

计划生育 365 天



中国检察出版社



编 委

(以姓氏笔划为序)

刘建新	孙学山	李文菊	李松昌	张世杰
张廷香	张秀莲	张秀翠	张雪平	张淑珍
杨风贵	尚随阳	侯秀英	喻 凯	韩仁杰
韩继冉	景 卫			

前 言

我国政府坚持在实行改革开放,大力发展经济的同时,将计划生育和保护环境确定为两项基本国策并纳入国民经济和社会发展的总体规划;我国实施人口与计划生育方案,坚持国家指导和群众自愿相结合的原则,通过宣传教育,向广大群众提供优生、优育、优教等方面的服务,得到了群众的自觉支持,取得了显著的成效。现在党和国家的计划生育的方针、政策已深入人心,家喻户晓。为了更广泛、深入地宣传我国计划生育的方针、政策,积极推动计划生育工作的开展,我们组织了一部分六十年代医学院校的毕业生,长期从事医学教育和计划生育工作的同志编写这一部计划生育医学科普著作。

计划生育医学知识涉及人们生活的各个领域,人的一生中的各个时期,一年的各个季节,一天的24小时,生老病死无一不需要计划生育医学知识的指导,它是和每一个人的切身利益密切相关的,因此,它的读者对象是非常广泛。

泰山医学院的领导,中国检察出版社的责任编辑钟剑同志给予许多具体指导与帮助,在此一并谨致谢忱。限于作者的水平,不当之处,恳切希望读者批评指正。

编 者

1995年1月16日

目 录

一、有关计划生育的方针、政策、法规

- 1、要充分认识计划生育工作的战略意义…………… (1)
- 2、要控制人口数量,提高人口素质…………… (3)
- 3、实行必要的奖励和限制,保证计划生育工作的
顺利开展…………… (3)
- 4、要加强计划生育的技术指导和药具供应…………… (5)
- 5、各级党委和人民政府要加强对计划生育工作的
领导…………… (6)
- 6、认清形势,明确任务…………… (7)
- 7、加强对计划生育工作的领导…………… (7)
- 8、稳定现行政策,依法管理计划生育…………… (8)
- 9、坚持分类指导,重点抓好后进转化…………… (8)
- 10、强化基层工作…………… (9)
- 11、坚持“三为主”方针,加强宣传、技术、药具
服务等经常性工作…………… (9)
- 12、落实责任,实行综合治理…………… (10)
- 13、各级组织部门必须充分认识搞好计划生育工作的
重大意义…………… (11)
- 14、把计划生育工作情况,作为考核领导班子和领导
干部的重要内容…………… (11)
- 15、把计划生育工作情况作为选拔使用干部的一个
重要依据…………… (12)
- 16、把计划生育工作情况作为评选先进的一个重

要条件	(12)
17、支持计划生育工作队伍的建设	(12)
18、国家计划生育委员会关于分居两省、独生子女 父母领取保健费问题的意见	(13)
19、中共中央批转《关于“六五”期间计划生育工作 情况和“七五”期间工作意见的报告》的通知	(14)
20、《中华人民共和国宪法》(节录)	(15)
21、《婚姻法》第一章 总则	(16)
22、《婚姻法》第二章 结婚	(16)
23、《婚姻法》第三章 家庭关系	(16)
24、《婚姻法》第四章 离婚	(18)
25、《婚姻法》第五章 附则	(19)
26、劳动部《关于女职工生育待遇若干问题的通知 (节录)	(20)
27、国家计划生育委员会关于制止和查处计划生育 不正之风的通知	(20)
28、卫生部关于下发《男、女节育手术并发症诊 断标准》的通知	(22)
29、女性节育手术并发症诊断标准术及近期 并发症	(22)
30、远期并发症	(23)
31、男性节育手术并发症诊断标准	(25)

二、新婚知识

32、男性生殖器官的组成及生理功能	(27)
33、女性生殖器官的组成及生理功能	(29)
34、蓬勃成长的青春期	(31)
35、男性青春期卫生	(32)

36、女性青春期卫生·····	(33)
37、月经的产生·····	(34)
38、婚前检查好处多·····	(35)
39、男、女性感区·····	(36)
40、性交前的准备·····	(37)
41、性交的姿势·····	(38)
42、性生活的“四部曲”·····	(39)
43、性生活的和谐·····	(40)
44、男女性欲的差别·····	(41)
45、正确认识性生活·····	(42)
46、过好新婚之夜·····	(43)
47、新婚处女膜破裂与出血·····	(44)
48、蜜月旅行中的性生活·····	(45)
49、性生活卫生·····	(46)
50、新婚性生活预防意外·····	(47)
51、性交后失眠的防治·····	(48)
52、新婚期女性尿路感染·····	(49)
53、新婚夫妇避孕方法·····	(50)
54、受孕时机的选择·····	(50)
55、怎样才能知道妻子是否怀孕·····	(51)
56、早婚早育的害处·····	(52)
57、晚婚晚育不会增加难产的机会·····	(53)
58、注意保护妻子的性器官·····	(53)
59、爱护妻子的乳房·····	(54)

三、避孕知识

60、怀孕的条件与节育原理·····	(56)
61、常用避孕药具·····	(57)

62、避孕与节育方法的选择·····	(58)
63、短效避孕药·····	(59)
64、短效避孕的副作用与处理·····	(60)
65、速效口服避孕药·····	(61)
66、长效口服避孕药·····	(62)
67、长效避孕针·····	(63)
68、皮下埋植避孕法·····	(64)
69、皮下埋植法的适应症和禁忌症·····	(65)
70、有关避孕药的几个问题·····	(66)
70、外用避孕药·····	(67)
72、外用避孕药膜·····	(68)
73、外用避孕药片·····	(69)
74、避孕栓·····	(70)
75、避孕药膏·····	(71)
76、避孕套·····	(71)
77、男性避孕药—棉酚·····	(72)
78、女性安全期避孕法·····	(73)
79、宫内节育器及避孕原理·····	(74)
80、宫内节育器的种类及优缺点·····	(75)
81、节育器的放置及术后注意事项·····	(77)
82、放置节育器的副反应及年限·····	(78)
83、输精管结扎术·····	(79)
84、输精管栓堵术及粘堵术·····	(80)
85、输卵管结扎术(一)·····	(81)
86、输卵管结扎术(二)·····	(82)
87、结扎手术与性生活·····	(83)
88、人工流产·····	(84)
89、中期妊娠引产术·····	(85)

90、中期妊娠引产术后注意事项.....	(86)
----------------------	------

四、优生、优育、优教

91、关于优生的几个问题.....	(87)
92、优生咨询是怎么回事.....	(88)
93、新婚夫妇盼优生需注意的几个问题.....	(89)
94、早知道自己怀孕的好处.....	(90)
95、优生与超常儿的关系.....	(91)
96 家电污染对优生的影响、.....	(92)
97、吸烟对胎儿的危害.....	(93)
98、影响儿童智力的诸多因素.....	(94)
99、儿童的心理卫生应该予以重视.....	(94)
100、儿童智商与环境因素.....	(95)
101、家庭美育的几个问题.....	(96)
102、母爱有哪些表达方式.....	(97)
103、大人也要接受孩子的爱.....	(99)
104、培养孩子的同情心应从幼儿开始.....	(99)
105、谈谈独生子女的优势.....	(100)
106、当孩子任性时候怎么办.....	(101)
107、关于对孩子进行惩罚.....	(102)
108、要注意培养孩子的自尊心.....	(103)
109、谈谈关于溺爱的问题.....	(104)
110、家庭暴力与父母的教养方式.....	(105)
111、幼儿为什么不愿意去幼儿园.....	(106)
112、孩子吃饭应注意的几个问题.....	(107)
113、让孩子养成正确的姿势.....	(108)
114、电视对儿童视力的影响.....	(109)
115、预防近视眼需注意的几点事项.....	(110)

680256

116、分泌性中耳炎能使孩子耳聋·····	(110)
117、预防冠心病应从儿童时着手·····	(111)
118、小儿跛行应想到哪些病·····	(112)
119、谈谈小儿肠套叠·····	(114)
120、流行性腮腺炎·····	(115)

五、孕期保健知识

121、最佳受孕年龄·····	(116)
122、最佳受孕时间·····	(116)
123、饮酒的危害·····	(117)
124、吸烟与优生·····	(117)
125、计划怀孕·····	(118)
126、怀孕的基本条件·····	(119)
127、妊娠的分期特点及胎儿发育·····	(119)
128、早期妊娠的诊断·····	(121)
129、中晚期妊娠的诊断·····	(122)
130、孕妇妊娠期性生活及衣着·····	(124)
131、乳房保健·····	(124)
132、孕期卫生·····	(125)
133、孕妇休息·····	(125)
134、孕妇的营养·····	(126)
135、孕期用药·····	(127)
136、妊娠合并症·····	(129)
137、孕期精神保健·····	(130)
138、分娩前的思想准备·····	(130)
139、分娩前的物质准备·····	(131)
140、分娩决定因素·····	(131)
141、分娩过程·····	(132)

142、预防产后出血·····	(133)
143、产妇的居室环境·····	(134)
144、新生儿护理·····	(135)
146、子宫复旧·····	(136)
147、产后乳房变化·····	(137)
148、产后护理·····	(138)
149、产妇饮食·····	(140)
150、产后保健操·····	(140)
151、产后检查·····	(141)

六、新生儿喂养、常见病防治

152、妊娠后期孕妇的准备工作·····	(142)
153、影响胎儿和新生儿发育的因素·····	(143)
154、新生儿及其特点·····	(144)
155、新生儿出生时发育标准·····	(145)
156、新生儿的异常表现·····	(146)
157、新生儿窒息的抢救与护理·····	(147)
158、新生儿凶门的临床意义·····	(148)
159、莫把新生儿的某些特殊情况当成疾病·····	(148)
160、新生儿的护理·····	(149)
161、早产儿的特点及保健·····	(150)
162、智力开发要从新生儿开始·····	(152)
163、对新生儿哭声的观察·····	(153)
164、脐带脱落和脐炎的预防治疗·····	(154)
165、对新生儿大小便的观察·····	(154)
166、新生儿的喂养·····	(155)
167、新生儿人工喂养应注意的问题·····	(157)
168、环境温度对新生儿的影响·····	(158)

169、新生儿的沐浴问题·····	(159)
170、新生儿用药应注意的问题·····	(160)
171、新生儿感染时抗生素的选择·····	(161)
172、对新生儿呕吐的观察及护理·····	(162)
173、新生儿硬肿症发生的原因、表现、护理及预防·····	(163)
174、新生儿发热的处理·····	(164)
175、新生儿惊厥的原因、表现及处理·····	(165)
176、新生儿肺炎的治疗及预防·····	(166)
177、新生儿败血症的原因及预防·····	(167)
178、尿布疹发生的原因、预防和护理·····	(168)
179、新生儿脓疱疹的处理和预防·····	(169)
180、新生儿鹅口疮的预防和护理·····	(170)

七、婴幼儿营养保健知识

181、小儿各年龄阶段的特点·····	(171)
182、哺乳应注意的事项·····	(172)
183、母乳喂养的优点·····	(172)
184、小儿需要哪些营养物质(一)·····	(173)
184、小儿需要哪些营养物质(二)·····	(174)
186、小儿对各种营养素的需要量·····	(175)
187、婴儿的合理喂养·····	(176)
188、幼儿的合理喂养·····	(177)
189、牛乳喂养及注意事项·····	(178)
190、断奶的时间及注意事项·····	(178)
191、牙齿的发育及保护·····	(179)
192、“间餐”的重要性及食品选择·····	(180)
193、有利于乳汁分泌的因素·····	(181)
194、婴幼儿饮食几点不宜·····	(181)

195、婴幼儿习惯的培养·····	(182)
196、小儿发育的重要指标·····	(183)
197、小儿多吃水果好处多·····	(184)
198、小儿眼睛的保护及训练·····	(185)
199、预防接种·····	(186)
200、营养与智力·····	(186)
201、孩子是否“越胖越好”·····	(187)
202、怎样使“肥胖儿”健美·····	(188)
203、影响小儿生长发育的因素·····	(189)
204、婴幼儿的家庭保健(一)·····	(190)
205、婴幼儿的家庭保健(二)·····	(191)
206、怎样合理安排孩子的生活·····	(191)
207、贫血儿的护理及饮食·····	(192)
208、营养不良儿的饮食·····	(193)
209、婴幼儿的家庭教育·····	(194)
210、对小儿养、教、保健的协调·····	(195)
211、怎样进行早期语言训练·····	(196)
212、低体重儿的护理与喂养·····	(197)

八、流产、引产与育龄妇女的保健

213、流产·····	(198)
214、自然流产的症状·····	(199)
215、人工流产·····	(200)
216、人工流产术的并发症(一)·····	(200)
217、人工流产术的并发症(二)·····	(202)
218、中期妊娠引产·····	(203)
219、几种妇科常见症的防治—滴虫性阴道炎·····	(203)
220、霉菌性阴道炎·····	(204)

221、子宫颈炎·····	(205)
222、盆腔炎·····	(206)
223、子宫肌瘤·····	(207)
224、卵巢肿瘤·····	(208)
225、功能失调性子宫出血·····	(209)
226、功能失调性子宫出血的治疗·····	(209)
227、优生,首先要“优脑”·····	(211)
228、怎样生一个正常体重的孩子·····	(212)
229、孕妇能服中药吗·····	(213)
230、乙型肝炎病人可以生育吗·····	(214)
231、孕妇出现黄疸并不都是肝炎·····	(215)
232、阻断乙肝母婴传播的联合免疫法·····	(216)
233、乙肝能通过性生活传播吗·····	(217)
234、女子长期运动会影响生育吗·····	(218)
235、“腰围愈长、寿命愈短”有科学根据吗·····	(218)
236、对体育锻炼的一些片面理解·····	(219)
237、禁欲,有害健康·····	(221)
238、性淡漠引起的乳房疾病·····	(222)
239、生儿生女,何必强求·····	(223)
240、谈谈试管婴儿·····	(224)
241、孕妇做B超能查出哪些异常·····	(225)
242、“高危孕妇”的自我保护·····	(226)
243、用母乳喂养孩子好·····	(227)

九、男性医学

244、男性的特征·····	(228)
245、精子是男性的生殖细胞·····	(229)
246、生男育女论道理·····	(230)

247、性欲与影响性欲的因素·····	(231)
248、如何满足妻子的性欲要求·····	(232)
249、性交时间的选择·····	(233)
250、如何掌握性交次数·····	(234)
251、何为性欲高潮或性满足·····	(235)
252、何为性欲低下或无性欲·····	(236)
253、何为性欲亢进·····	(237)
254、话说阳痿·····	(238)
255、如何消除性交疼痛·····	(239)
256、阴茎大小与性生活的关系·····	(240)
257、谈谈对手淫的认识·····	(241)
258、遗精是怎么回事·····	(242)
259、如何使老年人保持满意的性生活·····	(243)
260、近亲结婚害处多·····	(244)
261、丈夫如何关心照顾有孕的妻子·····	(245)
262、何为性播疾病·····	(246)
263、切断性病传播途径预防艾滋病蔓延·····	(247)
264、正确认识男性不育症的存在·····	(248)
265、男性不育的原因有哪些·····	(248)
266、如何治疗男性不育症·····	(249)
267、谈谈免疫性不育·····	(250)
268、精索静脉曲张与不育症·····	(252)
269、人工授精技术·····	(253)
270、男用避孕工具——避孕套·····	(254)
271、男性绝育术有哪些方法·····	(255)
272、正确对待男性节育术后并发症·····	(256)
273、输精管结扎后还能复通吗·····	(257)

十、女性医学

274、女性生殖系统解剖(一).....	(258)
275、女性生殖系统解剖(二).....	(259)
276、女性生殖系统生理常识(一).....	(260)
277、女性生殖系统生理常识(二).....	(261)
278、女性生殖系统生理常识(三).....	(262)
279、女性荷尔蒙(一).....	(263)
280、女性荷尔蒙(二).....	(264)
281、不孕症是怎么回事.....	(265)
282、月经不规律与不孕(一).....	(266)
283、月经不规律与不孕(二).....	(267)
284、月经正常也可不孕.....	(268)
285、夫妇都没疾病为什么不孕呢.....	(269)
286、不孕症可以遗传.....	(270)
287、女性性功能和性反应.....	(271)
288、性激素与性功能.....	(272)
289、女性性功能障碍.....	(273)
290、外阴白色病变与癌.....	(274)
291、难言之隐——外阴搔痒.....	(275)
292、女性生殖器官的发育异常.....	(276)
293、两性畸形.....	(277)
294、两性畸形患者能婚育吗.....	(278)
295、多胞胎的奥秘.....	(279)
296、性病.....	(280)
297、早期妊娠的诊断.....	(281)
298、心脏病与妊娠分娩.....	(282)
299、顺产与难产.....	(283)

300、药物对妊娠的影响·····	(284)
301、更年期综合症·····	(285)
302、女性生殖系统恶性肿瘤·····	(286)
303、女性生殖系统良性肿瘤·····	(287)

十一、人的一生中生理和心理变化的特点

304、什么是心理卫生·····	(289)
305、为何要讲究心理卫生·····	(290)
306、精神健康的标准·····	(291)
307、不同年龄阶段的心理卫生要求·····	(291)
308、胎教与精神卫生·····	(292)
309、胎教的实施方法·····	(293)
310、新生儿期卫生保健·····	(294)
311、婴儿期的心理卫生·····	(295)
312、幼儿期的心理卫生·····	(296)
313、学龄前儿童的心理卫生·····	(297)
314、独生子女的心理卫生·····	(298)
315、学龄期儿童的心理卫生·····	(299)
316、青春期发育特征(一)·····	(300)
317、青春期发育特征(二)·····	(301)
318、青春期男性的性发育·····	(302)
319、青春期女性的性发育·····	(303)
320、对异性的好感和爱慕·····	(304)
321、青春期的自慰行为·····	(305)
322、青春期的心理卫生·····	(306)
323、青年期的生理心理特征·····	(307)
324、青年对恋爱婚姻的良好过渡·····	(308)
325、新婚与性心理和谐·····	(309)

326、大龄青年的性心理·····	(310)
327、中年期的生理心理特征·····	(311)
328、中年期的健康危机·····	(312)
329、养生保健全靠自已·····	(313)
330、更年期的心理卫生·····	(314)
331、老年期的生理心理特征·····	(315)
332、老年人心理卫生要点·····	(316)
333、老年人的性爱与情爱·····	(317)

十二、老年保健、饮食与长寿

334、老年人的心理状态·····	(319)
335、再婚的老年人性生理·····	(320)
336、老年保健要从年轻时做起·····	(320)
337、重视老年人的精神赡养·····	(321)
338、老年人与嗜好·····	(323)
339、浅谈早睡早起与晚睡晚起·····	(323)
340、老年人生活要忌“五多”·····	(324)
341、老年人合理用药·····	(325)
342、“姜枣”能治疗多种老年病·····	(326)
343、钾与人体的血压·····	(327)
344、缺钙与老年病·····	(328)
345、老年人怎样补钙·····	(329)
346、老年人与便秘·····	(330)
347、老年性痴呆的预防·····	(330)
348、血检性疾病和病因与防治·····	(331)
349、冠心病病人的调养·····	(332)
350、冠心病病人锻炼的最佳时间·····	(333)
351、警惕急性心肌梗塞·····	(334)