

# 新婚夫妇

## 健康红绿灯



蔡 鸣 谢英彪 © 主编

金盾出版社

# 新婚夫妇健康红绿灯

主 编

蔡 鸣 谢英彪

副主编

张淳理 周晓慧

编著者

|     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|
| 胥 波 | 谢 秋 | 虞丽相 | 陈泓静 |
| 卞玉凡 | 施 琴 | 夏 天 | 李红萍 |
| 刘泽萱 | 严玉美 | 黄志坚 | 季 炯 |
| 任莉莉 | 张 弦 | 曲黎明 |     |

金 盾 出 版 社

## 内容提要



本书由医学专家和科普作家共同撰写,根据我国丰富的医药典籍和大量的科研资料,以通俗易懂、深入浅出的语言,系统介绍了新婚夫妇婚前保健的 15 盏红灯及 24 盏绿灯,蜜月保健的 7 盏红灯及 48 盏绿灯,和谐性爱的 20 盏红灯及 48 盏绿灯,计划造人的 67 盏红灯及 53 盏绿灯。其内容丰富,科学实用,适合广大新婚夫妇及即将准备结婚的朋友阅读参考。

### 图书在版编目(CIP)数据

新婚夫妇健康红绿灯/蔡鸣,谢英彪主编. — 北京:金盾出版社,2014.12

ISBN 978-7-5082-9636-4

I. ①新… II. ①蔡…②谢… III. ①性知识—问题解答  
IV. ①R167—44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 191610 号

### 金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京印刷一厂

正文印刷:北京军迪印刷有限责任公司

装订:兴浩装订厂

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:10.5 字数:260 千字

2014 年 12 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~4 000 册 定价:26.00 元

---

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、  
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

# 前言

婚姻是男女双方结合的一种社会关系。婚姻关系是组成家庭的基础,也是人口生殖的前提。男女两性缔结婚姻关系后,才能建立家庭,生儿育女繁衍后代。

提倡婚前保健,除了为了男女双方自身的健康外,更重要的是为了优生,夫妻双方能在结婚前得到一定的健康保护,有利于婚后生育一个健康的宝宝,更有利于家庭稳定和生活幸福。婚前医学健康检查是直接维护夫妻共同利益的有效措施,是优生的第一步,也是对新婚男女的健康负责。婚前医学检查的好处在于及早了解双方是否患有不宜结婚的疾病,以免造成婚后的不幸或危害下一代。婚前及时发现有生理缺陷而不能进行性生活及生育的人,以便得到及时的矫正、治疗。对有遗传性疾病、性连遗传或缺陷的男女进行遗传病咨询与干预,以阻断遗传性疾病、性连遗传的延续。

新婚蜜月是人生一个特殊时期,相爱的男女携手走进婚姻殿堂,共同品尝新婚的甜蜜与喜悦,快乐的时刻不能忘了新婚保健。应该多学习一些生理卫生知识,增强自我保健意识和能力,养成良好的卫生习惯,使婚后生活更加和谐、美满。新婚之夜对男女的心理、生理都是一个考验,男女双方应该了解一些生理解剖知识,正确看待处女膜问题。有些男性很看重初夜是否成功,有的男性觉得性生活中的性快感和自己想象的不一样。如果初夜失败,往往会影响到今后的性生活,甚至造成性功能障碍。而女性的心理状态更复杂,处于紧张、恐惧、羞怯中,往往是被动的。男性应克制自己,给女性以爱抚和安慰,帮助女性消除胆怯心理。

性生活和谐是夫妻双方的事,应该相互配合。性和谐是指在

房事活动中男女双方经过默契配合、适应协调,共同获得性快感和性欢乐。研究表明,新婚夫妻在房事活动中只有 20% 人次达到性和谐,多年夫妻在房事活动中只有 35% 人次达到性和谐。健康夫妇可以完成房事活动,但不等于双方自然而然地都获得性快感和性欢乐。性生活是人类的一种本能,是一种高级的、复杂的生理和心理活动。夫妻间的性和谐,直接或间接地影响着双方的感情、婚姻的美满。和谐的性生活的确可使家庭美满幸福,极有利于家庭稳定,而家庭是社会的细胞,家庭的稳定可促进社会的稳定和安定团结,有利于和谐社会的建设。

新生命的孕育是夫妻生活中的一件大事,作为女人只有经历了恋爱、婚姻、怀孕、分娩、做母亲这一系列的过程,才算是拥有了一个完整的人生,也才能称得上是一个成熟的女性。拥有一个健康、聪明、漂亮的小宝宝是每一对夫妻的共同愿望,每一位孕产妇在妊娠和分娩前后总会遇上各种各样的烦心事,乃至心理上的不安与恐惧。十月怀胎是一个相对漫长的过程,280 个日日夜夜中的每时每刻都可能遇到各种红绿灯,这就需要孕产妇在日常生活中留心注意,调整好自己每一天的生活。了解孕产过程中的红绿灯,对优生优育非常重要,既有助于保证母体健康,也有助于保证婴儿的平安。

生殖健康是人类在整个生命过程中,所涉及与生殖有关的一切活动,其生理、心理和社会诸方面均应处于完好的健康状态。生殖健康也是新婚夫妇必须关注的健康问题。《新婚夫妇健康红绿灯》一书正是从生殖健康的大视角出发,对婚前保健、蜜月保健、性生活和谐、孕产保健方面的各种问题做了详细分析和指导。本书是由临床医生和生殖健康专家共同撰写,相信从专业视角提出的保健忠告和行为准则具有一定的实用价值和指导意义。

作 者





## 目 录

## 一、婚前保健红绿灯

|                            |      |
|----------------------------|------|
| (一)婚前保健的 15 盏红灯 .....      | (1)  |
| 1. 忌将自愿婚检视为取消婚检 .....      | (1)  |
| 2. 忌担心婚检查出问题来 .....        | (2)  |
| 3. 不宜将婚检中查不出病来视为白查 .....   | (2)  |
| 4. 忌近亲结婚 .....             | (3)  |
| 5. 新婚之夜忌用合法的暴力 .....       | (4)  |
| 6. 不宜结婚的人 .....            | (6)  |
| 7. 哪些人不宜生育 .....           | (7)  |
| 8. 人体重要脏器患有严重疾病者不宜结婚 ..... | (7)  |
| 9. 同病忌相恋 .....             | (8)  |
| 10. 需暂缓结婚的人 .....          | (8)  |
| 11. 精神病患者暂不宜结婚 .....       | (9)  |
| 12. 可结婚但需控制生育的人 .....      | (10) |
| 13. 性病患者的婚育需谨慎 .....       | (11) |
| 14. 遗传性疾病婚育需谨慎 .....       | (11) |
| 15. 警惕指定传染病 .....          | (12) |
| (二)婚前保健的 24 盏绿灯 .....      | (13) |
| 1. 宜知幸福美满的婚姻基础 .....       | (13) |
| 2. 宜知性爱是爱情生活的基础 .....      | (14) |
| 3. 宜知性行为是一种本能 .....        | (14) |



|                              |      |
|------------------------------|------|
| 4. 宜知性敏感区 .....              | (17) |
| 5. 宜知性反应的生理过程 .....          | (18) |
| 6. 宜知男女性功能的差异 .....          | (20) |
| 7. 宜知婚检会让婚后更“性福” .....       | (21) |
| 8. 宜认清婚检的必要性 .....           | (22) |
| 9. 宜知婚前疾病查询和家族史调查 .....      | (24) |
| 10. 宜知男性婚前性器官检查 .....        | (25) |
| 11. 宜知女性婚前性器官检查 .....        | (27) |
| 12. 宜知婚检查什么 .....            | (29) |
| 13. 宜弄清婚检主要检查哪些疾病 .....      | (30) |
| 14. 宜知婚检结论的含义 .....          | (31) |
| 15. 婚检时宜配合 .....             | (32) |
| 16. 婚检时宜咨询 .....             | (33) |
| 17. 一方不愿意婚检则另一方宜劝说 .....     | (34) |
| 18. 婚检宜找“三好”医院 .....         | (35) |
| 19. 婚检前宜做好准备 .....           | (35) |
| 20. 宜重点检查遗传病 .....           | (36) |
| 21. 婚前宜有“性商量” .....          | (38) |
| 22. 婚前保健宜知 .....             | (39) |
| 23. 围婚保健宜知 .....             | (41) |
| 24. 宜知婚前医学检查与一般体格检查的区别 ..... | (42) |

## 二、蜜月保健红绿灯

|                    |      |
|--------------------|------|
| (一)蜜月保健的7盏红灯 ..... | (44) |
| 1. 新婚男性忌贪欢 .....   | (44) |
| 2. 新婚忌有性恐惧 .....   | (45) |
| 3. 新婚之夜忌“撞红” ..... | (46) |
| 4. 新婚之夜忌恣情纵欲 ..... | (48) |





|                         |      |
|-------------------------|------|
| 5. 新婚之夜少饮酒 .....        | (48) |
| 6. 忌患蜜月病 .....          | (49) |
| 7. 新娘面部化妆忌入误区 .....     | (51) |
| (二)蜜月保健的 48 盏绿灯 .....   | (52) |
| 1. 新婚之夜新郎宜知宜会 .....     | (52) |
| 2. 新婚之夜新娘宜知宜会 .....     | (54) |
| 3. 洞房花烛宜欢度 .....        | (55) |
| 4. 新婚之夜宜和谐甜蜜 .....      | (57) |
| 5. 宜知新婚之夜的常见问题 .....    | (58) |
| 6. 宜正确面对害羞的新娘 .....     | (59) |
| 7. 男性宜注意性生活的卫生 .....    | (61) |
| 8. 新婚之夜宜防意外 .....       | (62) |
| 9. 新婚勃起功能障碍宜泰然处之 .....  | (64) |
| 10. 新婚早泄宜正确对待 .....     | (65) |
| 11. 新婚之夜性生活失败宜找原因 ..... | (67) |
| 12. 阴道痉挛宜诱导 .....       | (68) |
| 13. 新婚之夜宜讲究卫生 .....     | (68) |
| 14. 新婚宜知嵌顿包茎 .....      | (70) |
| 15. 新婚宜知避孕套过敏 .....     | (70) |
| 16. 新婚宜知处女膜破裂出血 .....   | (71) |
| 17. 新婚宜知精液过敏 .....      | (71) |
| 18. 新婚宜知房事晕厥症 .....     | (72) |
| 19. 性交猝死宜抢救 .....       | (73) |
| 20. 新婚夫妇如何调试睡眠 .....    | (74) |
| 21. 蜜月旅游宜避孕、防病 .....    | (75) |
| 22. 新婚避孕宜用方法 .....      | (76) |
| 23. 避孕不会影响性生活 .....     | (76) |
| 24. 宜保持和谐的性心理 .....     | (76) |



## 新婚夫妇健康红绿灯

25. 宜认识男女在性生活上的差异 ..... (79)
26. 宜科学掌握性生活时间 ..... (80)
27. 宜掌握好性生活的频率 ..... (81)
28. 夫妻间宜谈论性生活 ..... (81)
29. 新婚蜜月宜加强饮食调养 ..... (82)
30. 蜜月宜加强心理保健 ..... (84)
31. 新娘涂口红宜注意保健 ..... (86)
32. 新娘涂指甲油宜注意保健 ..... (87)
33. 新娘使用香水宜注意保健 ..... (88)
34. 新娘使用爽身粉宜注意保健 ..... (90)
35. 新娘宜注意保养面部皮肤 ..... (90)
36. 新娘宜注意护发 ..... (91)
37. 婚后的性心理宜留意 ..... (92)
38. 宜为婚姻美满动脑筋 ..... (95)
39. 宜知婚姻美满才有“性福” ..... (96)
40. 夫妻间宜相互吸引 ..... (97)
41. 夫妻间宜隐私泄露 ..... (100)
42. 夫妻间行为上宜相互依赖 ..... (101)
43. 宜处理好夫妻关系 ..... (103)
44. 宜让婚姻在压力中成长 ..... (104)
45. 宜增进夫妻感情 ..... (106)
46. 宜知婚姻美满更长寿 ..... (107)
47. 宜知处女膜破裂出血的处理方法 ..... (107)
48. 宜选择合适的性爱频率 ..... (108)

### 三、和谐性爱红绿灯

- (一)和谐性爱的 20 盏红灯 ..... (110)
  1. 忌让性爱成负担 ..... (110)



|                          |       |
|--------------------------|-------|
| 2. 忌酒后房事 .....           | (111) |
| 3. 忌疲劳后房事 .....          | (112) |
| 4. 忌浴后房事 .....           | (112) |
| 5. 忌强行房事 .....           | (113) |
| 6. 忌经期房事 .....           | (114) |
| 7. 性生活忌不洁 .....          | (115) |
| 8. 不要以为新婚夜不见红就不是处女 ..... | (117) |
| 9. 婚姻危机宜防范 .....         | (118) |
| 10. 性心理忌入十个误区 .....      | (120) |
| 11. 忌性交的时期 .....         | (122) |
| 12. 性高潮后忌无温存 .....       | (124) |
| 13. 重复性生活危害多 .....       | (126) |
| 14. 忌婚后爱情沉默症 .....       | (127) |
| 15. 药物助“性”弊多利少 .....     | (128) |
| 16. 性激素不是灵丹妙药 .....      | (130) |
| 17. 性爱不和有损健康 .....       | (131) |
| 18. 忌中断性交 .....          | (132) |
| 19. 过度减肥会减少“性趣” .....    | (134) |
| 20. 夫妻间的性交流忌闯红灯 .....    | (136) |
| (二) 和谐性爱的 48 盏绿灯 .....   | (137) |
| 1. 男性生殖器宜知 .....         | (137) |
| 2. 女性生殖器宜知 .....         | (141) |
| 3. 宜知性行为的三个阶段 .....      | (144) |
| 4. 性生活宜融洽 .....          | (146) |
| 5. 宜知和谐性生活的必备条件 .....    | (148) |
| 6. 宜知婚姻美满可抗病 .....       | (150) |
| 7. 宜知口服避孕药的不良反应 .....    | (153) |
| 8. 服用避孕药宜注意营养调节 .....    | (155) |



9. 性生活水平宜达到小康 ..... (156)
10. 宜按摩中间地带 ..... (157)
11. 宜激起配偶的性兴奋 ..... (159)
12. 宜知女性在夫妻生活中的主动优势 ..... (161)
13. 宜知女性的性饥渴 ..... (161)
14. 宜知夫妻生活性礼仪 ..... (163)
15. 宜从性差异达到性和谐 ..... (164)
16. 宜知做爱前的性信号 ..... (165)
17. 宜知性唤醒后的快乐 ..... (168)
18. 性技巧宜自悟 ..... (171)
19. 宜改善性生活质量 ..... (172)
20. 宜知夫妻性交和谐术 ..... (173)
21. 宜识别伴侣的性暗示 ..... (174)
22. 宜保持性爱热情 ..... (175)
23. 宜知道妻子是否动情 ..... (176)
24. 夫妻性事宜有“和声” ..... (177)
25. 宜知外阴美的重要性 ..... (178)
26. 宜保护好妻子的乳房 ..... (179)
27. 宜知妻子是否达到性高潮 ..... (180)
28. 宜知走近性高潮的诀窍 ..... (182)
29. 宜知触摸和爱抚也是性行为 ..... (183)
30. 宜知性爱有助于女性健美 ..... (184)
31. 宜知性与健康的秘诀 ..... (186)
32. 宜知春夏秋冬的性事不同 ..... (187)
33. 宜知运动可以增加性欲 ..... (188)
34. 宜知夫妻同散步和谐又健身 ..... (188)
35. 宜做家庭健身 ..... (189)
36. 宜做夫妻健身操 ..... (190)



|                        |       |
|------------------------|-------|
| 37. 宜做有利性事的腰臂锻炼 .....  | (192) |
| 38. 宜知夫妻生活的健身效应 .....  | (193) |
| 39. 宜知夫妻性爱中的美感效应 ..... | (195) |
| 40. 宜知性生活能增加幸福指数 ..... | (195) |
| 41. 孕期也能享受“性福” .....   | (196) |
| 42. 男人宜防性早衰 .....      | (200) |
| 43. 宜知性心理健康的标准 .....   | (201) |
| 44. 宜提倡性心理健康 .....     | (201) |
| 45. 保障性心理健康宜有对策 .....  | (202) |
| 46. 宜知性满足的心理条件 .....   | (204) |
| 47. 宜知夫妻间的性亲密 .....    | (205) |
| 48. 宜知妻子的性心理 .....     | (207) |

#### 四、计划造人红绿灯

|                       |       |
|-----------------------|-------|
| (一)计划造人的 67 盏红灯 ..... | (210) |
| 1. 婚后不宜立即怀孕 .....     | (210) |
| 2. 不宜忽视受孕环境 .....     | (211) |
| 3. 孕前不宜多用指甲油 .....    | (212) |
| 4. 不宜忽视遗传病的风险 .....   | (213) |
| 5. 不宜带环怀孕 .....       | (214) |
| 6. 结核治愈后不宜立即怀孕 .....  | (216) |
| 7. 肿瘤患者不宜怀孕 .....     | (216) |
| 8. 精神病患者不宜怀孕 .....    | (218) |
| 9. 癫痫患者不宜怀孕 .....     | (219) |
| 10. 性病患者不宜怀孕 .....    | (219) |
| 11. 哮喘患者不宜怀孕 .....    | (220) |
| 12. 糖尿病患者不宜怀孕 .....   | (221) |
| 13. 肝炎患者不宜怀孕 .....    | (221) |



14. 肾炎患者不宜怀孕 ..... (222)
15. 系统性红斑狼疮患者不宜怀孕 ..... (222)
16. 甲亢妇女不宜盲目怀孕 ..... (223)
17. 患高血压的妇女不宜盲目怀孕 ..... (224)
18. 生过畸形儿的妇女不宜盲目再孕 ..... (224)
19. 妇女在类风湿病活动期不宜怀孕 ..... (225)
20. 蜜月里没有造人计划时忌不避孕 ..... (225)
21. 计划造人忌吸烟 ..... (226)
22. 计划造人忌用药 ..... (227)
23. 忌不健康的避孕方式 ..... (228)
24. 服紧急避孕药一年忌超过 3 次 ..... (229)
25. 忌不良习惯造成不孕 ..... (230)
26. 忌性事不谐调 ..... (232)
27. 忌性生活不当 ..... (233)
28. 忌发生免疫性不孕不育 ..... (234)
29. 受孕忌月经不调 ..... (236)
30. 受孕忌体温偏低 ..... (238)
31. 忌擅服促排卵药 ..... (239)
32. 忌性洁癖 ..... (240)
33. 忌安全套使用不当 ..... (241)
34. 忌入避孕误区 ..... (241)
35. 准备怀孕要戒酒 ..... (242)
36. 准备怀孕要停止养猫 ..... (243)
37. 长期服药者忌急于怀孕 ..... (243)
38. 准备怀孕忌忧虑 ..... (244)
39. 生孩子忌太晚 ..... (244)
40. 孕妇忌情绪不稳定 ..... (246)
41. 孕妇忌发怒 ..... (247)



|                         |       |
|-------------------------|-------|
| 42. 高龄产妇易生痴呆儿和畸形儿 ..... | (247) |
| 43. 忌高危妊娠 .....         | (249) |
| 44. 孕妇要远离舞厅 .....       | (250) |
| 45. 孕妇忌长时间看电视 .....     | (250) |
| 46. 孕妇不宜坐浴 .....        | (251) |
| 47. 孕早期不宜洗过热的热水澡 .....  | (252) |
| 48. 孕妇忌过度肥胖 .....       | (252) |
| 49. 孕妇着装有禁忌 .....       | (254) |
| 50. 孕妇不宜用裤带扎紧腹部 .....   | (255) |
| 51. 孕妇不宜穿高跟鞋 .....      | (256) |
| 52. 孕妇不宜久坐久站 .....      | (257) |
| 53. 孕妇不宜睡席梦思床 .....     | (258) |
| 54. 妊娠末期不宜过早休息 .....    | (258) |
| 55. 孕妇不宜过多接触洗涤剂 .....   | (259) |
| 56. 孕妇不宜压到腹部和腰部 .....   | (260) |
| 57. 孕妇不宜接触农药 .....      | (260) |
| 58. 妊娠早期性生活中的不宜 .....   | (261) |
| 59. 孕妇不宜轻视瘙痒 .....      | (262) |
| 60. 大腹孕妇旅行不宜疏忽 .....    | (262) |
| 61. 孕妇不宜闻汽油味 .....      | (263) |
| 62. 孕妇不宜接近汽车尾气 .....    | (264) |
| 63. 孕妇乘飞机外出中的不宜 .....   | (265) |
| 64. 孕妇要注意运动中的不宜 .....   | (266) |
| 65. 孕妇不宜享用香熏疗法 .....    | (268) |
| 66. 孕妇不宜染发烫发 .....      | (270) |
| 67. 有些美容项目孕妇不宜 .....    | (270) |
| (二) 计划造人的 53 盏绿灯 .....  | (271) |
| 1. 宜用食物提高精子质量 .....     | (271) |



## 新婚夫妇健康红绿灯

2. 宜鉴别口服避孕药反应和早孕反应 ..... (272)
3. 婚后第一胎做“人流”宜慎重 ..... (272)
4. 宜正确推算排卵期 ..... (272)
5. 不育男性宜做的检查 ..... (274)
6. 宜尽早知道自己怀孕了 ..... (275)
7. 新婚宜采用的避孕方法 ..... (276)
8. 宜知安全期避孕的具体做法 ..... (278)
9. 性生活宜防性病 ..... (280)
10. 宜知避孕药对生育力的影响 ..... (282)
11. 宜知孕前保健内容 ..... (282)
12. 宜知孕前检查与优生的关系 ..... (283)
13. 孕前宜改变的生活习惯 ..... (284)
14. 宜知受孕心理对胎儿的影响 ..... (285)
15. 宜知受孕需要的条件 ..... (286)
16. 宜掌握好受孕规律 ..... (287)
17. 宜准备好优生受孕 ..... (287)
18. 孕前宜锻炼 ..... (288)
19. 孕前宜做好免疫总动员 ..... (289)
20. 妊娠 1 个月宜知 ..... (290)
21. 妊娠 2 个月(4~7 周) 宜知 ..... (291)
22. 妊娠 3 个月(8~11 周) 宜知 ..... (291)
23. 妊娠 4 个月(12~15 周) 宜知 ..... (292)
24. 妊娠 5 个月(16~19 周) 宜知 ..... (293)
25. 妊娠 6 个月(20~23 周) 宜知 ..... (294)
26. 妊娠 7 个月(24~27 周) 宜知 ..... (295)
27. 妊娠 8 个月(28~31 周) 宜知 ..... (296)
28. 妊娠 9 个月(32~35 周) 宜知 ..... (297)
29. 妊娠 10 个月(36~39 周) 宜知 ..... (297)





|                          |       |
|--------------------------|-------|
| 30. 宜做好早孕期的保健 .....      | (298) |
| 31. 宜正确对待早孕反应 .....      | (299) |
| 32. 宜知孕妇的危险信号 .....      | (300) |
| 33. 宜减轻早孕反应 .....        | (301) |
| 34. 孕妇宜做好家庭自我监护 .....    | (301) |
| 35. 孕妇宜放松 .....          | (302) |
| 36. 避免流产贵在预防 .....       | (303) |
| 37. 宜为胎儿创造一个良好的环境 .....  | (303) |
| 38. 宜知孕妇的居住条件 .....      | (304) |
| 39. 宜知孕妇睡眠时间 .....       | (304) |
| 40. 孕期宜采取的睡眠姿势 .....     | (305) |
| 41. 宜知孕妇失眠的原因 .....      | (306) |
| 42. 孕妇宜防家电病 .....        | (307) |
| 43. 孕妇穿鞋宜讲究 .....        | (308) |
| 44. 孕妇宜勤刷牙 .....         | (309) |
| 45. 孕妇宜常洗头洗澡 .....       | (309) |
| 46. 孕期呕吐宜护理 .....        | (310) |
| 47. 孕妇宜安胎保胎 .....        | (311) |
| 48. 孕妇宜参加体育锻炼 .....      | (312) |
| 49. 孕妇宜做定期的产前检查 .....    | (313) |
| 50. 宜知产前检查的具体要求和内容 ..... | (314) |
| 51. 孕早期宜防止感冒 .....       | (315) |
| 52. 宜知妊娠期乳房的变化 .....     | (316) |
| 53. 宜为分娩做好准备 .....       | (317) |