇能否母乳喂养? ..... ( 78 )
152. 亚临床甲减孕妇分娩后需要继续服用甲状腺  
激素吗? ..... ( 79 )
153. 为什么对所有的新生儿都需要进行甲状腺功能  
筛查? ..... ( 79 )
154. 甲减会遗传吗? ..... ( 80 )
155. 新生儿甲减筛查的方法是什么? ..... ( 80 )
156. 先天性甲状腺功能低下如何处理? ..... ( 81 )

## 第五部分 甲状腺疾病与生殖问题

157. 什么是不孕症? ..... ( 82 )



|                                                      |        |
|------------------------------------------------------|--------|
| 158. 不孕的原因有哪些? .....                                 | ( 82 ) |
| 159. 正常排卵过程是如何调节的? .....                             | ( 82 ) |
| 160. 排卵试纸是如何监测排卵的? .....                             | ( 83 ) |
| 161. 如何通过测基础体温监测排卵? .....                            | ( 83 ) |
| 162. 甲亢与女性不孕有关吗? .....                               | ( 83 ) |
| 163. 甲亢为何会引起不孕? .....                                | ( 84 ) |
| 164. 甲亢会引起月经紊乱吗? .....                               | ( 84 ) |
| 165. 甲亢会影响排卵吗? .....                                 | ( 84 ) |
| 166. 甲亢会引起男性不育吗? .....                               | ( 85 ) |
| 167. <sup>131</sup> I 治疗甲亢影响女性生育能力吗? .....           | ( 85 ) |
| 168. 曾经用 <sup>131</sup> I 治疗甲亢会影响生育能力吗? .....        | ( 85 ) |
| 169. 曾经用 <sup>131</sup> I 治疗甲亢会引起胎儿畸形吗? .....        | ( 86 ) |
| 170. 甲减会引起不孕吗? .....                                 | ( 86 ) |
| 171. 甲减引起不育的可能性有多大? .....                            | ( 86 ) |
| 172. 甲状腺抗体升高会增加不孕的机会吗? .....                         | ( 87 ) |
| 173. 甲减治疗后能获得自然妊娠吗? .....                            | ( 87 ) |
| 174. 抗甲状腺抗体有哪些? 有什么意义? .....                         | ( 87 ) |
| 175. 为什么女性容易出现甲状腺抗体阳性? .....                         | ( 88 ) |
| 176. 抗甲状腺抗体与不育有关系吗? .....                            | ( 88 ) |
| 177. 甲状腺自身抗体为何会影响生育功能? .....                         | ( 88 ) |
| 178. 甲状腺功能正常但存在甲状腺自身抗体的不育<br>患者需要针对甲状腺抗体进行治疗吗? ..... | ( 89 ) |
| 179. 甲状腺自身抗体阳性可以治疗吗, 如何治疗? .....                     | ( 89 ) |
| 180. 不育女性如何处理甲状腺功能的异常? .....                         | ( 90 ) |
| 181. 什么是自然流产? .....                                  | ( 90 ) |
| 182. 为什么会发生自然流产? .....                               | ( 91 ) |
| 183. 自然流产发生的机会有多大? .....                             | ( 91 ) |
| 184. 什么是胚胎停育? .....                                  | ( 92 ) |
| 185. 导致胚胎停育的因素是什么? .....                             | ( 92 ) |
| 186. 胚胎停育如何诊断? .....                                 | ( 92 ) |



187. 诊断胚胎停育后应如何处理? ..... ( 93 )
188. 如何预防胚胎停育? ..... ( 93 )
189. 自然流产的表现是什么? ..... ( 93 )
190. 有流产征兆了怎么办? ..... ( 94 )
191. 甲状腺疾病与自然流产有关吗? ..... ( 94 )
192. 甲状腺疾病导致自然流产的机制有哪些? ..... ( 94 )
193. 甲亢和自然流产有关吗? ..... ( 95 )
194. 甲亢孕妇人工流产前需要注意哪些问题? ..... ( 95 )
195. 甲亢患者人工流产后需注意哪些问题? ..... ( 96 )
196. 甲减与自然流产有关吗? ..... ( 96 )
197. 甲减女性自然流产风险的高低和抗体效价  
有关吗? ..... ( 96 )
198. 单纯 TPOAb 阳性需要治疗吗? 治疗会降低自然  
流产率吗? ..... ( 97 )
199. 怎样做才能降低甲减孕妇的自然流产率? ..... ( 97 )
200. 妊娠后是否就可以停服甲状腺素片? ..... ( 97 )
201. 亚临床甲减也会导致自然流产吗? ..... ( 98 )
202. 亚临床甲减和甲减的注意事项一样吗? ..... ( 98 )
203. 复发性流产的女性需要筛查甲状腺功能吗? ..... ( 98 )
204. 甲状腺功能筛查有哪些指标? 什么时间筛查  
合适? ..... ( 98 )
205. 甲状腺疾病会影响辅助生殖的结局吗? ..... ( 99 )
206. 治疗甲状腺疾病会改善辅助生殖的结局吗? ..... ( 99 )
207. 辅助生殖会影响甲状腺功能吗? ..... ( 100 )

## 第六部分 甲状腺疾病与孕期营养

208. 孕期营养平衡为何非常重要? ..... ( 101 )
209. 妊娠妇女对营养的需求有何变化? ..... ( 102 )
210. 合理的孕期饮食应具备怎样的营养特点? ..... ( 103 )
211. 孕期饮食有哪些禁忌? ..... ( 104 )



|                                              |       |
|----------------------------------------------|-------|
| 212. 如何选择适合自己的总能量? .....                     | (105) |
| 213. 什么是“能量平衡”? .....                        | (105) |
| 214. 孕妇对蛋白质的需要量是多少, 应如何选择富含<br>蛋白质的食物? ..... | (106) |
| 215. 孕妇对脂肪的需要量是多少? .....                     | (107) |
| 216. 孕妇对碳水化合物的需要量是多少, 主要来源有<br>哪些? .....     | (108) |
| 217. 孕妇如何补充丰富的维生素? .....                     | (108) |
| 218. 维生素 B <sub>2</sub> 与孕妇“烂嘴角”有何关系? .....  | (109) |
| 219. 维生素 B <sub>12</sub> 与孕妇贫血有何关系? .....    | (110) |
| 220. 叶酸如何预防胎儿发生先天性疾病? .....                  | (110) |
| 221. 维生素 C 是如何强身健体的? .....                   | (111) |
| 222. 维生素 D 是如何强身壮骨的? .....                   | (112) |
| 223. 维生素 E 对生育有何作用? .....                    | (113) |
| 224. 孕期如何补钙? .....                           | (114) |
| 225. 铁是如何为孕妇补血的? .....                       | (115) |
| 226. 碘能影响胎儿的智力吗? .....                       | (116) |
| 227. 锌能保证宝宝聪明伶俐吗? .....                      | (116) |
| 228. 孕妇需要多喝水吗? .....                         | (117) |
| 229. 孕妇应如何摄入膳食纤维? .....                      | (118) |
| 230. 妊娠早期应如何补充营养? .....                      | (119) |
| 231. 妊娠中期营养应做些什么? .....                      | (120) |
| 232. 妊娠中期的膳食要求有哪些? .....                     | (121) |
| 233. 应如何做好妊娠晚期营养“冲刺”? .....                  | (122) |
| 234. 妊娠期营养应如何与运动锻炼密切配合? .....                | (123) |
| 235. 孕妇进补应注意什么? .....                        | (124) |
| 236. 如何正确选择孕期保健食品? .....                     | (125) |
| 237. 孕妈妈偏食对宝宝有何坏处? .....                     | (125) |
| 238. 梦见什么食品就是缺什么吗? .....                     | (126) |
| 239. 妊娠期为何不应随意选用罐头食品? .....                  | (127) |



240. 如何选择市场上的孕妇专用奶粉? ..... (127)
241. 如何安全地在外出进餐时科学选食? ..... (128)
242. 孕妇为何不能喝太多含咖啡因的饮料? ..... (129)
243. 如何慎防药物对母婴的不良影响? ..... (129)
244. 妊娠合并甲亢时如何进行饮食安排? ..... (130)
245. 甲亢孕妇需要吃碘盐吗? ..... (131)
246. 妊娠合并甲状腺功能减退症时如何安排饮食? ..... (132)
247. 甲减的孕妇应该如何补碘? ..... (132)
248. 桥本甲状腺炎的孕妇能吃加碘盐吗? ..... (133)
249. 妊娠剧吐时应怎样保证营养? ..... (133)
250. 如何用合理营养防治妊娠合并贫血? ..... (134)
251. 合并妊娠糖尿病时应如何防止高血糖对身体的  
危害? ..... (135)
252. 妊娠合并手足抽搐症时如何安排饮食? ..... (136)
253. 妊娠合并营养不良时如何安排饮食? ..... (137)
254. 妊娠合并肥胖时如何安排饮食? ..... (137)
255. 妊娠期间发生便秘应如何食疗? ..... (138)
256. 孕前合理营养为何很重要? ..... (139)
257. 孕前营养应做些什么? ..... (140)
258. 大功告成后应如何补充营养? ..... (140)
259. 剖宫产的产妇如何补充营养? ..... (141)
260. 如何用理想的营养“坐月子”? ..... (141)
261. 如何为乳母提供充足的营养以保证奶水优质  
量足? ..... (142)
262. 乳汁分泌稀少如何饮食调理? ..... (143)
263. 如何尽全力防止产后肥胖的发生? ..... (144)