

节育 与 优生



陕西科学技术出版社

节育与优生

杨秀荣 编

陕西科学技术出版社

书育与优生

赵秀荣·编

陕西科学技术出版社出版

(西安北大街11号)

陕西省新华书店发行 7226工厂印刷

开本 787×109 /32 印张 4 插页 1 字数 71,000

1983年3月第1版 1983年3月第1次印刷

印数 1—20,000

统一书号: 14202·81 定价: 0.33 元

前 言

实行计划生育，是我国的一项基本国策。到本世纪末，要把我国人口总数控制在十二亿以内，这将有利于国家经济的发展，民族素质的提高，国民收入的增加，家庭生活的幸福，以及青壮年的学习和工作的合理安排等。因此，党中央发出号召，提倡一对夫妇只生育一个孩子，全国青年夫妇，纷纷响应党的号召，实行晚婚晚育，少生优生。

但是，广大群众对选择和正确使用节育方法，了解优生，要求生一个健康、聪明的孩子，以及妇女孕产期、哺乳期保健常识等，还不够了解，或者了解的很不够。为此，在医院领导和同志们的支持下，参照有关资料，编写成这本《节育与优生》，供广大群众阅读参考。

本书在编写过程中，承蒙西安医学院第一附属医院神经外科戈治理副教授、妇产科李维清副教授，第二附属医院妇产科赵淑鑫副主任医师等的审阅指导，在此表示感谢。

编 者

一九八三年一月于宝鸡市渭滨医院

目 录

一、生殖器官的构造和功能..... (1)

(一) 男性生殖器官的构造和功能..... (1)

(二) 女性生殖器官的构造和功能..... (2)

(三) 月经和妊娠的生理..... (4)

(四) 为什么有的育龄妇女不怀孕..... (6)

(五) 妇女生孩子多了，对身体有什么害处
..... (7)

二、避孕常识..... (10)

(一) 什么叫避孕..... (10)

(二) 常用的避孕工具及方法..... (10)

(三) 如何合理选择避孕方法..... (30)

(四) 哺乳期不来月经的妇女，是否需要避孕
..... (31)

(五) 得了哪些病，必须坚持避孕..... (32)

三、避孕失败后的补救措施..... (33)

(一) 人工流产..... (33)

(二) 中期妊娠引产..... (36)

(三) 为什么不能自己随便打胎..... (36)

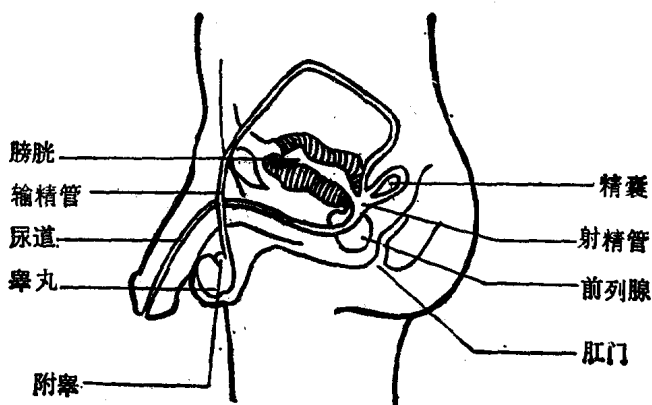
(四) 多次作人工流产手术有什么害处·····	(38)
四、绝育·····	(39)
(一) 男子输精管结扎·····	(39)
(二) 女性输卵管结扎·····	(42)
(三) 输精管或输卵管粘堵绝育法·····	(47)
(四) 绝育手术, 究竟男女双方谁作为好 ·····	(48)
五、优生学知识·····	(49)
(一) 什么是优生学·····	(49)
(二) 优生学的由来·····	(49)
(三) 开展优生学的重要意义和计划生育的关系 ·····	(50)
(四) 正优生学和负优生学·····	(52)
(五) 当前应如何开展优生学·····	(53)
(六) 遗传病·····	(54)
(七) 遗传病的传递方式·····	(56)
(八) 近亲婚配的危害·····	(63)
(九) 生男生女决定于谁·····	(64)
(十) 优生的内容·····	(66)
(十一) 婚前检查·····	(66)
(十二) 产前诊断与遗传咨询·····	(68)
(十三) 怎样生一个健康、聪明的孩子·····	(70)
(十四) 搞好围产期保健·····	(74)

六、妇女“五期”卫生保健·····	(77)
(一) 什么是妇女“五期”卫生保健·····	(77)
(二) 月经期·····	(77)
(三) 妊娠期与分娩期·····	(81)
(四) 产褥期·····	(100)
(五) 哺乳期·····	(107)
(六) 更年期及老年期·····	(117)

一、生殖器官的构造和功能

人体内有一套专管生育的器官，称为生殖器官。这套器官男、女不同，现分述如下：

(一) 男性生殖器官的构造和功能：男性生殖器官有：睾丸、附睾、输精管、精囊、前列腺、阴茎、尿道和阴囊等（图一）。



图一 男性生殖器解剖图

睾丸：睾丸位于阴囊里，左右各一，卵圆形，象栗子大小。它的主要生理作用是产生精子和男性激素。这种男性激素，可

以促进男性生殖器官的发育,保持男子的生理特征和性机能。

附睾:为一新月状体,连接于并覆盖着睾丸的后缘,左右各一。精子在睾丸内产生后,输送至附睾中贮藏。

输精管:左右各有一条,管腔细小,近端和附睾相连,远端开口于尿道。主要生理作用是输送精子。

精囊、前列腺:是生殖器官的附属腺体,开口于尿道。精囊和前列腺,都能产生粘稠的液体,帮助精子活动。在精液中,精子占极少的容积,大部分是精囊和前列腺的分泌液。

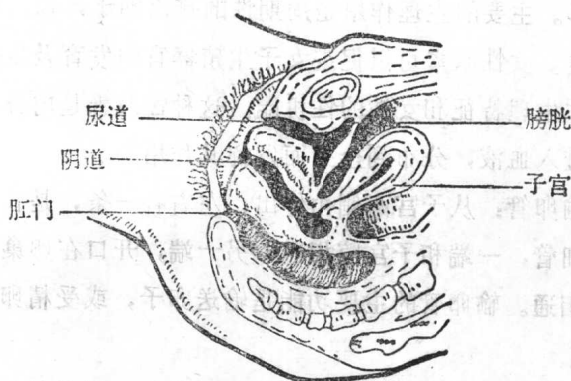
阴茎:是一个圆柱状海绵样的器官,由一个阴茎海绵体和一个尿道海绵体组成,内有丰富的血管和神经分布。其中有尿道通过。尿道是一根细而长的管道,其内口位于膀胱,外口在阴茎龟头顶端。输精管、精囊、前列腺等,都开口于尿道。所以,尿道具有排尿和排精两种功能。

阴囊:为一皮囊,其中包含有睾丸、附睾及输精管的下半段。阴囊除保护睾丸及输精管外,主要功能是调节温度,以利精子的产生和贮存。

(二) 女性生殖器官的构造和功能: 女性生殖器官分内生殖器和外生殖器两部分。外生殖器,即女阴、有大小阴唇、阴阜、阴蒂、尿道口、阴道口等。内生殖器,有阴道、子宫、卵巢和输卵管等(图二)。

大阴唇:位于外阴部的最外侧,左右各一,富有脂肪而隆起于皮面,大阴唇的上面是生有阴毛的阴阜。

小阴唇:在大阴唇的内侧,左右各一。



图二 女性生殖器解剖图

前庭：位于两侧大小阴唇之间，其中有两个开口，上方为尿道口，其下方的开口是阴道口。

阴道：是一个管状器官，上方连着子宫，下方是阴道口。阴道是生孩子和经血排泄的管道。

子宫：子宫外形是扁平的，形状如倒放的梨子一样。子宫约有 $7 \times 5 \times 2.5$ 厘米大小。子宫腔是一个倒三角形的管腔，是产生月经和胎儿生长的地方。它的下部向阴道内突出，呈圆柱形，就是子宫颈，子宫颈中间有子宫颈口，和阴道相通。怀孕后，子宫可随着妊娠月份而增大。分娩后，会逐渐缩小恢复原状。分娩过程中，子宫颈口随着子宫收缩而逐渐开大直至开全，可通过一个足月胎儿；分娩后，宫颈口逐渐缩小复原。

卵巢：在子宫两旁输卵管的后下方，左右各一个，呈扁

椭圆形。主要的生理作用是周期性的排出卵子，以及产生女性激素。女性激素可以促进女子生殖器官的发育及生殖，保持女性生理特征和女性的性机能。这种性激素是内分泌直接吸收进入血液，分布到全身而发挥其作用的。

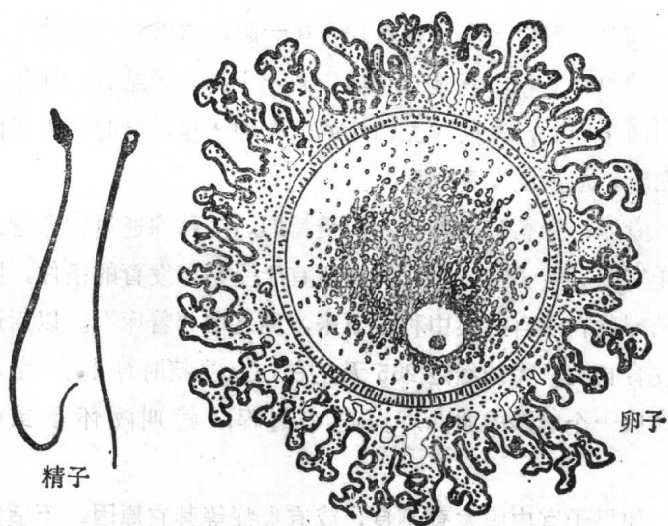
输卵管：从子宫两侧角伸出，左右各一条，是长约九厘米的细管，一端和子宫腔相通；另一端，开口在卵巢附近和腹腔相通。输卵管的主要功能是输送卵子，或受精卵到子宫腔内。

(三) 月经和妊娠的生理：月经生理：月经是妇女特有的生理现象，是受着神经系统、脑垂体和卵巢内激素的支配。当女子发育到12—16岁时，卵巢内开始有卵子发育、成熟，排卵和产生女性激素的周期性变化。子宫腔内膜，在女性激素的作用下，逐渐增厚，血管增多，含有丰富营养，为怀孕作好准备。排卵后，如果没有怀孕，子宫内膜就要脱落，血管破裂出血，经子宫颈从阴道流出来，这就是月经。

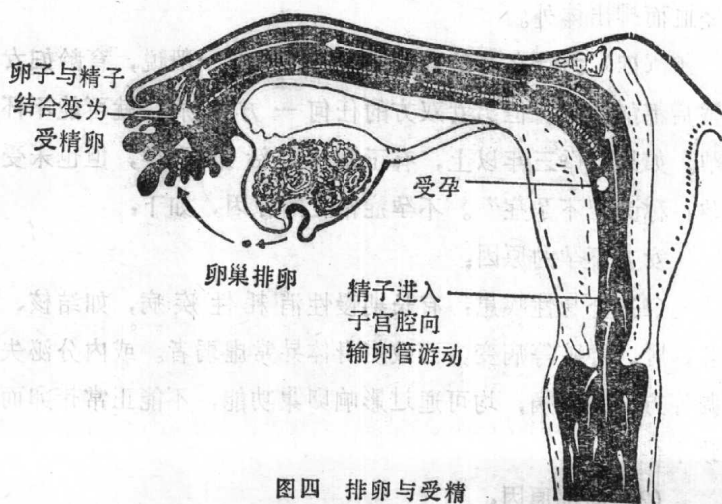
怀孕是怎么回事：

排卵：一个健康女子的卵巢开始有卵子发育和成熟后，一般每月排出一个卵子(图三)，在输卵管口附近，被输卵管吸入管内，这就是“排卵”(图四)。

受精：一个成熟的健康男子，他的睾丸内能产生成熟的精子。精子形状象小蝌蚪，很小很小会游动，存在于精液中。每次排出精子应在8千万——2亿左右，是为正常范围。如果在排卵期夫妇同房，精子经过阴道、子宫进入输卵



图三 精子与卵子



图四 排卵与受精

管，和输卵管中的卵子相遇结合在一起，这就叫“受精”。正常的每次受精，只是一个精子和一个卵子的结合；偶尔，排出两个卵子，又同时受精；或一个卵子里，同时进入了两个精子，最后就发育成双胞胎。

着床：受精后的卵子，叫受精卵。受精卵通过输卵管到达子宫腔。若子宫内膜，具有适宜于受精卵发育的条件，则受精卵就在子宫内膜中种植下来，称之为“着床”。以后逐渐发育长大，大约经过 265 天左右（从受精时算起，就能发育成一个成熟的胎儿）。这个过程，就叫做怀孕或妊娠。

如果子宫内膜发育不良，或有炎症等其它原因，不适宜受精卵种植，不能着床时，月经就要来潮，受精卵就会随着经血而排出体外。

（四）为什么有的育龄妇女不怀孕？一般说，育龄妇女婚后都能怀孕。但男女双方的任何一方有病，就可能不怀孕。如果结婚三年以上，有正常性生活未避孕，但也未受孕，称为“不孕症”。不孕症常见的原因，如下：

女方不孕的原因：

（1）全身性疾病：有长期慢性消耗性疾病，如结核、肝、肾、心脏等病变，而致使身体异常虚弱者。或内分泌失调等方面的疾病，均可通过影响卵巢功能，不能正常排卵而致不孕。

（2）局部原因：

①生殖器官发育不全，如先天性阴道畸形、子宫和卵巢发育不良等。

②生殖器官发炎，尤其是输卵管发炎后所引起的输卵管粘连堵塞，可影响卵子与精子不能结合，导致不孕症。

③生殖器官肿瘤，如子宫、卵巢肿瘤，均可引起不孕。

男方不孕的原因：

(1) 全身性疾病：营养不良、维生素A及E缺乏，营养过盛之肥胖症，急慢性传染病之高热，或慢性消耗性疾病，如糖尿病、结核等，均可影响精子的产生和成长，可以发生精子数目减少或无精子症。

(2) 先天性生殖器异常：如先天性睾丸发育不良，小睾丸症，以及双侧性隐睾症。后者由于睾丸位于腹腔温度较高，可妨碍精子的产生。

(3) 慢性中毒因素：如砷、铝、酒精、烟草等，均可影响睾丸的生精作用。

(4) 睾丸炎症性改变：如结核性睾丸炎，或幼年时曾患过腮腺炎，天花，流行性感胃等疾病时，并发睾丸炎，也可以影响以后睾丸的生精作用，使睾丸之生精功能降低或消失。

(5) 性生活异常：如性交过频，可造成精子数目减少，或出现畸形精子，或神经衰弱所致之阳痿症，均可导致不孕症。

(五) 妇女生孩子多了，对身体有什么害处？生育多，而间隔时间短，对母亲和婴儿的身体健康都有不良影响。常

发生的情况，有以下几个方面：

(1) 生殖器疾患：常见的子宫颈炎，子宫内膜炎，附件炎，子宫脱垂，膀胱和直肠膨出等。另外，还可并发痔疮，阴部及下肢静脉曲张等。在早婚、早孕、多产的妇女中，子宫颈癌等的发病率，也相应增高。

(2) 难产率增高，常见的有以下几种表现：

①胎位不正常：胎儿活动量大，容易引起胎位异常，如臀位、横位等。分娩过程中，可引起子宫破裂，危及母子的生命。

②急产：发生急产，就是生的过快，可引起产妇的产道复杂裂伤，而致大出血及胎儿颅脑损伤等。

③滞产：滞产就是指产程停滞的意思。由于经产妇子宫壁松弛，弹性变小，收缩力减弱，可以使产程拖得很长。这种情况，对产妇消耗很大，常拖得精疲力尽，造成分娩困难。

④前置胎盘：前置胎盘（即胎盘附着在子宫的下段，或宫口处），或胎盘早期分离（胎儿未娩出前，胎盘先剥离）的发病率增高。引起产前大出血，危及母子生命。

⑤胎盘滞留或残留：胎盘滞留或残留（就是胎儿生下来后，胎盘和子宫不分离，或分离的不完全）的发生率比较高，会引起产后大出血。

⑥产后子宫收缩乏力：产后由于子宫松弛，收缩力不好，所以子宫内血管不能及时关闭，也会引起产后大出血。

⑦缺钙症：由于多次妊娠及哺乳，母体钙质供不应求。因此，可发生手足抽搐，脊柱和骨盆变形，弯腰，驼背，腰腿

疼，四肢弯曲畸形，走路艰难，称为“骨质软化症。”这就是原来生孩子好生，以后骨盆变畸形，生孩子反而生不下来的原因。母亲缺钙，其所孕育的婴儿，也容易患缺钙性佝偻病。营养不良，使婴儿身体抵抗力降低，易患各种传染病。

(3) 对母子双方身体健康的影响：怀孕和生孩子，虽然是正常的生理现象，但是，每生一个孩子，母亲的身体，就要经历一次很大的变化，付出相当的代价。一个妇女，从怀孕后一直到分娩，在这将近 10 个月里，她孕育着一个从看不到的受精卵发育到大约 6—7 斤重的胎儿，她的子宫，由原来的一市两左右，增大到两斤半左右。子宫的容积，也比原来增加五百多倍，胎盘和羊水从无到有，分娩时差不多各有一市斤重。胎儿发育成长，所需要的一切营养，全靠从母亲身体里吸取。同时，母亲的整个身体，为了适应怀孕的要求，也要发生很复杂的变化。产后又要给孩子喂奶，还要消耗很多营养和精力。常常把妇女搞得精疲力尽，身体衰弱，特别是对原来就有某种慢性病者，或原来身体就比较虚弱的妇女，每经过一次生育，就要加重一次全身各脏器的生理负担，就能加重原有疾病的病情，或者慢性病急性发作。如心脏病、肝炎、肾脏病、结核、营养不良、贫血，以及其它疾病等，均可复发，就会给身体健康带来不良的后果。由于子女多，对他们的营养和照顾，也就比较差，而这些孩子也常常容易患各种疾病，影响他们的健康成长。

二、避孕常识

(一) 什么叫避孕：避孕，就是用科学的方法避免怀孕。也就是说，使用科学的方法，使男性精子和女性卵子不相遇，或者相遇了也不能受精发育成胎儿，而达到不孕的目的。避孕是暂时不生育，达不到永久性的不孕。避孕的方法很多，如男用避孕套，女用的阴道隔膜（子宫帽）等。又如阻止受精卵，在子宫内膜上着床、发育、生长，而使用的宫内节育器（避孕环）、口服避孕药、避孕胶冻、药片和药膜等。

(二) 常用的避孕工具及方法：

1. 外用避孕工具：

(1) 避孕套（阴茎套）：是男性避孕工具。性交时，套在阴茎上，射精时精液排在避孕套内，不使精子和卵子相遇，以达到避孕之目的。

避孕套是优质乳胶制成的，有大、中、小（即 35、33、31）三种号码，可根据个人具体情况选用。避孕套方法简便，如使用得法，效果是可靠的。

①如何正确使用避孕套（图五）。

a. 使用前，先吹气检查套子有无裂孔，如有漏气，就不能使用。