

卫生部北京医院妇产科专家全程指导

主编 邵守进（卫生部北京医院妇产科主任）
良石 李桂英



新妈妈 必备手册

Xinmama Bibei
Shouce

年轻父母的枕边宝典
一部权威专家极力推荐的育儿全书



河北科学技术出版社

主编 邵守进 (卫生部北京医院妇产科主任)
良石 李桂英

新妈妈 必备手册



Xinmama Bibei Shouce

河北科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

新妈妈必备手册/邵守进,良石,李桂英主编. —石家庄:河北科学技术出版社,2007.12

ISBN 978-7-5375-3618-9

I. 新… II. ①邵…②良…③李… III. ①妊娠期—妇幼保健—手册②产褥期—妇幼保健—手册③婴幼儿—哺育—手册 IV. R715.3—62 TS976.31—62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 185093 号

新妈妈必备手册

邵守进 良石 李桂英 主编
和英布 责任编辑
慈向群 美术编辑

出版发行 河北科学技术出版社

地 址 石家庄市友谊北大街 330 号(邮编:050061)

印 刷 北京市业和印务有限公司

经 销 新华书店

开 本 787×1092 1/16

印 张 27.75

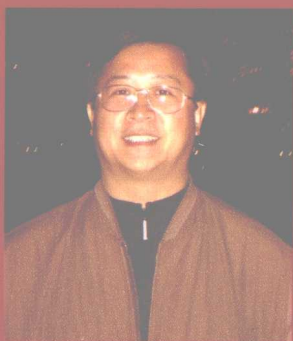
字 数 600 千字

版 次 2008 年 1 月第 1 版

2008 年 1 月第 1 次印刷

定 价 39.80 元

<http://www.hkpress.com.cn>



本书特邀专家

姓名：邵守进

职称：主任医师

1987年毕业于山东医科大学医学系并工
作于卫生部北京医院

1988年于北京协和医院进修学习

1998年于日本短期访问学习

2004年于美国学习

现任人民卫生出版社《中国临床医生》
杂志编委

~ 目 录 ~

第一篇 孕产期保健知识大全

新婚期和准备怀孕期必知

- ◆ 1. 男性的性生理特点是什么 /3
- ◆ 2. 女性的性生理特点是什么 /3
- ◆ 3. 可以不做婚前体检吗 /3
- ◆ 4. 婚前体检应检查哪些项目 /4
- ◆ 5. 患有哪些疾病不能结婚 /4
- ◆ 6. 患有哪些疾病不能生育 /5
- ◆ 7. 艾滋病病人可以结婚吗 /5
- ◆ 8. 男性外生殖器的结构和生理功能有哪些 /5
- ◆ 9. 女性外生殖器的结构与生理功能有哪些 /7
- ◆ 10. 男性的哪些部位是性敏感区 /8
- ◆ 11. 女性的哪些部位是性敏感区 /8
- ◆ 12. 怎样的性生活才是正常的性生活 /9
- ◆ 13. 正常的性交体位有哪些 /9
- ◆ 14. 性生活应注意哪些不良习惯 /11
- ◆ 15. 与性功能有关的维生素和矿物质有哪些 /11
- ◆ 16. 如何预防艾滋病 /12
- ◆ 17. 哪些性交行为易染上艾滋病 /12
- ◆ 18. 新婚夫妇马上怀孕好吗 /13
- ◆ 19. 新婚夫妇采用什么避孕方法最好 /13
- ◆ 20. 避孕套的应用有哪些注意事项 /14
- ◆ 21. 男性常用的避孕法有哪些 /14
- ◆ 22. 女性常用的避孕法有哪些 /15
- ◆ 23. 如何采取紧急避孕法 /15
- ◆ 24. 男性生育的最佳年龄是多少 /16
- ◆ 25. 女性生育的最佳年龄是多少 /16



新妈妈

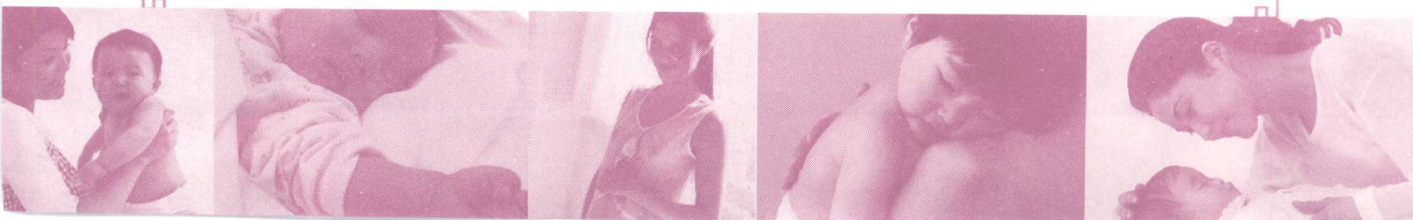
必备手册

目 录

◆ 26. 影响女性不孕的因素有哪些	/16
◆ 27. 女性不孕时应做哪些检查	/17
◆ 28. 婚后生活多长时间不孕应到医院检查	/17
◆ 29. 在选择助孕方法时需注意哪些问题	/18
◆ 30. 高龄妇女怀孕有哪些危害	/18
◆ 31. 怎样创造良好的受孕环境	/19
◆ 32. 哪些季节出生的孩子更聪明	/19
◆ 33. 孩子哪些方面跟遗传有关	/19
◆ 34. 丈夫年龄大, 妻子怀孕的胎儿会出现异常吗	/20
◆ 35. 头胎不如二胎聪明吗	/20
◆ 36. “抢红”有利于怀孕吗	/20
◆ 37. 妇女婚后哪些情况下不宜怀孕	/20
◆ 38. 停用避孕药多长时间才可以怀孕	/21
◆ 39. 服用避孕药期间怀孕的胎儿能要吗	/21
◆ 40. 带环怀孕的胎儿能要吗	/21
◆ 41. 做过人工流产的妇女停多长时间才可以怀孕	/22
◆ 42. 饮酒妇女停饮多长时间才可以怀孕	/22
◆ 43. 男子戒酒多长时间才能怀孕	/22
◆ 44. 妇女怀孕前应做哪些准备	/22
◆ 45. 妻子怀孕前, 丈夫应注意哪些问题	/23
◆ 46. 生男生女能通过饮食控制吗	/23
◆ 47. 旅游途中怀孕好吗	/24
◆ 48. 丈夫服用药物对胎儿有影响吗	/24
◆ 49. 试管婴儿是怎么回事	/25
◆ 50. 人工授精是怎么回事	/26
◆ 51. 怎么知道自己怀孕了	/26
◆ 52. 月经不来就是怀孕吗	/27
◆ 53. 怀孕后能“转胎”吗	/28

怀孕初期怎么办

◆ 1. 怀孕早期应做哪些检查	/28
◆ 2. 怀孕早期应做好哪些保健	/28
◆ 3. 怀孕早期能做 B 超吗	/29
◆ 4. 发生妊娠呕吐怎么办	/29
◆ 5. 重症妊娠呕吐怎么办	/29
◆ 6. 为什么有的孕妇会发生妊娠剧吐	/30



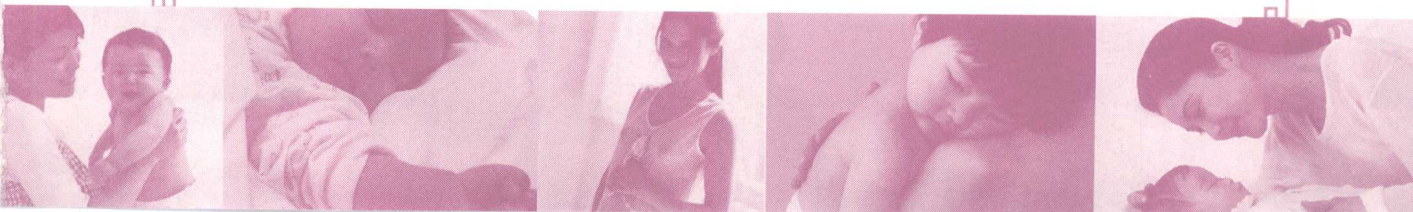
◆7. 妊娠反应一般持续多长时间	/30
◆8. 孕妇的心理状态对胎儿有哪些影响	/30
◆9. 怀孕妇女身体有哪些变化	/31
◆10. 孕期能染发、烫发吗	/31
◆11. 孕前和怀孕早期补充叶酸有何作用	/32
◆12. 维生素对孕妇有哪些作用	/32
◆13. 怀孕早期如何安排饮食	/33
◆14. 孕妇洗澡应注意哪些事项	/33
◆15. 怎样的睡姿对母婴最有利	/34
◆16. 孕妇能用电脑吗	/34
◆17. 孕妇能看电视吗	/34
◆18. 孕妇如何保养头发	/35
◆19. 农村孕妇可以做哪些家务	/35
◆20. 孕妇可以接近宠物吗	/36

孕期疑惑解答

◆1. 孕妇为什么易贫血	/36
◆2. 孕妇为什么多汗	/37
◆3. 孕妇经常鼻出血怎么办	/37
◆4. 孕妇为什么经常小腿抽筋	/38
◆5. 孕妇下肢水肿怎么办	/38
◆6. 孕妇为什么易长痔疮	/38
◆7. 孕妇为什么易便秘	/38
◆8. 孕妇为什么易发生尿路感染	/39
◆9. 孕妇外阴瘙痒是怎么回事	/39
◆10. 孕妇胃灼痛是怎么回事	/39
◆11. 孕妇为什么容易发生牙龈出血	/40
◆12. 孕妇为什么易眩晕与昏厥	/40
◆13. 怀孕后为什么会有尿频现象	/40
◆14. 妊娠后白带增多正常吗	/40
◆15. 矮个子孕妇骨盆就小吗	/41
◆16. 为什么胎位会经常变化	/41
◆17. 怀孕了怎么还会来“月经”	/41

孕期母体变化知识

◆1. 怀孕期间体重增长有什么规律吗	/42
--------------------------	-----



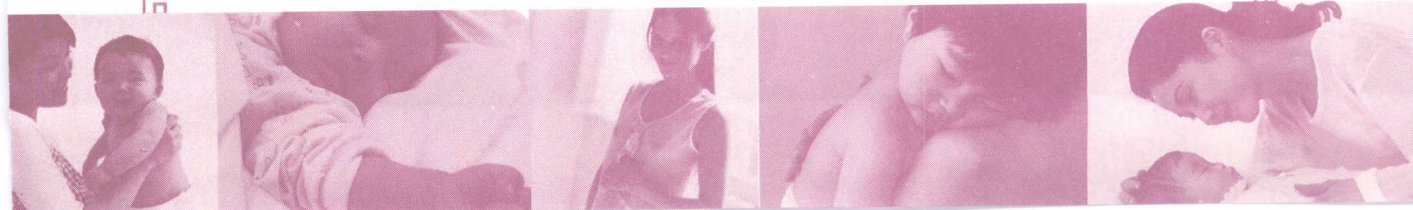
◆ 2. 怀孕后乳房将会发生什么变化	/42
◆ 3. 怀孕期间怎样做好乳房护理	/42
◆ 4. 生完孩子后的乳房能恢复吗	/42
◆ 5. 孕期体重增加孩子体重也增加吗	/43
◆ 6. 孕妇腹部出现的紫纹是怎么回事	/43
◆ 7. 生完孩子后, 腹部的紫纹能消失吗	/43
◆ 8. 怀孕期间白带会发生什么变化	/43
◆ 9. 怀孕期阴道会发生什么变化	/43
◆ 10. 孕妇牙龈老出血怎么办	/44
◆ 11. 孕妇为什么老想小便	/44
◆ 12. 孕妇怎样才能解决便秘的问题	/45
◆ 13. 怎样才能生一个体重正常的孩子	/45

孕期性生活如何安排

◆ 1. 孕期能过性生活吗	/46
◆ 2. 由于缺乏性欲, 怕影响与丈夫一如既往的关系, 该怎么办	/46
◆ 3. 性高潮会不会导致流产	/46
◆ 4. 孕期几乎丧失性欲是否正常	/46
◆ 5. 怀孕后, 丈夫的性欲大不如前, 这是为什么	/47
◆ 6. 孕期性欲比较亢奋, 这是怎么回事	/47
◆ 7. 怀孕期性生活会不会导致早产	/47
◆ 8. 怀孕以后, 可以有性交以外的亲密行为吗	/47
◆ 9. 孕期做爱最安全的姿势有哪些	/47

孕期饮食起居如何安排

◆ 1. 孕妇需要忌口吗	/48
◆ 2. 怀孕早期如何合理安排饮食	/48
◆ 3. 妇女怀孕后为什么爱吃酸的	/49
◆ 4. 怀孕后需要补铁吗	/49
◆ 5. 应该怎样补锌	/50
◆ 6. 想补钙, 多喝点骨头汤行吗	/50
◆ 7. 怀孕后需要补碘吗	/51
◆ 8. DHA 是什么, 孕妇需要吗	/51
◆ 9. 怀孕中期应该怎样增加营养	/51
◆ 10. 孩子就要生了, 可以不补了吗	/52
◆ 11. 上班族孕妇怎样科学补充营养	/52



◆ 12. 孕妇补充营养需要注意些什么问题	/53
◆ 13. 哪些食物孕妇不宜多吃	/53
◆ 14. 怀孕后可以吃火锅吗	/54
◆ 15. 孕妇可以喝咖啡吗	/54
◆ 16. 孕妇需要补充维生素吗	/55
◆ 17. 孕妇吃兔肉可能引起孩子患兔唇吗	/55
◆ 18. 孕妇喝酒对胎儿会造成什么危害	/56
◆ 19. 孕妇穿什么样的衣服、鞋子好	/56
◆ 20. 孕妇需要戴乳罩吗	/56
◆ 21. 孕妇能抽烟吗	/56
◆ 22. 孕妇可以睡电热毯吗	/57
◆ 23. 怀孕后为什么老爱做梦	/57
◆ 24. 孕妇可以打麻将吗	/58
◆ 25. 妻子怀孕后丈夫能干点什么呢	/58
◆ 26. 为什么孕妇不宜进舞厅	/59
◆ 27. 为什么孕妇要少用电吹风	/59
◆ 28. 住高楼的孕妇要注意什么	/59
◆ 29. 孕妇的走、坐、站要注意什么	/60
◆ 30. 为何孕妇居室忌放花草	/60
◆ 31. 孕妇洗衣服要注意什么	/60
◆ 32. 孕妇有必要使用净水器吗	/60

孕期运动锻炼的安排

◆ 1. 怀孕后活动多还是活动少好	/61
◆ 2. 怀孕期间参加体育运动要注意什么	/61
◆ 3. 怀孕期可以出去到外地旅游吗	/62
◆ 4. 孕妇日常活动时要注意什么	/62
◆ 5. 孕妇上下班骑自行车好还是乘车好	/62
◆ 6. 孕妇工作时需要注意什么问题	/62
◆ 7. 怀孕后为什么不宜长时间站立或坐着不动	/63
◆ 8. 怀孕后可以去拥挤的公共场所吗	/63

孕期用药必知

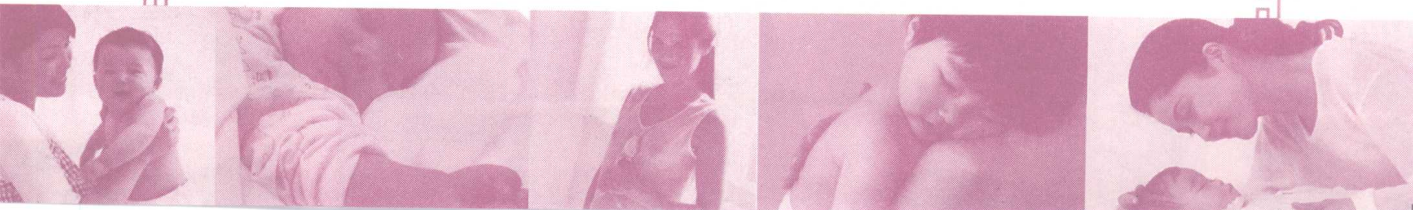
◆ 1. 孕妇用药有什么忌讳	/64
◆ 2. 孕妇服中药安全吗	/64
◆ 3. 药物对孕妇有哪些影响	/65



◆4. 药物对胎儿有哪些不良影响	/65
◆5. 为什么有些药物会导致胎儿畸形	/65
◆6. 孕妇怎样选择药物	/66
◆7. 孕妇怎样使用抗生素	/67
◆8. 孕妇为什么要禁服己烯雌酚	/67

孕期疾病防治

◆1. 什么是自然流产，自然流产了怎么办	/68
◆2. 为什么会发生自然流产	/68
◆3. 自然流产时可以进行保胎吗	/68
◆4. 用黄体酮保胎对胎儿会不会产生危害	/69
◆5. 男方也与自然流产有关吗	/69
◆6. 为什么会造成习惯性流产，该怎么处理	/69
◆7. 有乙肝“大三阳”，可以生孩子吗	/70
◆8. 在怀孕期间肝炎会传染给胎儿吗	/70
◆9. 什么是早产，早产有什么危害	/71
◆10. “七活八不活”是什么意思，它有道理吗	/71
◆11. 子宫是胎儿的宫殿，那为什么有的胎儿不在宫殿里面住呢	/71
◆12. 为什么有的孕妇一次生两个孩子	/71
◆13. 孕妇生双胞胎能遗传吗	/72
◆14. 双胞胎的身体连在一块是怎么回事	/72
◆15. 多胎妊娠的孕妇孕期应注意哪些问题	/72
◆16. 胎儿在母体内血型为什么会不合	/73
◆17. 母儿血型不合会造成什么危害，应采取什么措施	/73
◆18. 胎儿宫内发育迟缓是怎么回事	/74
◆19. 胎儿为什么会发生宫内发育迟缓	/74
◆20. 早破水是怎么回事，应该如何处理	/74
◆21. 什么是胎儿窘迫，它有什么表现	/75
◆22. 什么时候胎头应该入盆	/75
◆23. 到了预产期胎头为什么仍然不入盆	/75
◆24. 脐带绕颈是怎么回事，会导致胎儿死亡吗	/76
◆25. 只有剖宫产才能解决脐带绕颈吗	/76
◆26. 胎盘功能Ⅲ级是胎盘老化的结果吗	/76
◆27. 妊娠后期经常出现宫缩会引起早产吗	/76
◆28. 喝水多了会出现羊水过多吗	/77
◆29. 胎儿为什么会发生心律不齐	/77

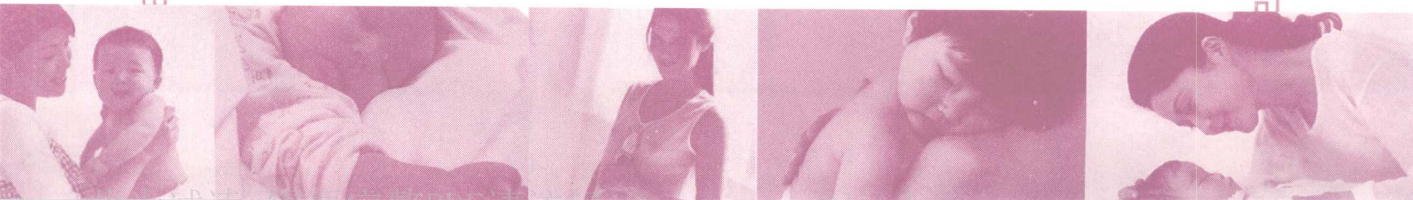


新妈妈

必备手册

目 录

◆30. 什么是宫颈功能不全, 应该怎样诊断和处理	/77
◆31. 孕期出现阴道流血有危险吗	/78
◆32. 妊娠高血压综合征是怎么回事	/78
◆33. 怎样预防妊娠高血压综合征	/78
◆34. 如果发现自己患有妊高征应如何治疗	/79
◆35. 怀孕期间患上滴虫性阴道炎怎么办	/79
◆36. 怀孕期间患上真菌性阴道炎怎么办	/79
◆37. 可以在怀孕期间做阴道冲洗吗	/80
◆38. 患有心脏病的妇女能怀孕吗	/80
◆39. 患有心脏病的妇女怀孕后应注意什么	/80
◆40. 患有心脏病的孕妇应选择什么样的分娩方式	/81
◆41. 患糖尿病的妇女怀孕后可能出现哪些异常	/81
◆42. 患糖尿病的孕妇应注意哪些问题	/81
◆43. 癫痫患者可以结婚生育吗	/82
◆44. 怀孕期间会患癌症吗	/82
◆45. 有精神病的妇女可以结婚生育吗	/82
◆46. 患有结核病的妇女选择什么时间生育最好	/83
◆47. 患慢性肾炎的妇女能怀孕吗	/83
◆48. 孕妇为什么要警惕腮腺炎的危害	/83
◆49. 患有子宫肌瘤的妇女怀孕后怎么办	/84
◆50. 患有卵巢肿瘤的妇女怀孕后怎么办	/84
◆51. 孕妇患有尖锐湿疣应如何治疗	/84
◆52. 孕妇患有淋病应如何治疗	/85
◆53. 患甲亢的妇女能不能怀孕	/86
◆54. 甲亢患者怀孕后应注意哪些问题	/86
◆55. 孕妇如果发生了阑尾炎该怎么办	/86
◆56. 怀孕后为什么容易感到眩晕	/87
◆57. 宫颈糜烂影响怀孕吗	/87
◆58. 痛经对妊娠有影响吗	/88
◆59. 双子宫照样也能怀孕吗	/88
◆60. “不孕”和“不育”是一回事吗	/88
◆61. 人工流产后拟怀孕需等待多长时间	/89
◆62. 什么是葡萄胎, 它有哪些表现	/89
◆63. 一次葡萄胎后再怀孕还会是葡萄胎吗	/90
◆64. 什么是脐带脱垂	/90
◆65. 什么是胎盘早期剥离	/91



- ◆ 66. 前置胎盘有什么典型表现 /91
- ◆ 67. 怎样避免生育唐氏综合征患儿 /91
- ◆ 68. 怎样预防先天性唇腭裂的发生 /92

胎儿的生长发育知识

- ◆ 1. 怀孕早期的胎儿长什么样子 /92
- ◆ 2. 怀孕 4 个月的胎儿长什么样子 /92
- ◆ 3. 怀孕 5 个月的胎儿长什么样子 /93
- ◆ 4. 怀孕 6 个月的胎儿长什么样子 /93
- ◆ 5. 怀孕 7 个月的胎儿长什么样子 /93
- ◆ 6. 怀孕 8 个月的胎儿长什么样子 /93
- ◆ 7. 怀孕 9 个月的胎儿长什么样子 /93
- ◆ 8. 怀孕 10 个月的胎儿长什么样子 /93
- ◆ 9. 胎儿什么时候出现心跳, 什么时候能听到胎心音 /94
- ◆ 10. 怀孕几个月感到胎动, 胎儿一直在动吗, 胎动有什么规律 /94
- ◆ 11. 怀孕后感冒会对胎儿产生影响吗 /94

不可忽视的胎教

- ◆ 1. 什么是胎教 /94
- ◆ 2. 为什么要进行胎教 /95
- ◆ 3. 胎儿能感觉到父母在跟他说话吗 /95
- ◆ 4. 什么样的音乐适合于胎教 /96
- ◆ 5. 需要在怀孕的不同时期选择不同的胎教音乐吗 /96
- ◆ 6. 怎样进行游戏胎教 /97
- ◆ 7. 胎儿是怎样在母腹中活动的 /97
- ◆ 8. 如何计数胎动 /98
- ◆ 9. 计数胎动有什么意义 /98

孕妇产前检查必知

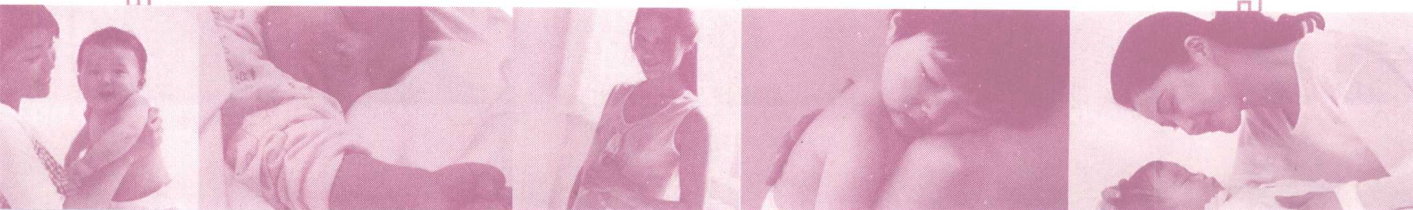
- ◆ 1. 产前诊断是怎么回事, 什么情况需要做产前诊断 /98
- ◆ 2. 产前诊断是怎样进行的, 有哪些方法 /99
- ◆ 3. 进行遗传咨询有什么好处 /99
- ◆ 4. 夫妇双方都很正常, 为什么生了个先天愚型儿 /99
- ◆ 5. 生下来就有的疾病都是遗传性疾病吗 /100
- ◆ 6. 根据孕期反应轻重推测生男生女有道理吗 /100
- ◆ 7. 为什么不能生男孩 /100



◆ 8. 什么情况下可以知道胎儿的性别	/101
◆ 9. 孕妇做 B 超都检查些什么内容	/101
◆ 10. 需要做羊膜腔穿刺吗	/102
◆ 11. 人的肚子里怎么会有“羊水”，它是做什么用的	/102
◆ 12. 抽取羊水会影响胎儿发育吗	/103
◆ 13. 羊水少了对胎儿有危害吗	/103
◆ 14. 羊水是不是越多越好	/103
◆ 15. 怎样才能知道羊水是多还是少	/104
◆ 16. 产前检查测量宫高和腹围有什么意义	/104
◆ 17. 医生为何要测量孕妇的骨盆	/105
◆ 18. 胎盘真的是孕妇与胎儿联系的纽带吗，它有哪些功能	/105
◆ 19. 怎样做才能避免胎盘受到伤害	/106
◆ 20. 怎样知道胎盘功能是否正常	/106
◆ 21. 孕妇怎样对胎儿进行自我监护	/107
◆ 22. 一直坚持定期做产前检查，自己不数胎动没关系吗	/107
◆ 23. B 超测量胎儿的双顶径和股骨长度有什么意义	/108

正常分娩须知

◆ 1. 临产前需要做好哪些准备	/108
◆ 2. 到了预产期就能分娩吗	/108
◆ 3. 过了预产期还未分娩，该怎么办	/109
◆ 4. 怎样才能知道自己已经临产，怎样分辨出假临产	/109
◆ 5. 孕妇在什么情况下应该去医院	/110
◆ 6. 在家里接生需要做哪些准备	/110
◆ 7. 应该怎样为婴儿准备衣物	/110
◆ 8. 婴儿的房间和用品需要如何准备	/111
◆ 9. 夏天生孩子要注意哪些问题	/111
◆ 10. 入院后需要做哪些检查	/112
◆ 11. 产妇临产后还需要灌肠吗	/112
◆ 12. 分娩前还需要把阴毛刮掉吗	/112
◆ 13. 临产妇大便时需要注意哪些问题	/112
◆ 14. 临产妇小便时需要注意哪些问题	/113
◆ 15. 可以在临产后吃点东西吗	/113
◆ 16. 如果一切正常，胎儿是如何娩出的	/113
◆ 17. 哪些因素决定着分娩的顺利程度	/113
◆ 18. “开骨缝”是怎么回事	/114



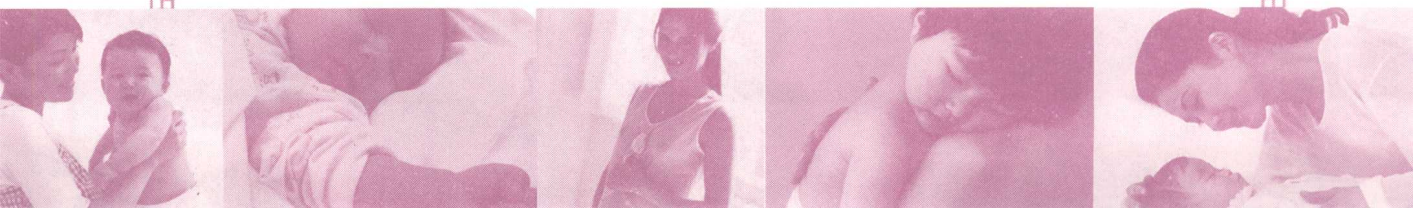
新妈妈

必备手册

◆19. 第一产程该怎么做	/114
◆20. 第二产程应怎样和医生配合	/115
◆21. 第三产程的临床经过是怎样的	/115
◆22. 分娩过程中用什么方法可以减轻疼痛	/115
◆23. 分娩时可以要求丈夫陪着吗	/116
◆24. 怎样才能正确听取胎儿心音	/116
◆25. 如何保护会阴不受伤害	/116
◆26. 临产时为什么要做肛诊或阴道检查	/117
◆27. 胎盘已剥离会有什么征兆	/117
◆28. 如何娩出已剥离的胎盘	/117
◆29. 分娩后为什么还要观察2小时	/117
◆30. 为什么会发生产后出血, 应该怎样防治	/118
◆31. 如何评定新生儿的成熟程度	/118
◆32. 分娩时会发生会阴裂伤吗	/119
◆33. 如何才能避免会阴裂伤	/119
◆34. 什么时机适合做会阴侧切术	/119
◆35. 能拒绝做会阴侧切术吗	/119
◆36. 会阴侧切是不是会很痛	/120
◆37. 别人也同我一样做会阴侧切术吗	/120
◆38. 会阴侧切术会影响以后的性生活吗	/120
◆39. 生孩子为什么会痛	/120
◆40. 水中分娩是怎么回事	/121
◆41. 多胎妊娠应注意什么	/121
◆42. 什么是引产	/122
◆43. 如果孩子生不下来, 是否应该引产	/122
◆44. 什么样的引产方法适合自己	/122
◆45. 蓖麻油炒鸡蛋引产管用吗	/123
◆46. 分娩必定要经历剧痛吗	/123
◆47. 如何区分不同性质的腹痛	/124
◆48. 新生儿出生后需要做哪些处理	/124
◆49. 新生儿出生后不哭怎么办	/124
◆50. 为什么要让新生儿大声啼哭	/125

特殊分娩知识问答

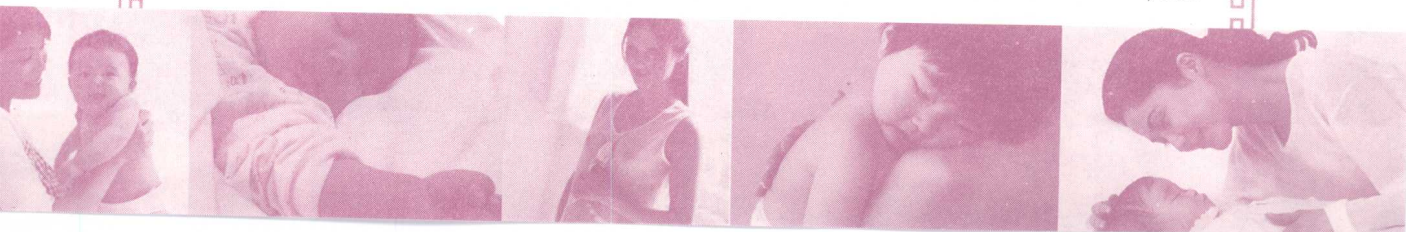
◆1. 急产是怎么回事, 它有什么危害	/125
◆2. 产妇一个人在家发生急产怎么办	/125



新妈妈

必备手册

◆3. 在去医院的路上发生急产怎么办	/126
◆4. 家人如何照顾急产的孕妇	/126
◆5. 孕妇在车船上发生急产怎么办	/126
◆6. 孕妇在田间地头临产怎么办	/127
◆7. 什么情况下易出现难产	/127
◆8. 宫缩乏力是怎么回事, 它会造成难产吗	/127
◆9. 什么原因能引起产妇宫缩乏力	/128
◆10. 如何应对宫缩乏力	/128
◆11. 什么是胎位, 什么样的胎位是正常的	/128
◆12. 为什么有的孕妇胎位时而正常时而不正常	/129
◆13. 滞产是怎么回事	/129
◆14. 头位都可以顺利分娩吗	/129
◆15. 持续性枕后位、枕横位是怎么回事	/129
◆16. 横位是怎么发生的	/130
◆17. 巨大儿及脑积水患儿应怎样处理	/130
◆18. 面先露是什么意思	/130
◆19. 什么是臀位	/131
◆20. 臀位有什么危险吗	/131
◆21. 臀位是不是一定要剖宫产	/131
◆22. 羊水浑浊是怎么回事	/131
◆23. 什么是胎膜早破, 它是什么原因引起的	/132
◆24. 应该怎样对付胎膜早破	/132
◆25. 胎盘是不是都能娩出, 如果发生滞留该怎么办	/132
◆26. 是什么原因引起胎盘滞留的	/132
◆27. 脐带脱垂是怎么回事, 它很危险吗	/133
◆28. 胎头吸引术是怎么回事, 它对胎儿有危害吗	/133
◆29. 做胎儿外倒转术危险吗	/133
◆30. 前置胎盘母婴危险吗	/134
◆31. 剖宫产是怎么回事	/134
◆32. 什么时候需要做剖宫产手术	/134
◆33. 剖宫产是不是比阴道分娩好处多	/135
◆34. 剖宫产的孩子是不是比经阴道娩出的孩子聪明	/135
◆35. 别人也都在做剖宫产吗	/136
◆36. 剖宫产对母婴有哪些不利因素	/136
◆37. 做了剖宫产, 以后是不是还得做剖宫产	/137
◆38. 是否可以拒绝剖宫产手术	/137



- ◆ 39. 做过剖宫产手术后需要注意哪些问题 /137
- ◆ 40. 不想从阴道分娩，剖宫产可以做几次 /138
- ◆ 41. 美国女人是怎样生孩子的 /138
- ◆ 42. 疤痕子宫妊娠要注意什么 /138
- ◆ 43. 如何预防子宫破裂 /139

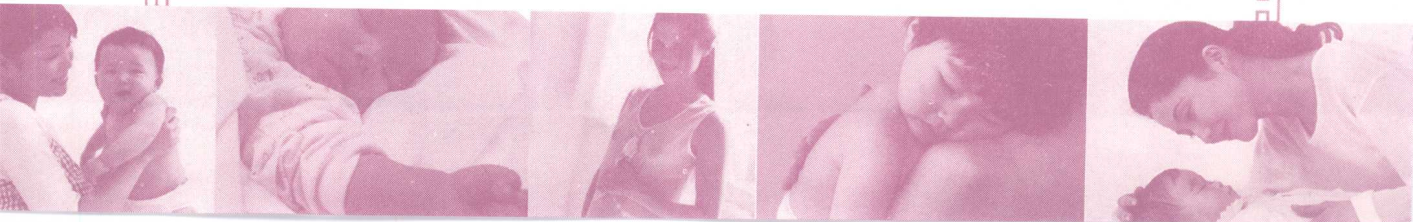
第二篇 新妈妈保健大全

分娩后的须知

- ◆ 1. 什么是产褥期 /143
- ◆ 2. 生完孩子后还需要在医院住多长时间 /143
- ◆ 3. 已经生完孩子医生为什么不让回家 /143
- ◆ 4. 产后为什么会发生脱发 /143
- ◆ 5. 为什么产后出汗特别多 /144
- ◆ 6. 子宫复旧是什么意思 /144
- ◆ 7. 怎样才能知道子宫复旧的情况 /144
- ◆ 8. 如何才能使子宫恢复原来正常的位置 /144
- ◆ 9. 产后腰痛的原因是什么 /145
- ◆ 10. 产后束腰好不好 /145
- ◆ 11. 产妇使用卫生纸要注意什么 /145
- ◆ 12. 如何制作产妇的卫生带 /146

新妈妈护理常识

- ◆ 1. 产后出汗多应怎样护理 /146
- ◆ 2. 手腕在产后疼了起来是怎么回事 /146
- ◆ 3. 怎样才能防治产后手腕痛 /146
- ◆ 4. 恶露是怎么回事 /147
- ◆ 5. 生完孩子已经2个多月了，恶露还特别多，这正常吗 /147
- ◆ 6. 产后发热是不是感染 /147
- ◆ 7. 产褥感染是不是很严重，应该怎样预防 /147
- ◆ 8. 产后贫血需要输血治疗吗 /148
- ◆ 9. 产后经常会出现哪些不适 /148
- ◆ 10. 分娩后经常感到肚子一阵一阵的痛，这是为什么 /149
- ◆ 11. 晚期产后出血是怎么回事，应该怎么办 /149
- ◆ 12. 怀孕期间患有妊娠高血压综合征，产后能恢复正常吗 /149
- ◆ 13. 耻骨联合分离是怎么回事 /150



◆14. 产后阴道和外阴会发生什么变化	/150
◆15. 产后会阴部应该如何护理	/150
◆16. 怎样预防产后便秘	/151
◆17. 怎样预防产后中暑	/151
◆18. 产妇为什么容易发生抑郁症	/151
◆19. 如何调节产妇的情绪	/152
◆20. 产后多久来月经, 刚恢复月经时不规则正常吗	/152
◆21. 产后为什么易发生排尿困难, 产后排尿困难怎么办	/153
◆22. 产后怎样防止颈背酸痛	/153
◆23. 怎样防治痔疮	/153
◆24. 产后蝴蝶斑可用什么药治疗	/154
◆25. 产后会阴血肿怎么办	/154

新妈妈的起居安排

◆1. 产妇需要“捂月子”吗	/155
◆2. 怎样合理布置产妇的居室	/155
◆3. 产妇为什么特别爱睡觉	/155
◆4. 产妇采取什么样的睡觉姿势最好	/155
◆5. 产妇的衣着有讲究吗	/156
◆6. 月子里可以看电视吗	/156
◆7. 产后下床活动好不好	/157
◆8. 在什么时候下床活动最好	/157
◆9. 产妇起床后为什么容易发生头晕	/157
◆10. 产褥期能不能刷牙	/157
◆11. 产后什么时候才能洗头洗澡	/158
◆12. 产后为什么要及时排尿	/158
◆13. 产妇为什么尿量特别多	/158
◆14. 产后为什么会发生便秘	/159
◆15. 产后多长时间解大便	/159
◆16. 产后发生肛裂怎么办	/159
◆17. 产后发生痔疮怎么办	/160

新妈妈的饮食安排

◆1. 产妇产后吃红糖、喝黄酒科学吗	/160
◆2. 产妇月子期间需要忌口吗	/161
◆3. 产妇吃海鲜会引起手术刀口发炎吗	/161

