

大众**保健**知识问答丛书
 DAZHONG BAOJIAN
 ZHISHIWENDA CONGSHU • 郭涛 主编



幸福诚可贵 健康价更高

愿您以健康的体魄撑起自己硕果累累的幸福常青树!

妇科保健

仇爱武•主编

FUKE BAOJIAN
 ZHISHI WENDA

知识问答

云南出版集团公司
 云南科技出版社

大众**保健**知识问答丛书

DAZHONG BAOJIAN
ZHISHI WENDA CONGSHU • 郭涛 主 编

妇科保健

知识问答

FUKE BAOJIAN ZHISHI WENDA

主 编 仇爱武

云南出版集团公司
云南科技出版社
• 昆明 •

图书在版编目(CIP)数据

妇女保健知识问答 / 郭涛总主编;仇爱武分册主编.

—昆明: 云南科技出版社, 2006.12

(大众保健知识问答丛书)

ISBN 7-5416-2518-3

I 妇... II. ①郭... ②仇... III. 妇科-保健-问答

IV. R711-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 157560 号

云南出版集团公司

云南科技出版社出版发行

(昆明市环城西路 609 号云南新闻出版大楼 邮政编码 650034)

昆明市五华区教育委员会印刷厂印刷 全国新华书店经销

开本: 889mm × 1194mm 1/32 印张: 3 字数: 86 千字

2007 年 3 月第 1 版 2007 年 3 月第 1 次印刷

印数: 1~3000 册

《大众保健知识问答丛书》编委会名单

主 编 郭 涛

副主编 刘 蓉

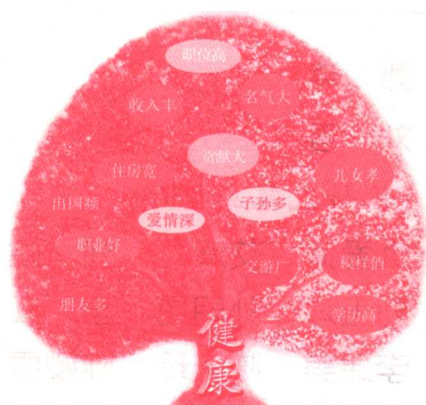
编 委 (按姓氏笔画排序)

仇爱武	艾清龙	刘 建	刘中梅
刘玉萍	孙朝昆	李 红	李江川
李建美	陈庆玲	陈娅蓉	何 黎
肖践明	杨永丽	张艳飞	张瑞虹
周曾全	赵金奇	赵振蒙	黄永坤
隋 军	龚跃昆	韩明华	蔡红雁

本书执行主编

主 编 仇爱武

幸福诚可贵 健康价更高



愿意以健康的体魄撑起自己硕果累累的幸福常青树

幸福 = 健康 $\times 10^{\sum n}$ ，一旦失去
健康，幸福总量将恒等于零



幸福诚可贵，健康价更高！



任何科学体系一旦能用数学模型表达就将发生质的飞跃，研究幸福尤其如此。在量化幸福的方程式中：幸福 = 健康 $\times 10^{\sum n}$ ，收入丰、贡献大、住房宽、智商高、朋友多、模样俏、儿女孝、职称高、交通便、爱好广……等，都是影响结果的自变量，它们的取值根据“存在”与“不存在”只能是1或0。只要拥有健康（取值=1），随着n=1或2或3或4……幸福总量将以10倍的级差递增；一旦失去健康（取值=0），即便n=∞，幸福总量将恒等于零。

亲爱的读者，您也许已发现，幸福方程式的结果并不重要，重要的是该数学模型蕴藏的真理——幸福诚可贵，健康价更高！愿您以健康的体魄撑起自己硕果累累的幸福常青树！

伴随人口老龄化、城市化和生态环境破坏，各种急/慢性、传染/非传染性疾病成为人类生存的最大威胁。仅以心脑血管病为例，全球患者超过3亿人，中国每分钟病死/病残者分别达4人和3人，成为我国因病死亡的第一位。由于其病程长、难根治、资源耗费巨大，已经或将给千万个家庭造成灾难。科学研究表明：生活方式优化和自我保健措施至少可减少50%的病死/病残发生率，即医学界拼搏百年仍不能阻止新老疾病肆虐人类的重要原因之一是公众缺乏必要的保健常识和医生轻视预防。从事疾病预防、诊断、治疗和康复的专门机构有责任率先关注公众健康教育、推进社会文明。为此，由云南省心血管病研究所牵头并组织来自不同学科方向的数十位医学专家共同编写了这套《大众保健知识问答丛书》（20个分册），全套书收录了涉及男女老少合理饮食、合理锻炼、合理睡眠以及合理用药等医学常识的2000多个问题和解答。读者可在轻松零散的闲暇中了解、掌握保健知识，感受到医学科学的博大精深和医务工作者的爱心与智慧……

该丛书向追求幸福的读者朋友献上21世纪最珍贵的礼物——保健知识，愿您和您的亲朋好友拥有21世纪最宝贵的财富——健康！



前 言



对于女性朋友来说，一生中要经历包括青春期、性成熟期、围绝经期、绝经后期及老年期等各个不同的生理时期，要面对生理各时期身体的特殊改变，要应对各种特有的妇科疾病。而妇科病病症多，病理、病因复杂，诊断、治疗上颇为棘手，常常困扰着女性朋友，严重威胁着妇女的健康。怎样才能早期发现疾病，早期诊治呢？本书通过问答形式对妇女各个时期的不同生理特点，以及怀孕、分娩过程中常常遇到的问题，进行了较为详细的阐述，概述了妇女防治的一般知识，详尽地介绍了妇女常见的炎症、肿瘤、月经病、发育异常、杂症及乳房疾患等疾病的诊断、治疗与预防的知识。集科学性、实用性、时期性于一体，提供了妇科保健领域中的新信息、新理念、新技能，具有较强的操作性和指导意义。希望广大读者能从中找到有价值的学习内容并将其应用到实际生活中，达到自我保健、自我防范的目的。

本书在编写过程中难免存在诸多不足之处，请读者给予指正和谅解。

编 者



目 录



1. 妇女一生中分几个阶段?	(1)
2. 如何知道已怀孕?	(1)
3. 怀孕后可能有哪些反应?	(2)
4. 怀孕后应注意些什么?	(2)
5. 什么叫产前诊断?	(2)
6. 产前诊断适应哪些孕妇?	(3)
7. 有家族性遗传疾病的夫妇, 妻子怀孕后怎么办?	(3)
8. 胎儿为什么会发生畸形?	(4)
9. 父母吸烟对胎儿有什么危害?	(4)
10. 孕妇饮酒对胎儿有什么影响?	(5)
11. 父母的情绪和举动对胎儿有影响吗?	(5)
12. 如何预防胎儿畸形的发生?	(6)
13. 如何早期发现胎儿畸形?	(6)
14. 哪些有遗传病的人结婚后不能生育或需限制生育?	(7)
15. 孕妇患哪些疾病最好暂不生育?	(7)
16. 哪些孕妇应在医生允许和系统监管下妊娠?	(7)
17. 怀孕多少时间后需到医院进行检查?	(8)
18. 为什么要做产前检查?	(8)



19. 妊娠后何时到医院检查? (9)
20. 为什么要做骨盆测量? (9)
21. 每次产检时为什么要量血压、称体重? (10)
22. 产前检查时为什么要化验血、尿? (10)
23. 何为妊娠高血压综合征? (11)
24. 为什么要常听胎心? (11)
25. 胎动是怎么一回事? (11)
26. 观察胎动有什么意义? (12)
27. 孕妇适宜穿什么样的衣服? (12)
28. 孕妇睡觉以哪种卧式最好? (13)
29. 孕期能否过性生活? (13)
30. 什么叫流产? (13)
31. 为什么会发生流产? (14)
32. 流产有几种? (14)
33. 怎样预防流产? (15)
34. 什么叫宫外孕? 它有哪些症状? (15)
35. 怎么会得宫外孕的? (16)
36. 宫外孕可保守治疗吗? (17)
37. 为什么孕妇会有坐骨神经痛? (17)
38. 什么叫耻骨联合分离? (18)
39. 乙型肝炎合并妊娠如何阻断新生儿感染? (18)
40. 糖尿病合并妊娠, 在什么条件下可继续怀孕? (18)
41. 如何判断妊娠合并贫血? (19)
42. 妊娠合并再生障碍性贫血(简称再障)对母亲、胎儿有
哪些影响? (19)
43. 妊娠合并系统性红斑狼疮对母亲、胎儿、婴儿有哪些影响?
..... (19)
44. 糖尿病合并妊娠对母亲、胎儿、婴儿有哪些影响? (20)



- 45. 羊水过多要紧吗? (21)
- 46. 羊水过少会怎样? (21)
- 47. 什么叫早产? (21)
- 48. 为什么会发生早产? (22)
- 49. 妊娠超过了预产期怎么办? (22)
- 50. 过期妊娠对母婴有些什么影响? (23)
- 51. 为什么会发生过期妊娠? (23)
- 52. 分娩有几种方式? 决定分娩有哪些因素? (24)
- 53. 分娩究竟是怎么回事? (25)
- 54. 滞产是怎么引起的? (26)
- 55. 怎样预防急产? (26)
- 56. 胎盘有哪些功能? (26)
- 57. 什么叫前置胎盘? 对母婴有哪些危害? (27)
- 58. 什么叫胎盘早剥? (27)
- 59. 脐带绕颈是怎么一回事? (28)
- 60. 是阴道分娩好, 还是剖宫产好? (28)
- 61. 剖宫产有哪些优缺点? (29)
- 62. 心脏病合并妊娠的孕妇应选择怎样的分娩方式? (29)
- 63. 哪些因素会造成产后出血? (29)
- 64. 产妇能不能刷牙? (30)
- 65. 产妇睡觉醒来满身大汗是否属正常? (31)
- 66. 产褥期能否洗头洗澡? (31)
- 67. 为什么要注意恶露不净? (31)
- 68. 分娩后何时来月经? (32)
- 69. 产后多长时间恢复到正常? (32)
- 70. 哺乳期是否需要避孕? (32)
- 71. 母乳喂养好, 还是人工喂养好? (32)
- 72. 乳头皲裂怎么防治? (33)



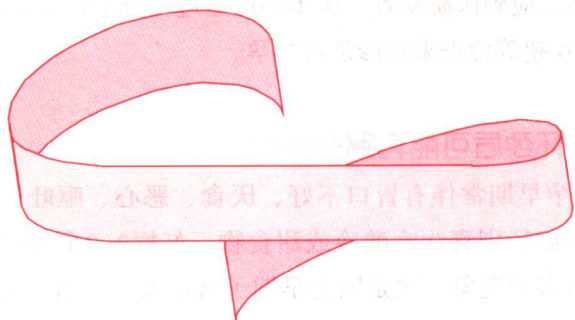
73. 产妇腋下肿块是哪里来的? (33)
74. 如何预防乳腺炎? (34)
75. 甲亢合并妊娠, 产后能否哺乳? (34)
76. 人工流产后应注意什么问题? (35)
77. 新生儿及幼女在生理上有什么特点? (35)
78. 什么是青春期? 有何特点? (35)
79. 什么是性成熟期? (36)
80. 什么叫围绝经期? (36)
81. 什么叫绝经后期及老年期? (37)
82. 怎样正确对待围绝经期? (37)
83. 月经是怎样形成的? (38)
84. 妇女为什么易患生殖器炎症? (38)
85. 生殖器炎症是怎样传播的? (39)
86. 幼小女婴外阴为什么也容易发炎? 怎样预防? (40)
87. 老年妇女为什么易患阴道炎? (40)
88. 什么叫前庭大腺炎、前庭大腺脓肿和囊肿? (41)
89. 什么叫阴道炎? (41)
90. 什么叫急性盆腔炎? (42)
91. 何谓子宫颈炎? 怎么知道患了宫颈炎? (43)
92. 宫颈炎与宫颈癌有什么关系? (43)
93. 什么是女性生殖器结核? (44)
94. 怎样知道患了生殖器结核? 得了怎么办? (45)
95. 为什么会有慢性腰痛、下腹痛? (46)
96. 为什么会引起子宫脱垂? 怎样防治? (47)
97. 子宫脱垂有哪些不适? (48)
98. 什么叫双合诊, 三合诊? (49)
99. 何谓腹腔镜手术? 哪些疾病能用腹腔镜做? (49)
100. 何谓宫腔镜手术? 此手术适应哪些病人? (50)



101. 什么是性传播疾病?	(51)
102. 什么是淋病?	(51)
103. 什么是梅毒?	(52)
104. 什么是尖锐湿疣?	(53)
105. 什么是艾滋病?	(54)
106. 什么是子宫肌瘤?	(55)
107. 得了子宫肌瘤一定要做手术吗?	(55)
108. 子宫切除后会影响性生活吗?	(56)
109. 子宫内膜癌是怎样发生的?	(57)
110. 怎么知道长了卵巢肿瘤?	(57)
111. 什么是卵巢囊肿扭转?	(58)
112. 卵巢肿瘤非要做手术吗?	(58)
113. 什么是葡萄胎?	(59)
114. 葡萄胎术后如何随访?	(60)
115. 什么是绒毛膜癌?	(60)
116. 绒癌患者治疗结束后如何随访?	(61)
117. 什么是经前期综合征?	(61)
118. 什么叫功能失调性子宫出血?	(62)
119. 什么是闭经? 闭经对健康有哪些影响?	(63)
120. 什么是多囊卵巢综合征?	(64)
121. 什么是高催乳激素血症?	(64)
122. 什么是围绝经期综合征?	(65)
123. 什么是激素替代疗法?	(65)
124. 什么是子宫内膜异位症?	(66)
125. 子宫内膜异位症如何治疗?	(67)
126. 患了子宫内膜异位症还能生育吗?	(67)
127. 什么是不孕症?	(68)
128. 什么是辅助生育技术?	(68)



129. 不孕症患者什么时候应看医生? (69)
130. 什么是无法解释的不孕症? (69)
131. 什么年龄是生育的最佳年龄? (69)
132. 女性不孕的原因有哪些? (70)
133. 卵巢切除后还能生育吗? (70)
134. 为什么许多检查操作都要在月经干净3~7天进行? (71)
135. 输卵管通液检查准不准? (72)
136. 为什么要做子宫输卵管碘油造影? (72)
137. 不孕症患者为什么要做腹腔镜检查及宫腔镜检查? (73)
138. 阴道镜是查什么病用的? (73)
139. 后穹窿穿刺是怎么回事? (74)
140. 做过B超检查就不必进行妇科检查了吗? (74)
141. 什么是妇科内分泌? (75)
142. 怎样推算排卵期? (76)
143. 什么是月经过多? (78)
144. 什么是月经过少? (78)
145. 下腹突然剧烈疼痛是怎样引起的? (79)
146. 为什么说绝经后出血是个危险的信号? (80)
147. 什么是乳房自我检查法? (81)
148. 有多少种避孕方法? (81)
149. 什么是紧急避孕? (82)
150. 女性生殖器官的畸形是怎样形成的? (83)



? 1. 妇女一生中分几个阶段?

妇女一生中分为 6 个阶段：新生儿期、儿童期、青春期、性成熟期、围绝经期、绝经后期及老年期 6 个阶段。

- (1) 新生儿期：出生后 28 天内称新生儿期。
- (2) 儿童期：从出生 28 天到 12 岁左右称儿童期。
- (3) 青春期：世界卫生组织将青春期年龄定为 10~19 岁。
- (4) 性成熟期：18~48 岁。
- (5) 围绝经期：1994 年，世界卫生组织将围绝经期定义为始于卵巢功能开始衰退直至绝经后 1 年内的一段时期。
- (6) 绝经后期及老年期：绝经后期指绝经一年后的生命时期；老年期指 60 岁以后。

妇女一生中各个阶段有各阶段的特点，每个阶段出现异常都应到医院检查治疗。



? 2. 如何知道已怀孕?

对于一个平时身体健康、月经周期正常的妇女，一旦发生了性生活，月经过期未来，应考虑有怀孕的可能，如果月经超过 2 周



以上仍未来，应到医院检查，医生可以通过检查子宫大小，化验血、尿 HCG 及 B 超等检查来确诊是否怀孕。



3. 怀孕后可能有哪些反应？

怀孕早期常伴有胃口不好、厌食、恶心、呕吐、乏力等反应，有些孕妇特别喜欢吃酸冷或甜食物。妊娠2~3个月时，可能有排尿次数增多的现象，这是因为早期子宫增大，压迫、刺激膀胱所引起。妊娠3个月后，妊娠子宫超出盆腔，尿频症状自行好转，还伴有乳头增大，乳晕色素沉着，颜色变深，乳房逐渐丰满，有胀痛感等现象。



4. 怀孕后应注意些什么？

怀孕后，特别是孕早期（怀孕头3个月），怀孕56天左右，胚胎已初具人形，各种器官也开始形成。这个阶段的胚胎，对各种致畸因素特别敏感，如果一旦受到干扰，就可能发生功能或形态方面的畸形，尤其是病毒性感染，如流行性感冒、风疹等。怀孕后避免到人多的公共场所，保持室内空气流通，吃易消化的食物（蔬菜、水果、蛋白质）及含铁、钙丰富的食物，避免病毒感染及用药，保持愉快的心情，适当地运动。怀孕最初3个月是妊娠并发症的好发阶段，如：先兆流产、自然流产、宫外孕等，都应作及时确诊和治疗，以免延误时机。



5. 什么叫产前诊断？

产前诊断也就是胎内诊断，是指胎儿在娩出之前，应用超声技术、胎儿监护仪、胎儿镜、羊膜腔造影等现代化仪器和各项检验技术，对母体内的胎儿患有那些疾病作出诊断，产前诊断意义是了



解胎儿生长发育情况，发现不正常，可选择适当时期，对胎儿进行宫内治疗或终止妊娠，对减轻家庭及社会负担，提高国家人口素质起到关键作用。



6. 产前诊断适应哪些孕妇？

(1) 高龄孕妇，指年龄在 35 岁以上或其丈夫年龄在 55 岁以上的夫妇。年龄越大，生殖细胞——卵子和精子的衰老程度越高，染色体的畸变率越大，因此畸形儿和先天性遗传疾病的患儿出生率相对就比较高。

(2) 家族中有先天性遗传疾病史的孕妇。例如：有伴性遗传疾病的血友病，家族中有代谢缺陷的白化病，吃了蚕豆会引起溶血性黄疸的蚕豆病，以失明、憨大为特征的黑蒙性白痴等孕妇，都应作产前诊断。

(3) 已生过一胎畸形儿的孕妇，一般认为上一胎生畸形儿的妇女下一胎再怀畸形儿的可能性比较大。例如：无脑儿的重现率可增加 10 多倍。

(4) 妊娠早期得过病毒性感染疾病（如风疹、流感等）的孕妇。

(5) 有习惯性流产（多发性自然流产）史或多次发生早产史的孕妇。

(6) 妊娠早期接触过放射性及化学性等有害物质的孕妇。



7. 有家族性遗传疾病的夫妇，妻子怀孕后怎么办？

夫妇一方有家族性遗传疾病的孕妇，在妊娠中期（约 4 个月左右）最好去医院作产前诊断，如果确诊胎儿有遗传性疾病，或发现有其他高度怀疑症状时，夫妇双方应作好充分的思想准备，及时采取治疗措施。如果已连续怀了几胎患儿，那就应该考虑不再生育。





8. 胎儿为什么会发生畸形？

胎儿在发育过程中，若某些方面出现缺陷，轻者造成不同程度的畸形，重者将引起死亡。那么，是什么原因引起胎儿畸形的呢？这个问题十分复杂，原因也是多方面的，比较一致的看法是以下几个方面。

(1) 遗传因素：由于生殖细胞携带有缺陷的遗传因子，或者生殖细胞本身有畸变现象，受精卵的发育必然会有缺陷。这样的胎儿出生，就患有先天性遗传病，如血友病、白痴、白化病等。

(2) 来自母体的因素：孕妇的生育年龄，情绪，吸烟、饮酒程度，对胎儿的健康有一定影响。如果孕妇有苯丙酮尿症、糖尿病等疾病，其婴儿先天畸形的发生率也要比正常孕妇高，怀孕期间特别是早孕的孕妇患病毒性感染可使胎儿致畸，如风疹、水痘、流感病毒等。

(3) 环境因素：如高原地区缺氧造成的胎儿先天性心血管畸形，缺少锌、铜等微量元素引起胎儿中枢神经系统方面的畸形，大气污染、工厂废物污染等造成的畸形则更为常见。

(4) 药物因素：药物对胎儿的影响已引起广泛重视，有些抗生素、激素、磺胺类、镇静类药物，含汞农药、汞铅、铬等重金属，含苯、氯等化工有毒药品，都可能造成胎儿畸形。

(5) 放射线：放射线对胎儿有影响。



9. 父母吸烟对胎儿有什么危害？

吸烟对人体健康的危害已十分肯定，特别是癌症，其中 1/4 与吸烟有密切联系。烟叶中不仅含有人们熟知的尼古丁，而且烟叶在燃烧过程中还会产生十余种有毒的化学物质，如果孕妇吸烟，这些有害物质通过血液循环带给胎儿，使胎儿深受其害，这样的胎儿