

編輯：怡 明

妊 娠 · 分 娩 · 产 后
如海 春子编著

香港得利书局出版
世界图书出版公司
(北京朝内大街137号)
北京中西印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

1990年4月第一版 开本：787×1092 1/32
1990年4月第一次印刷 印张：3

ISBN 7-5062-0672-2/R·12

定价：1.70元

经香港得利书局允许，世界图书出版公司重印，1990
限国内发行

出版說明

現代女性，尤其職業女性，除了承擔工作重擔外，在主理家庭、養育子女方面要比男性花更多的精力。人，都一樣，既然爲生活付出了應有的代價，就應充分享受生活帶來的歡樂和愉快。女性在裏外兼顧之餘，還有無精力獲取這份美妙的享受呢？那就要取決於她的健康狀況了。所以，健康的身體和飽滿的精神是追求幸福的基礎和保證。

不言而喻，健康和胸襟開朗好像孿生姐妹，這樣的人在生活中會創造情趣；相反地，多病和愁眉苦臉經常連在一起，這樣的人對待生活必定缺少興趣。因此，在多姿多彩的人生中，只有前者才能獲得真正的甜蜜和幸福。

試想，對身體的生理結構缺乏認識的人，怎能主宰自己的健康呢？這就可能把正常的生理現象誤爲困擾，而對自己已發現的疾病的最早症狀，却又漫不經心，以致延誤了病情。〈女性醫學叢書〉正是從醫學角度針對這些情況，用科學的觀點、深入淺出的筆法，描述了女性一生中的生理變化、常見疾病、婚姻、性、妊娠和分娩等。

這是一套科學的實用書，包括《荷爾蒙與妳》《女性常見病》《結婚與性》及《妊娠·分娩·產後》……。這套書將成爲年輕的、中年的和老年的姊妹們身邊的醫學顧問。

出版說明

現代女性，尤其職業女性，除了承擔工作重擔外，在主理家庭、養育子女方面要比男性花更多的精力。人，都一樣，既然為生活付出了應有的代價，就應充分享受生活帶來的歡樂和愉快。女性在裏外兼顧之餘，還有無精力獲取這份美妙的享受呢？那就要取決於她的健康狀況了。所以，健康的身體和飽滿的精神是追求幸福的基礎和保證。

不言而喻，健康和胸襟開朗好像孿生姐妹，這樣的人在生活中會創造情趣；相反地，多病和愁眉苦臉經常連在一起，這樣的人對待生活必定缺少興趣。因此，在多姿多彩的人生中，只有前者才能獲得真正的甜蜜和幸福。

試想，對身體的生理結構缺乏認識的人，怎能主宰自己的健康呢？這就可能把正常的生理現象誤為困擾，而對自己已發現的疾病的最早症狀，卻又漫不經心，以致延誤了病情。《女性醫學叢書》正是從醫學角度針對這些情況，用科學的觀點、深入淺出的筆法，描述了女性一生中的生理變化、常見疾病、婚姻、性、妊娠和分娩等。

這是一套科學的實用書，包括《荷爾蒙與妳》《女性常見病》《結婚與性》及《妊娠·分娩·產後》……。這套書將成為年輕的、中年的和老年的姊妹們身邊的醫學顧問。

目 次

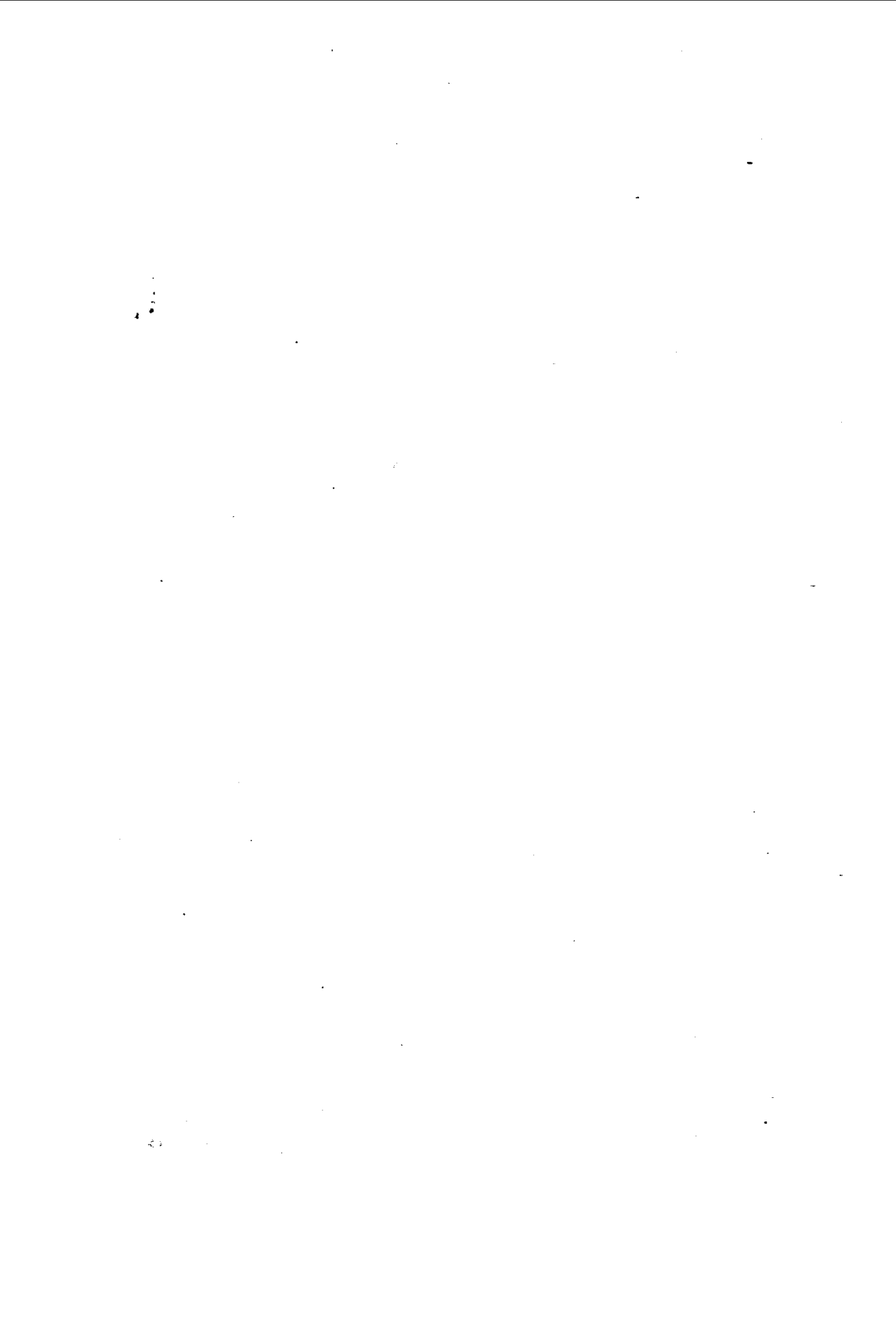
出版說明.....	1
一、妊娠的奧妙	9
1. 卵子與精子是怎樣結合的?	9
2. 受精和着床的過程是怎樣的?	10
3. 妊娠與內分泌究竟有什麼關係?	11
二、妊娠的最佳年齡	13
1. 理想的妊娠年齡是幾歲?	13
2. 初產婦過於年輕會有哪些危害?	13
3. 高齡初產婦一定難產嗎?	14
三、疾病和妊娠	17
1. 貧 血	17
2. 高血壓	18
3. 慢性腎炎	18
4. 肺結核	18
5. 糖尿病	19
6. 心臟病	20
7. 病毒性肝炎	21

(1) 妊娠對肝炎有什麼影響？	21
(2) 肝炎對妊娠有什麼影響？	21
(3) 患有肝炎的婦女如何正確處理妊娠和分娩？	22
8. 子宮肌瘤	22
9. 梅毒	23
10. 慢性闌尾炎	23
四、妊娠的先兆	25
1. 月經過期對妊娠有何意義？	25
2. 妊娠反應會出現哪些症狀？	26
3. 妊娠後乳房有什麼變化？	26
4. 皮膚變化也和妊娠有關嗎？	27
5. 從基礎體溫的變化可預知妊娠嗎？	27
6. 妊娠後還有其他變化嗎？	29
7. 自己怎樣推算預產期？	30
五、必要的產前檢查	31
1. 測量身高體重	31
2. 測量骨盆	32
3. 測量血壓，檢查尿液	33
4. 貧血的檢查	33
5. 血型的檢查	34
6. 風疹的檢查	34
7. 梅毒血清反應的檢查	35
8. 弓形體檢查	36
9. 肝功能與 HB 抗原的檢查	36
六、妊娠時母體的變化	39

1. 妊娠初期有哪些生理變化?	39
2. 妊娠中期有哪些生理變化?	40
3. 妊娠後期有哪些生理變化?	42
4. 母乳分泌的奧妙	44
七、胎兒的成長	47
1. 胎兒性別是怎樣決定的?	47
2. 什麼是胎兒的附屬物?	48
(1) 胎 盤	49
(2) 臍 帶	50
(3) 羊膜和羊水	50
3. 胎兒在母體內是如何發育的?	50
(1) 妊娠初期胎兒的發育	50
(2) 妊娠中期胎兒的發育	51
(3) 妊娠後期胎兒的發育	51
八、妊娠期間的疾病和異常	53
1. 妊娠期間為什麼有異常出血?	53
(1) 妊娠前半時期異常出血的原因	53
(2) 妊娠後半時期異常出血的原因	55
2. 妊娠期間胃腸道有哪些不適?	56
(1) 嘔吐感或嘔吐	57
(2) 燒 心	58
(3) 胃憋悶感	58
(4) 便 祕	58
(5) 脊背痛、腰痛	58
(6) 腳 腫	59
3. 怎樣才算體重異常增加?	59
(1) 羊水過多症	59

(2) 多胎妊娠·····	60
(3) 浮 腫·····	60
4. 爲什麼要重視妊娠毒血症?·····	60
(1) 病因和症狀·····	61
(2) 預 防·····	63
九、妊娠期間的日常生活·····	65
1. 妊娠期間如何掌握飲食?·····	65
2. 家務中如何掌握勞逸?·····	66
3. 妊娠期間可否外出或旅行?·····	66
4. 妊娠期如何注意個人衛生?·····	67
5. 職業婦女在妊娠期間如何注意保養?·····	68
十、妊娠中的性生活·····	69
1. 如何掌握妊娠早期的性生活?·····	69
2. 妊娠中期的性生活應注意些什麼?·····	69
3. 怎樣對待妊娠後期的性生活?·····	70
十一、分娩的生理與異常·····	73
1. 臨產前孕婦有哪些先兆?·····	73
(1) 腹部墜脹感·····	73
(2) 尿 頻·····	73
(3) 大腿根部發脹·····	74
(4) 胎動遲鈍·····	74
(5) 血性白帶·····	75
(6) 破 水·····	75
2. 分娩要經過哪些過程?·····	75
(1) 分娩第一期·····	75
(2) 分娩第二期·····	76

(3)分娩第三期.....	77
3. 哪些方法可以加快分娩過程?.....	78
(1)產鉗助產法.....	78
(2)吸引助產法.....	78
(3)剖腹產.....	78
4. 分娩時母體可能出現哪些異常?.....	80
(1)胎頭、骨盆不相稱.....	80
(2)軟產道強韌.....	80
(3)前期破水、早期破水.....	80
(4)陣痛微弱.....	80
5. 分娩時胎兒可能出現哪些異常?.....	81
(1)臍帶脫出.....	81
(2)臍帶纏頸.....	82
(3)胎兒假死.....	82
6. 分娩後還會有異常嗎?.....	82
(1)胎盤娩出遲緩.....	82
(2)遲緩出血.....	83
7. 產褥感染.....	84
8. 乳腺炎.....	84
9. 血性惡露.....	85
10. 脫肛與痔瘡.....	86
11. 妊娠毒血症的後遺症.....	87



一、妊娠的奧妙

1. 卵子與精子是怎樣結合的？

在女性的卵巢中，從生下來就已蓄存了數萬個原始的卵胞，到了青春期，腦下垂體分泌出卵胞刺激素，卵胞受此荷爾蒙的刺激後，促使其發育，並分泌雌性荷爾蒙，這種荷爾蒙，正是女子促使自己女性化的極為重要的內分泌。

發育成熟的卵胞，受到腦下垂體前葉分泌的黃體化荷爾蒙的刺激，就從卵巢中排出，這就是排卵。這種生理現象，從青春期開始到更年期為止，每隔25～35天就會出現一次。

卵子排出後，生存期為1天；精子生存期約為3天，所以在排卵日及前3天易受精。通過性交，精液射入女性陰道內，精子靠着尾部活動向上游行至子宮入口處，續繼進入輸卵管，在輸卵管的膨大部分與卵子相遇，便成為“受精卵”。

一次射精約含二億多個精子，因陰道內為強酸性，所以大部分精子在陰道內即被殺死，只有耐酸性較強的精子才能進入子宮內。

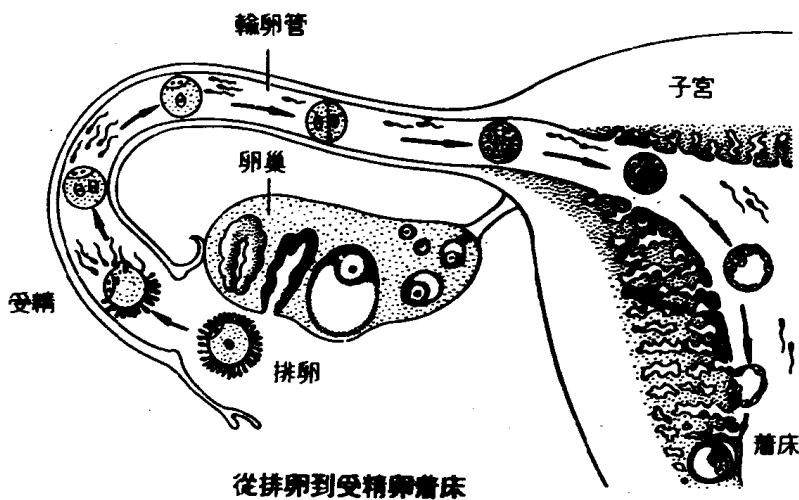
、 卵子與精子不同，卵子本身沒有游動的能力。排卵是卵子由卵巢向外排出，藉助輸卵管攔部的功能將卵子取納，進到輸

卵管，再經輸卵管的作用將其送入子宮。在這一途徑中，如未與精子相遇，就不會在子宮內膜着床，而是向陰道外排出。

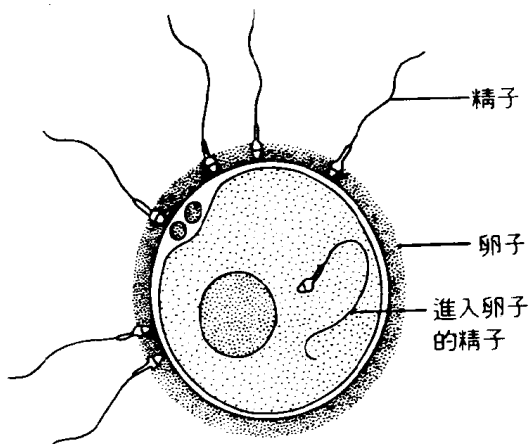
2. 受精和着床的過程是怎樣的？

排出的卵子，在輸卵管膨大的部分等待與精子相會，只能與千萬個精子中的一個相遇，這就叫“受精”。

精子一進入卵子內部，立即甩掉它的尾巴，位於其頭部的核與卵子的核融合而成“受精卵”。受精卵一面在其內部發生極為複雜的變化，一面因輸卵管的作用將其送到子宮內。在這個過程中受精卵表面生長出極細的毛，稱為“絨毛”，正是因為有絨毛組織的緣故，所以受精卵才容易附着在子宮內膜上。子宮內膜因黃體化荷爾蒙的作用，使其變軟增厚，做好等待受



精子進入卵子
成為受精卵



精卵到達的準備。

受精卵到達子宮後，分泌出一種蛋白溶解酶將子宮內膜溶解，形成小巢狀的凹陷，受精卵嵌入巢中，這些凹陷又迅速修補，就把受精卵“包埋”在子宮內膜中，於是受精卵好像睡在軟綿綿的睡袋裏，這就是“着床”也就是妊娠開始了。

3. 妊娠與內分泌究竟有什麼關係？

女性所表現的各種生理現象，都受荷爾蒙的支配，也就是體內內分泌的作用；妊娠也不例外。

排卵後，卵泡形成黃體，並分泌妊娠荷爾蒙。雌性荷爾蒙促使子宮內膜增殖、變厚，同時妊娠荷爾蒙也作用於子宮內膜，二者都為受精卵着床創造有利條件。

受精卵一着床就意味着妊娠。受精卵表面的絨毛組織分泌

大量的促性腺荷爾蒙，這種促性腺荷爾蒙與腦下垂體前葉分泌的促性腺荷爾蒙性質基本相同，作用於卵巢的妊娠黃體，使其分泌大量的妊娠荷爾蒙。

妊娠荷爾蒙是維持妊娠不可缺少的荷爾蒙，當受精卵一旦着床，它就作用於整個子宮，抵禦外來的刺激，使受精卵能夠安全地生長發育。

絨毛膜促性腺荷爾蒙的分泌量在妊娠12週後開始減半，隨之妊娠黃體分泌的妊娠荷爾蒙也逐漸減少，由絨毛形成的胎盤又分泌大量的妊娠荷爾蒙。

也就是說，維持妊娠安全最重要的環節是：由胎盤分泌的妊娠荷爾蒙代替了妊娠黃體所分泌的妊娠荷爾蒙，直到分娩結束，荷爾蒙再恢復原狀。

二、妊娠的最佳年齡

1. 理想的妊娠年齡是幾歲？

女性到了17~18歲，就其生理發育來講，無可非議是可以妊娠了。但是，分娩、哺乳、育兒等一系列做母親的職責，在這個年齡是否能擔當呢？這的確是值得討論的。

從社會角度來說，一般人在21~23歲左右就可以結婚。在20歲前，生殖器官的組織無論如何都不能說已經發育完全了。當然超過30歲也不好，30歲前妊娠是最佳的年齡。如有可能，在25歲生第一胎最理想。有了一次的生育經驗，下次再妊娠就用不着擔心了。

先天性異常兒（如先天愚型）、葡萄胎等的發生率，超過30歲妊娠分娩的要比20歲的高，有人認為30歲以後，由於卵子老化的緣故，易引起這些異常現象。

2. 初產婦過於年輕會有哪些危害？

不到20歲就生育的初產婦，她們生殖器官的組織尚未發育



女性在25歲左右生第一胎最理想

完善，妊娠與分娩會發生許多危險問題。20歲之前，不僅是外生殖器，就連神經系統和骨骼也都未發育成熟，所以妊娠與分娩引起的併發症或難產的比例也高。

太年輕就做媽媽，除體格發育還未十分成熟外，往往自己還是個活潑、幼稚的姑娘，對嬰兒的餵養、照料，育兒知識都十分缺乏，有的女性，這個年齡正在求學，一旦做了媽媽，會束手無策，帶來不可估計的煩惱。

3. 高齡初產婦一定難產嗎？

女性超過30歲，妊娠能力漸漸衰退，即使妊娠，由於產道變硬，分娩時間可能延長，剖腹產或上產鉗分娩也就增多，此

外，還易引起妊娠合併症或妊娠中毒症、乳汁分泌不良等。

雖說高齡初產婦容易發生難產，但是由於各人身體的差異，也不必過多擔憂。爲了優生，安全分娩，只要妊娠後做定期產前檢查，一旦發現有異常，聽從醫生的指導，接受醫生的幫助，仍舊可以安全分娩。