

《女事解读》编委会 编著

女事 解读

产后

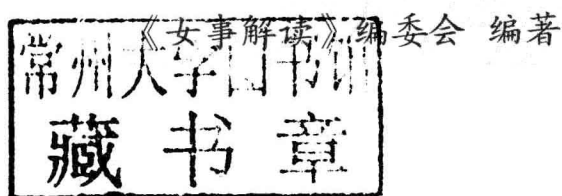
保健、
调理、
防治



广东省出版集团 广东科技出版社

女 事 解 读

产后——保健、调理、防治



广东省出版集团

广东科技出版社

· 广 州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

女事解读: 产后. 保健、调理、防治/《女事解读》编委会编著. —广州: 广东科技出版社, 2010.3

ISBN 978-7-5359-4145-9

I. ①女… II. ①女… III. ①产褥病—诊疗—问答 IV. ①R714.6-44

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第028642号

广东科技出版社获得授权在中国大陆地区出版发行本书的中文 (简体字) 版, 版权所有, 侵权必究。

广东省版权局著作权合同登记

图字: 19—2007—038号

责任编辑: SHS

装帧设计: 林少娟

责任校对: C.S.H.

责任印制: LHZH

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路11号 邮码: 510075)

E-mail: gdkjzbb@21cn.com

http: //www.gdstp.com.cn

经 销: 广东新华发行集团股份有限公司

排 版: 广东科电有限公司

印 刷: 佛山市浩文彩色印刷有限公司

(南海区狮山科技工业园A区 邮码: 528225)

规 格: 889mm × 1 194mm 1/32 印张3.875 字数95千

版 次: 2010年3月第1版

2010年3月第1次印刷

印 数: 1 ~ 6 000册

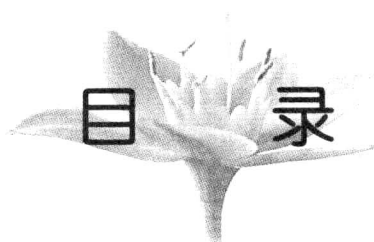
定 价: 8.80元

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。



内 容 简 介

本书以一问一答的形式，介绍了各种常见的产后疾病（如产后子宫复旧不全、产后发热、产后腹痛、产后身痛、产后自汗、产后盗汗等20余种）的病因、症状、早期自我检查、早期预防及其中西医治疗方法。



目 录

产后病的概述	1
---------------	---

产后出血	2
-------------	---

什么叫产后出血	2
---------	---

产后出血的病因是什么	3
------------	---

产后出血有哪些症状	4
-----------	---

产后出血如何诊断	5
----------	---

产后出血如何预防	6
----------	---

产后出血者要注意什么	7
------------	---

产后恶露不下	9
---------------	---

什么叫产后恶露不下	9
-----------	---

产后恶露不下的病因是什么	10
--------------	----

产后恶露不下有哪些症状	11
-------------	----

产后恶露不下如何诊断	12
------------	----

产后恶露不下如何预防	13
------------	----

治疗产后恶露不下要注意什么	14
---------------	----

产后子宫复旧不全	15
-----------------	----

什么叫产后子宫复旧不全	15
-------------	----



产后子宫复旧不全的病因是什么·····	16
产后子宫复旧不全有哪些症状·····	17
产后子宫复旧不全如何诊断·····	18
产后子宫复旧不全如何预防·····	19
产后子宫复旧不全者要注意什么·····	20

胎盘滞留····· 21

什么叫胎盘滞留·····	21
胎盘滞留的病因是什么·····	22
胎盘滞留有哪些症状·····	23
胎盘滞留如何诊断·····	24
胎盘滞留如何预防·····	25
临床上如何治疗胎盘滞留·····	26

产后痉症····· 27

什么叫产后痉症·····	27
产后痉症的病因是什么·····	28
产后痉症有哪些症状·····	29
产后痉症如何诊断·····	30
产后痉症如何预防·····	31
治疗产后痉症要注意什么·····	32

产后血晕····· 33

什么叫产后血晕·····	33
--------------	----

产后血晕的病因是什么·····	34
产后血晕有哪些症状·····	35
产后血晕如何诊断·····	36
产后血晕如何预防·····	37
治疗产后血晕要注意什么·····	38

产后发热 ····· 39

什么叫产后发热·····	39
产后发热的病因是什么·····	40
产后发热有哪些症状·····	41
产后发热如何诊断·····	43
产后发热如何预防·····	44
治疗产后发热要注意什么·····	45

产后自汗、盗汗 ····· 46

什么叫产后自汗、盗汗·····	46
产后自汗、盗汗病因是什么·····	47
产后自汗、盗汗有哪些症状·····	48
产后自汗、盗汗如何诊断·····	49
产后自汗、盗汗如何预防·····	50
治疗产后自汗、盗汗要注意什么·····	51

产后腹痛 ····· 52

什么叫产后腹痛·····	52
--------------	----

产后腹痛病因是什么	53
产后腹痛有哪些症状	54
产后腹痛如何诊断	55
产后腹痛如何预防	56
治疗产后腹痛要注意什么	57
产后身痛	58
什么叫产后身痛	58
产后身痛病因是什么	59
产后身痛有哪些症状	60
产后身痛如何诊断	61
产后身痛如何预防	62
治疗产后身痛要注意什么	63
产后头痛	64
什么叫产后头痛	64
产后头痛病因是什么	65
产后头痛有哪些症状	66
产后头痛如何诊断	67
产后头痛如何预防	68
治疗产后头痛要注意什么	69
产后咳喘	70
什么叫产后咳喘	70

产后咳喘病因是什么	71
产后咳喘有哪些症状	72
产后咳喘如何诊断	73
产后咳喘如何预防	74
治疗产后咳喘要注意什么	75

产后排尿异常

什么叫产后排尿异常	76
产后排尿异常病因是什么	77
产后排尿异常有哪些症状	78
产后排尿异常如何诊断	79
产后排尿异常如何预防	80
治疗产后排尿异常要注意什么	81

产后便秘

什么叫产后便秘	82
产后便秘病因是什么	83
产后便秘有哪些症状	84
产后便秘如何诊断	85
产后便秘如何预防	86
治疗产后便秘要注意什么	87

产后腹泻

什么叫产后腹泻	88
---------------	----

产后腹泻病因是什么·····	89
产后腹泻有哪些症状·····	90
产后腹泻如何诊断·····	91
产后腹泻如何预防·····	92
治疗产后腹泻要注意什么·····	93

产后失眠 ····· 94

什么叫产后失眠·····	94
产后失眠病因是什么·····	95
产后失眠有哪些症状·····	96
产后失眠如何诊断·····	97
产后失眠如何预防·····	98
睡前洗温水澡能不能帮助睡眠·····	99
哪些食物能帮助睡眠·····	100

产后缺乳 ····· 101

什么叫产后缺乳·····	101
产后缺乳病因是什么·····	102
产后缺乳有哪些症状·····	103
产后缺乳如何诊断·····	104
产后缺乳如何预防·····	105
如何来判断母亲的奶水是否足够·····	106

产后乳汁自溢 ····· 107

什么叫产后乳汁自溢·····	107
产后乳汁自溢病因是什么·····	108
产后乳汁自溢有哪些症状·····	109
产后乳汁自溢如何诊断·····	110
产后乳汁自溢如何预防·····	111
治疗产后乳汁自溢要注意什么·····	112





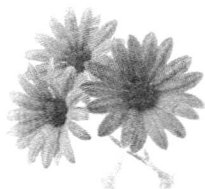
产后病的概述

由于分娩时造成的产伤及出血，使产妇元气受损，抵抗力减弱。产后在各方面都必须注意摄养，如果起居饮食不慎，容易引起产后各种疾病，如产后发热、产后出血、恶露不下或不止、乳汁异常等疾病。

产后病发病机制常见的有3类：

- ❶ 产后出血过多，冲任损伤，以致亡血伤津。
- ❷ 瘀血内阻。
- ❸ 外感六淫，饮食房劳。

因此古人在诊断产后疾病时除一般的四诊八纲辨证外，尚有“三审”之法，即：先审少腹痛与不痛，以辨恶露之有无；次审大便通与不通，以验津液之盛衰；三审乳汁之行与不行和饮食之多少，以断胃气之旺盛或虚弱。通过“三审”，然后结合产妇体质、脉象、舌苔、症状等进行综合分析，这样就能对产后病的诊断作一个全面的认识。产后病的治疗原则是须针对病情，虚者宜补，实者宜攻，寒者宜温，热者宜清。但在运用药味时，还须考虑到产后情况，应以“产后宜温”为主。





产后出血

Q 什么叫产后出血

A 产妇在分娩时，随着胎盘的排出，都有一定量的出血（一般为100~300毫升），这是正常现象。

1 如果胎儿娩出后24小时内阴道流血量达到或超过500毫升者称为产后出血。

2 产后24小时以内发生大出血的，称为早期产后出血。

3 分娩24小时后，在产褥期的任何时候（一般多在产后1~2周）发生子宫大出血的，则称为晚期产后出血。

由于出血过多，常导致严重贫血和失血性休克，甚至危及产妇生命。

产后出血是引起产妇死亡的主要原因之一。因此，要加强孕期保健，对贫血、血液系统疾病、病毒性肝炎或其他全身性疾病，要及时纠正或控制。有不宜妊娠且有产后出血可能的合并症者，应在孕早期终止妊娠。

对双胞胎、羊水过多、妊娠高血压综合征者，或有产后出血史、剖宫产史者，应择期住院待产。

尽量做到以成功避孕来控制生育而减少人工流产。本病相当于中医学“产后血崩”范畴。

Q 产后出血的病因是什么

A 产后出血的原因较常见的是：

一) 子宫收缩乏力

如羊水过多、双胎或多胎、子宫肌瘤、过多使用镇静剂、产程延长、尿潴留、妊娠高血压综合征等引起。

二) 产道损伤

包括软产道和骨产道损伤。

三) 胎盘因素

包括胎盘滞留、胎盘残留、胎盘植入等。前置胎盘和胎盘早剥虽然产前有出血，但有时也可影响到产后，引起产后出血。

四) 全身性慢性病

包括肝炎、肾炎、凝血功能障碍性疾病等。



Q 产后出血有哪些症状

A 本病可以分成几种类型，症状如下：

一 气虚

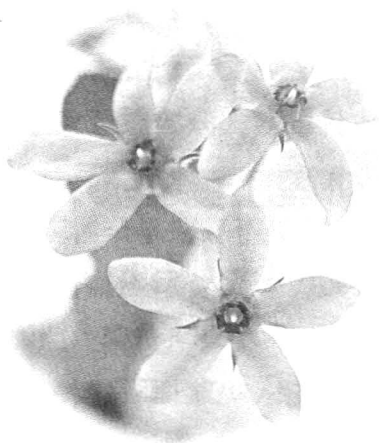
产后下血如崩，色红，少腹不痛，头晕眼花，面目苍白，心悸气短，四肢不温，冷汗淋漓。苔薄，舌质淡，脉沉细而数。

二 血瘀

产后血崩，色紫黯，有块，少腹疼痛拒按，按之似有硬块，面色白，精神疲乏。苔薄润，脉沉弦或细而数。

三 外伤

胎儿及胎盘娩出后持续出血，色呈鲜红，心烦不安，或精神抑郁。苔薄白，舌质淡红，脉沉细。



Q 产后出血如何诊断

A 1 根据产后24小时内，阴道流血超过500毫升，伴全身气血虚弱的症状，如面色苍白、头晕乏力、心悸胸闷等症状。

2 产道损伤引起产后出血特点是胎儿、胎盘娩出后阴道持续流出鲜红色血液，应及时做阴道检查，明确出血部位，及时止血，以手术止血为主，辅以中医辨证止血。

3 根据产妇以往病史做必要的化验检查，如肝肾功能和凝血功能检查、妊娠高血压综合征有关的检查等。还要了解产妇的妊娠史、妊娠期情况，对诊断产后出血原因有帮助。

4 还有易被忽略的尿潴留引起的产后大出血。其特点是尿少，膀胱充盈，将子宫推向一侧，子宫体软。导尿后出血立即减少。

5 血液不外流，积滞于子宫腔内，子宫软，子宫体位置升高，体积增大。要与尿潴留鉴别。



产后出血如何预防

A 预防产后出血的措施，分为孕期、产时、产后3个阶段：

1 孕期必须做好产前检查，加强孕期保健宣传，预防妊娠高血压综合征等并发症，对有产后出血倾向者或有血液病史者，应做好血型鉴定，有贫血者应及时纠正贫血，遇有死胎应及早结束妊娠。

2 产时正确处理各个产程，尤其是第三产程，胎儿娩出后切勿过早按摩或挤压子宫或牵引脐带，遇有急产、滞产、羊水过多、双胞胎、巨大儿等，于胎儿娩出后勿忘记立即注射子宫收缩剂。

3 产后方面，胎盘娩出后应仔细检查，如发现胎盘有缺损，应立即探查宫腔，取出残留的胎盘组织，同时按摩子宫，严密观察子宫收缩和阴道出血情况。

