

二胎生育



ERTAI SHENGYU
QUAN GONGLUE

张迎春◎主编

全攻略



二胎政策的**权威解读**，二胎生育的**科学安排**

想生生不了咋办？两孩**间隔多久**最好？

孕期前后的**注意**

问题一网打尽

二胎生育



ERTAI SHENGYU
QUAN GONGCHU

全攻略

主 编 张迎
副主编 张 花 韩红伟 陈 明
编 委 (按姓氏拼音排序)

陈 明	陈 琛	代 莉	崔新生
戴少莲	高 凯	高亚萍	郭希庆
韩红伟	姜朵生	罗彩娥	李 华
李满琴	李芳园	李兰荣	李艳波
林 云	吴曼玲	徐淑琴	余 盼
喻磊杰	尹 燕	张 花	张迎春
张小荣	赵 倩		

图书在版编目(CIP)数据

二胎生育全攻略/张迎春主编. —武汉:湖北科学技术出版社, 2014. 6

ISBN 978-7-5352-6647-7

I. ①二… II. ①张… III. ①计划生育—人口政策—中国 IV. ①C924. 21

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 065900 号

责任编辑:冯友仁 李青 高雅琪

封面设计:戴旻

出版发行:湖北科学技术出版社

电话:027—87679447

地 址:武汉市雄楚大街 268 号

邮编:430070

(湖北出版文化城 B 座 13—14 层)

网 址:<http://www.hbstp.com.cn>

印 刷:武汉珞珈山学苑印刷有限公司

邮编:430072

787×1092

1/16

13 印张

200 千字

2014 年 6 月第 1 版

2014 年 6 月第 1 次印刷

定价:29.80 元

本书如有印装质量问题 可找承印厂更换



前言



我国自 20 世纪 80 年代开始提出的严格推行以汉族独生子女政策为核心内容的中国计划生育政策对国计民生、国家兴旺、民族繁荣产生了很多正面影响。随着新时期我国人口结构发生重大变化,生育水平日趋降低,人口结构性问题日渐突出,社会居民生育意愿逐渐理性,家庭模式慢慢缩减,政府从完善人口结构出发,逐步实施生育政策的改革。从之前“放开双独”,以及某些省份农村地区实施的“一孩半”政策,到现在的“单独二胎”政策,无不体现着政府对国家人口的调控以及把生育愿望还给人民群众的抉择。

就目前而言,实施“单独二胎”政策,有利于保持合理的劳动力规模,延缓人口老龄化速度,促进经济持续健康发展,为实现中华民族伟大复兴的“中国梦”创造良好的人口环境;有利于逐步实现国家政策与群众意愿的统一,提升家庭抵御风险的能力,增强家庭养老照料功能,促进家庭幸福与社会和谐;有利于稳定适度的低生育水平,促进人口长期均衡发展,促进人口与经济、社会、资源、环境的协调和可持续发展。然而,作为“二胎子女”的父母,我们应该做些什么呢?

为此,湖北省妇幼保健院张迎春主任结合当前国情,以及“二胎父母”特定的身体素质条件,组织编写了这本《二胎生育全攻略》一书,供拟生“二胎”的夫妇阅读参考,以期更好地达到优生优育的目的。本书共分为 5 篇,包括我国现行生育政策解读、二胎父母的必备条件、生育二胎父母体质的调养及注意事项、生育二胎障碍因素及治疗、二胎孕期及产生





的注意事项等章节,从孕前、孕期及哺乳期的饮食起居调护、优生优育项目、各种不孕因素的检查和治疗等方面进行了介绍。采用问答这种最通俗的表现形式,解决“二胎父母”最关心的问题。

本书集合了湖北省妇幼保健院相关专业医生的集体智慧,大家共同努力,最终完成书稿。其中难免存在不足、疏漏或不妥之处,敬请指正。

本书编委会
2014年2月





目录 Contents



第一篇 生育政策解读



1. 什么是生育政策? (2)
2. 何为“一胎政策”? (2)
3. “单独二胎”实施以前,我国“二胎政策”是怎样的? (2)
4. 何为独生子女? (3)
5. “单独二胎”实施以前,“二胎政策”条件之外的特殊
政策具体是怎样的? (3)
6. 何为“单独二胎”? (4)
7. 双胞胎家庭能否再生育二胎? (5)
8. “单独二胎”政策是全国实行还是各地不同? (5)
9. “单独二胎”政策实施以后会造成哪些影响?
..... (5)
10. 准生证办理流程是怎样的? (8)
11. 准生证遗失后如何补办? (9)
12. 二胎子女如何上户口? (10)
13. 二胎子女是否需要缴纳社会抚养费? (11)
14. 二胎子女生育保险能报销吗? (11)
15. 生育二胎可以休产假吗? (11)





第二篇 生育二胎父母的必备条件



1. 怀二胎整个家庭需要做好哪些准备? (14)
2. 怀二胎前夫妻需要做哪些准备? (14)
3. 怀二胎对于夫妻双方的年龄有哪些要求? (15)
4. 高龄妇女怀二胎应做哪些检查? (15)
5. 高龄妇女能借助试管婴儿圆梦吗? (15)
6. 隔多少年生二胎更合适? (15)
7. 能正常怀孕需要具备的条件有哪些? (16)
8. 最佳怀孕及分娩的季节是什么时候? (16)
9. 40岁以后能怀孕吗? (17)
10. 男性生育年龄持续至多大? (17)
11. 月经是怎么产生的? (17)
12. 月经与生育有什么关系? (18)
13. 受孕的过程是怎样的? (18)
14. 排卵的迹象有哪些? (19)
15. 什么是基础体温? 如何测量基础体温? (19)
16. 测基础体温对生育期女性有什么意义? (19)
17. 卵泡监测对怀孕有何意义? (20)
18. 男性因素在生育中的地位如何? (20)
19. 精液分析包含哪些内容? (20)
20. 精液常规分析的正常值是多少? (21)
21. 精液常规检查最佳时间是什么时候? (21)
22. 做精液常规分析要注意些什么? (21)
23. 前列腺炎会影响生育吗? (22)
24. 前列腺液常规检查的标准是什么? (22)



25. 前列腺炎是怎样引起的? (23)
26. 卵子排出后存活多长时间? 精子在女方体内
存活多长时间? (23)
27. 受精卵在体内运行多久着床? (23)
28. 卵泡形态不规则影响怀孕吗? (23)
29. 卵泡扁但能排影响怀孕吗? (24)
30. 输卵管的功能是什么? (24)
31. 以前怀过孕输卵管就一定通畅吗? (24)
32. 输卵管堵塞会有排卵吗? 有排卵者输卵管
就会通畅吗? (25)
33. 阴道炎一定会有输卵管炎吗? (25)
34. 阴道炎会影响怀孕吗? (26)
35. 宫颈糜烂会影响生育吗? (26)
36. 女性没有明显性高潮会影响受孕吗? (26)
37. 什么原因造成子宫内膜炎? 会影响生育吗?
..... (27)
38. 患有子宫内膜结核后还能生育吗? 对生育有
哪些影响? (27)
39. 为什么会发生子宫腔粘连? 子宫腔粘连后怎么办?
..... (28)
40. 子宫内膜是如何形成的? 怎么知道子宫内膜
长息肉了? (29)
41. 如何治疗子宫内膜息肉? (29)
42. 有生育要求的子宫肌瘤病人该选择什么方法治疗?
..... (30)
43. 什么是席汉综合征? (30)





44. 席汉综合征的临床表现是什么? (31)
45. 席汉综合征能治疗吗? 能恢复生育吗? (31)
46. 再次怀孕能否改善席汉综合征的症状? (31)
47. 严重的阴道前壁、后壁膨出影响再次受孕吗?
..... (32)
48. 严重的陈旧性会阴撕裂伤对再次生育有影响吗?
..... (32)
49. 宫颈解剖学结构异常会影响受孕吗? (32)
50. 宫颈发育异常及宫颈肌瘤会引起不孕吗? (33)
51. 子宫内膜异位症会影响再次受孕吗? (33)
52. 卵巢肿瘤对再次怀孕的影响? (33)
53. 弓形虫感染对怀孕有哪些影响? (34)
54. 梅毒感染对怀孕有哪些影响? (34)
55. 尖锐湿疣与不孕有关吗? (34)
56. 生殖器疱疹与不孕不育有关吗? (35)
57. 巨细胞病毒感染会导致不孕不育吗? (35)
58. 宫内妊娠产物残留或节育环残留对再次妊娠
有何影响? (36)
59. 腹腔镜术后受孕什么时间最佳? (36)
60. 腹腔镜输卵管造口术及松解术后的妊娠率是多少?
..... (36)
61. 性交频率、次数与受孕率有关么? (37)
62. 为什么停服避孕药后仍不受孕? (37)
63. 职业与不孕有何关系? 哪些职业影响受孕?
..... (37)
64. 体质过度衰弱与不孕有什么关系? (38)



65. 流行性腮腺炎与不孕有何关系? (39)
66. 人工流产会造成不孕吗? (39)
67. 流产后再次怀孕间隔多久为佳? 为什么? (40)
68. 剖宫产后多久可以再次妊娠? (40)
69. 第一次剖宫产,再次妊娠仍需剖宫产吗? (40)
70. 子宫切口愈合不良有什么危害? 如何防治? (41)
71. 子宫切口愈合不良对再次妊娠有什么影响? (41)
72. 第一胎顺产,第二胎会像第一胎那样痛吗? (41)
73. 如果第一胎分娩时难产,生第二胎也会难产吗? (42)
74. 取环后多久才能怀孕? (42)
75. 取环后为什么不易怀孕? (42)
76. 二胎怀孕反应与头胎不一样,性别会不一样么? (42)
77. 怀孕反应重一定是男孩么? 生男生女究竟由什么
决定? (43)



第三篇 生育二胎父母体质的调养及注意事项



1. 孕前为什么要做优生检查? (45)
2. 生二胎也需要做优生检查吗? (45)
3. 二胎父母孕前应做哪些优生检查? (45)
4. 中医优生思想是怎样的? (46)
5. 中医孕前保健包括哪些内容? (47)
6. 孕前月经失调中医如何保健? (47)
7. 每个人的体质都一样吗? 中医学是如何分类的? (48)
8. 中医学根据个人体质有哪些保健方法? (48)





9. 父母体质会影响下一代吗? (51)
10. 父母调理多久怀孕合适? (51)
11. 怀孕前饮食该如何调理? (51)
12. 怀孕前起居该如何调节? (52)
13. 情志因素对怀孕的影响如何? (52)
14. 宫寒是怎么回事? (53)
15. 宫寒为什么会致不孕? (53)
16. 孕前宫寒如何调理? (54)
17. 孕前痛经怎样进行中医保健调养? (54)
18. 泡脚对怀孕有什么好处? (55)
19. 艾灸对怀孕有什么好处? (56)
20. 肥胖对怀孕有什么影响? (57)
21. 针刺为什么能调节卵巢功能? (57)
22. 微量元素与维生素缺乏和不孕有什么关系?
 该如何补充? (58)
23. 日常生活中影响男性生殖功能的因素有哪些? (58)
24. 吸烟对男性生殖功能有何影响? (58)
25. 吸烟对女性生殖功能有何影响? (59)
26. 喝酒对男性生殖功能有何影响? (59)
27. 喝酒对女性生殖功能有何影响? (60)
28. 高温对男性生殖功能有何影响? (60)
29. 开车对男性生殖功能有何影响? (60)
30. 熬夜对男性生殖功能有何影响? (60)
31. 电脑对男性生殖功能有何影响? (61)
32. 孕前可否接受预防接种? (61)
33. 哪些内科疾病和不孕关系密切? (62)



34. 养宠物对怀孕有何影响?	(63)
-----------------------	------



第四篇 生育二胎的障碍因素及其治疗



一、排卵障碍因素	(65)
1. 月经正常就一定有排卵吗?	(65)
2. 排卵障碍常见于妇科哪些疾病?	(65)
3. 怎样评价卵巢功能?	(66)
4. 什么是卵巢储备功能下降(DGS)? 卵巢储备功能下降的诊断 指征及症状有哪些?	(66)
5. 卵巢储备功能下降影响怀孕吗?	(66)
6. 卵巢储备功能下降如何治疗?	(67)
7. 如何预防卵巢储备功能下降?	(67)
8. 中医如何辨治卵巢储备功能不足?	(67)
9. 什么是未破裂卵泡黄素化综合征(LUFS)?	(68)
10. 未破裂卵泡黄素化综合征对生育的影响如何?	(69)
11. 未破裂卵泡黄素化综合征如何治疗?	(69)
12. 如何诊断多囊卵巢综合征(PCOS)?	(69)
13. 多囊卵巢综合征的病人为什么要查糖耐量和胰岛素?	(70)
14. 多囊卵巢综合征的病人一定都是肥胖人吗?	(71)
15. 多囊卵巢综合征的预后怎么样	(71)
16. 多囊卵巢综合征对生育的影响有多大?	(71)
17. 如何治疗及预防多囊卵巢综合征?	(71)
18. 中医如何辨治多囊卵巢综合征?	(72)
19. 如何诊断卵巢早衰(POF)?	(73)
20. 卵巢早衰病人还能生育吗?	(73)
21. 卵巢早衰如何治疗?	(73)



22. 中医如何辨治卵巢早衰? (74)
23. 什么是子宫内膜异位症? (75)
24. 临床如何诊断子宫内膜异位症? (75)
25. 中医如何辨治子宫内膜异位症? (75)
26. 黄体功能不全(LDP)表现症状有哪些? (76)
27. 如何治疗黄体功能不全? (76)
28. 中医如何辨治黄体功能不全? (76)
- 二、输卵管因素** (77)
1. 盆腔炎性疾病是怎么回事? (77)
2. 盆腔炎性疾病对生育有何影响? (77)
3. 慢性盆腔炎会给生活造成哪些影响? 其体征及
症状有哪些? (78)
4. 检查输卵管通畅与否有哪些方法? 用哪种方法比较好? (78)
5. 输卵管介入治疗的适应证有哪些? 会损坏输卵管
纤毛吗? (79)
6. 子宫输卵管碘油造影有何临床意义? (79)
7. 子宫输卵管碘油造影的适应证是什么? (80)
8. 子宫输卵管碘油造影应在何时检查? (80)
9. 造影结果显示输卵管通而不畅怎么办? (80)
10. 输卵管通液何时进行? (80)
11. 输卵管通液有哪些适应证、禁忌证及最佳时间是什么时候?
..... (81)
12. 慢性盆腔炎的中医特色治疗方法有哪些? (81)
13. 输卵管介入术后的治疗流程是怎样的? (82)
14. 灌肠为什么能消除输卵管炎症? (82)
15. 中药外敷的作用是什么? (82)



16. 中医如何辨治盆腔炎？	(83)
17. 什么是异位妊娠？	(84)
18. 输卵管妊娠常见的病因是什么？	(84)
19. 异位妊娠如何治疗？	(84)
20. 异位妊娠如何判定保守还是手术治疗？	(85)
21. 中医如何辨治异位妊娠？	(85)
22. 输卵管积水造成的不孕怎么解决？	(86)
23. 哪些病人适合做试管婴儿(IVF-ET)？	(86)
24. 哪些情况不宜做试管婴儿？	(87)
25. 哪些病人适合做夫精人工授精(AI)？	(87)
26. 哪些人不适合做夫精人工授精？	(88)
27. 哪些人适合做供精人工授精(AID)？	(88)
28. 哪些人不适合做供精人工授精？	(88)
29. 人工授精和试管婴儿的区别是什么？	(89)
30. 人工授精有哪些方法？ 如何操作？	(89)
31. 暂不生育者能否分别冷冻精子和卵子？	(90)
32. 行试管婴儿前需完善哪些检查？	(90)
33. 试管婴儿有哪些程序？	(91)
34. 哪些情况可以接受卵子赠送？	(92)
35. 无卵泡发育或取卵时无卵子怎么办？	(92)
36. 无子宫或子宫异常但拥有正常卵巢功能的妇女 可以请人代孕来实现为人父母的愿望吗？	(92)
37. 试管婴儿能选择性别吗？	(93)
38. 试管婴儿能避免宫外孕吗？	(93)
39. 试管婴儿能避免习惯性流产吗？	(94)
40. 试管婴儿一定能生双胞胎吗？	(94)





41. 如果排卵正常,进行试管婴儿时还需要促排卵吗? (94)
42. 常用促排卵方案有哪些? (95)
43. 如何选择促排卵方案? (95)
44. 取卵的过程是怎样的? (95)
45. 为什么会出现促排后无卵泡发育或取卵时无卵子?
应怎样处理? (96)
46. 试管婴儿对母体有什么影响? (96)
47. 试管婴儿对后代有什么影响? (97)
48. 精子和卵子在体外怎样受精? (97)
49. 胚胎如何分级? (97)
50. 试管婴儿如何选择移植胚胎数? (98)
51. 什么是减胎术?为什么要减胎? (98)
52. 何为胚胎冷冻?冷冻时限是多久? (98)
53. 二胎政策的放开会让冷冻胚胎的再利用增加吗? (99)
54. 何为囊胚? (99)
55. 子宫内膜形态如何分类? (100)
56. 试管婴儿的子宫内膜厚度多少适宜? (100)
57. 辅助生殖技术有哪些并发症? (100)
58. 供精人工授精后会出现子女近亲结婚的可能吗? (101)
59. 人工授精成功率是多少?费用大概是多少? (101)
60. 影响人工授精成功的因素有哪些? (101)
61. 试管婴儿成功率是多少?大概
费用是多少? (102)
62. 影响试管婴儿成功的因素有哪些? (102)
63. 输卵管积水对试管婴儿有何影响? (103)





64. 子宫内膜异位症对试管婴儿有何影响?	(103)
65. 新鲜胚胎和冷冻胚胎移植的成功率有区别吗?	(104)
66. 中医对试管婴儿辅助治疗方案是怎样的?	(104)
67. 试管婴儿后早期保胎为什么非常重要?	(106)
68. 取卵后为何会出现腹水? 中医如何治疗?	(106)
69. 辅助生殖治疗时, 子宫内膜偏薄怎么办?	(106)
三、男性因素	(107)
1. 什么是男性不育症?	(107)
2. 男性不育症的诊断时间为何定为 1 年?	(107)
3. 男性不育症的发病率有多高?	(107)
4. 男性不育症在生活上要注意什么?	(108)
5. 食疗用于男性不育症有何优点?	(109)
6. 怎样用饮食调补精子?	(109)
7. 促进生精的药膳有哪些?	(110)
8. 哪些食物可以补充生育功能所需要的维生素?	(111)
9. 延长性生活的间隔时间就能增加受孕机会吗?	(112)
10. 中医如何辨治男性免疫性不育症?	(112)
11. 雄激素对男性生育有何影响?	(113)
12. 精子一产生就有受精能力吗?	(114)
13. 精子不凝固会影响怀孕吗?	(114)
14. 男性精液不液化会影响怀孕吗?	(115)
15. 中医如何辨治精液不液化?	(115)
16. 什么是少精子症? 能治疗吗?	(116)
17. 中医如何辨治少精症?	(116)
18. 什么是弱精症?	(117)
19. 引起精子活力低下的原因有哪些?	(117)

20. 如何规范治疗弱精症? (118)
21. 中医认为精子活动力低下症的病因是什么? (118)
22. 中医怎样治疗精子活力低下症? (119)
23. 什么是畸形精子过多症? (119)
24. 中医怎样治疗畸形精子过多症? (120)
25. 什么是无精子症? (120)
26. 中医如何辨治无精子症? (121)
27. 什么是死精子症? (122)
28. 中医认为死精子症的病因有哪些? (122)
29. 中医如何辨治死精子症? (123)
30. 精液量过多与男性不育有关吗? (124)
31. 精液量过少可引起男性不育吗? (124)
32. 什么是勃起功能障碍(ED)? (124)
33. 勃起功能障碍会导致男性不育吗? (124)
34. 勃起功能障碍一定是肾阳虚吗? (125)
35. 什么是早泄? (125)
36. 中医认为早泄是怎样引起的? (125)
37. 不射精症导致不育怎么办? (126)
38. 中医对不射精症的病因是怎样认识的? (126)
39. 什么是遗精? (127)
40. 中医怎样治疗遗精症? (127)
41. 中医怎样认识性欲低下的病因? (128)
- 四、复发性流产** (128)
1. 什么是复发性流产(RSA)? (128)
2. 复发性流产的原因有哪些? (128)
3. 哪些因素对复发性流产尤为关键? (129)

