



Yungu Zhidao
Yu Buyun Zhinan

孕育指南 与不孕指南

童筱 主编

● 产
前
检
查
要
检
查
哪
些
内
容

● 孕妇不能打预防针，确定排卵时间有哪几种方法
● 怎样认识流产的表现，女子不孕症治疗方法有哪些



陕西科学技术出版社

HAOMAMAPEIXUNBAN
好妈妈培训班

孕育指导与不孕指南

主编 童筱

<< YunYu ZhiDao Yu BuYun ZhiNan

陕西科学技术出版社





孕育指导与不孕指南

<< YunYu ZhiDao Yu BuYun ZhiNan

有人统计，结婚就怀孕的产妇与结婚后休息一段时间再怀孕生产的情况相比较，前者发生妊娠高血压综合征、胎儿流产、难产等情况比后者多。

婚后双方体力上恢复一下，精神上得到放松，夫妻双方共同学习一些生儿育女的知识，从精神到物质上做好迎接宝宝的准备，这样才有利于受孕和优生。

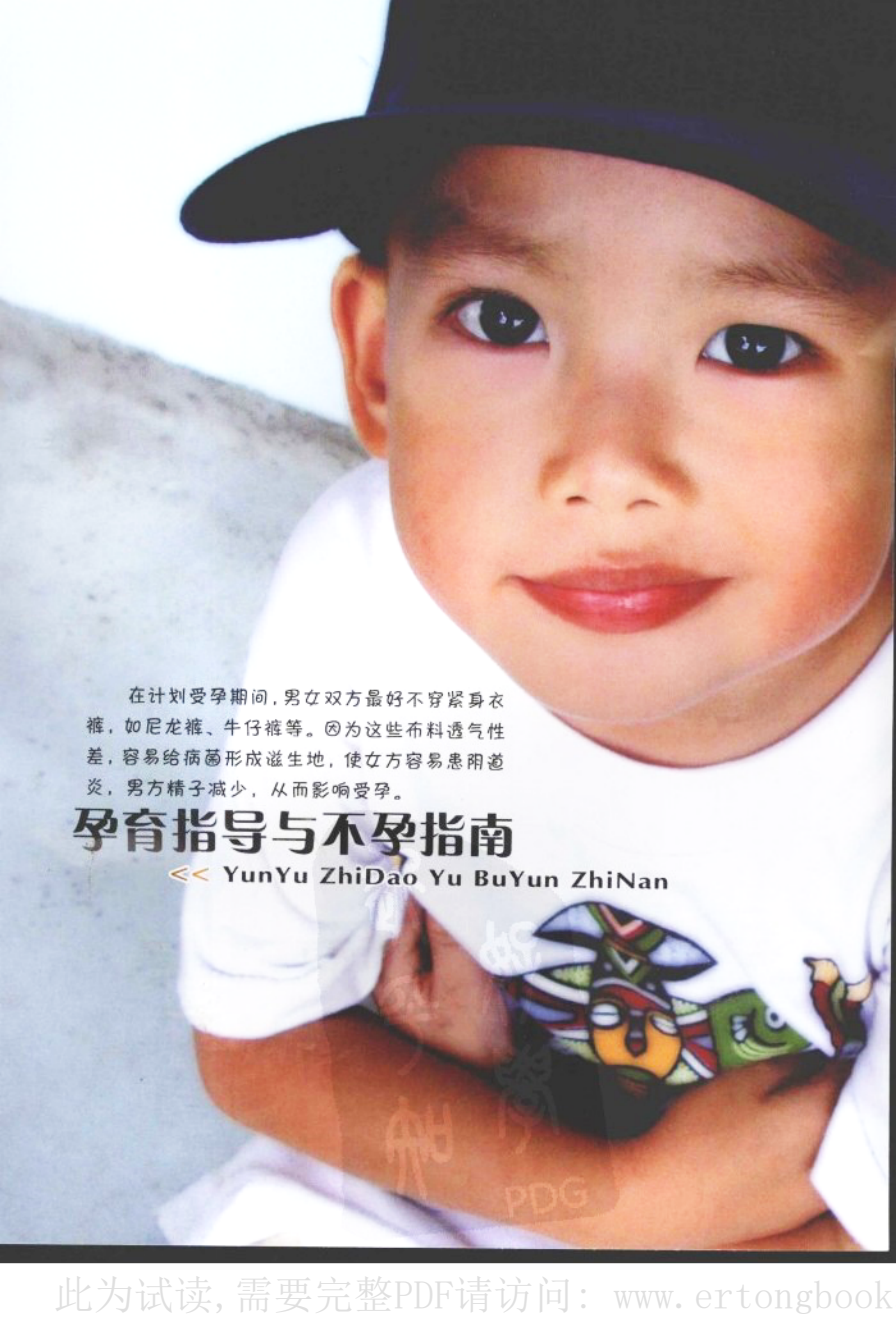
PDG

A photograph of two young girls with dark hair in pigtails, wearing pink sleeveless dresses. They are both smiling and holding a red apple each. The background is a bright, out-of-focus outdoor scene with blue sky and yellow flowers.

孕育指导与不孕指南

<< YunYu ZhiDao Yu BuYun ZhiNan

婚后生儿育女虽是很自然的事，但并非每对夫妇都能受孕，据西方国家的统计：高龄夫妇约有15%的夫妇不育，其中男女双方引起不育的因素各占1/2。



在计划受孕期间,男女双方最好不穿紧身衣裤,如尼龙裤、牛仔裤等。因为这些布料透气性差,容易给病菌形成滋生地,使女方容易患阴道炎,男方精子减少,从而影响受孕。

孕育指导与不孕指南

<< YunYu ZhiDao Yu BuYun ZhiNan

HAOMAMAPEIXUNBAN
好妈妈培训班

孕育指导与不孕指南



主编 童筱

YUNYUZHIDAO
YUBUYUNZHINAN

陕西科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

孕育指导与不孕指南/童筱编. —西安:陕西科学技术出版社, 2007. 6
ISBN 978-7-5369-4233-2

I. 孕… II. 童… III. ①妊娠期—妇幼保健—基本知识

②不孕症—诊疗—基本知识 IV. R715.3 R711.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 073913 号

孕育指导与不孕指南

出版者 陕西科学技术出版社

西安北大街 131 号 邮编 710003

电话(029)87211894 传真(029)87218236

<http://www.snstp.com>

发行者 陕西科学技术出版社

电话(029)87212206 87260001

印 刷 北京业和印务有限公司

规 格 787mm×1092mm 16 开本

印 张 24

字 数 269 千字

版 次 2007 年 8 月第 1 版

2007 年 8 月第 1 次印刷

定 价 26.80 元

版权所有 翻印必究

如有印刷质量问题, 请与本社发行部联系调换

前言

生育健康聪明的宝贝，是每对年轻夫妇尤其是女人一生的最大渴望与幸福。两人从相识，相知到相恋，再到结婚，代表了二人感情的深挚和情意延续，而生育一个孩子则是夫妇爱情的结晶和情意笃诚的见证。

可是，生育一个孩子，远非年轻夫妇们想像的那样简单，他们要做好很多的远虑和物质准备，要考虑到双方的身体健康、孩子的遗传、长久不孕、长久不育、妊娠期的养护、围生期的护理、胎教的方法和禁忌、产褥期的调养和恢复、新生儿的保健、婴幼儿的哺育和成长教育等等诸多问题。它们是紧紧相扣的环节，处理不好一个方面都有可能给孩子和家庭幸福带来不可逆转的灾难。特别是现在每个家庭只生一个孩子，无论从国家政策角度来看还是从每个家庭现实来讲都是经不起重新再育问题考验的，而且这也是对产妇和新生儿不公平、不人道的做法。

既然“输不起”，那我们就要在这些方面做足功夫，抓住孕育生产的这几个环节，仔仔细细的研究和学习，就一定能成为一个合格的妈妈，成为我们这套《好妈妈培训班》成功“毕业”的合格学员。当您领到“好妈妈”证书的同时也是您享受母子天伦之乐的时候，也是我们《好

妈妈培训班》编委会最感欣慰的时刻。

本套书共分6册，有：《遗传新知与优生妙法》、《孕育指导与不孕指南》、《妊娠期保健和围生期护理》、《胎教新招与优生秘籍》、《坐月子妙招与产儿保健》、《婴幼儿优生优育》。书中配有大量插图，内容通俗易懂。收录了大量近几年妇幼保健研究领域最新研究成果和经验，并经多位妇产科专家、学者整理修订，相信这套孕育生产通俗读本定会给准备孕育的年轻夫妇带来科学的指导和帮助，为那些饱受孕育问题困扰的夫妇带来福音。

因编者水平有限，能力绵薄，书中难免有不尽之处，同时，本书在编写过程中，吸收或借鉴了一些相关学者和书籍的观点和著述，恕不一一列出，在此一并感谢。

目 录

CONTENTS

一、怀孕的基础知识 / 17

最佳怀孕年龄是多大 / 17

最佳的怀孕季节是什么时候 / 18

男女双方影响怀孕的因素有哪些 / 19

女性生殖器官是怎样构成的 / 21

卵子是怎样形成的 / 24

一个月经周期能排出几个卵子 / 25

男性生殖器官是怎样构成的 / 26

前列腺的功能 / 29

精子是怎样形成的 / 30

睾丸有哪些特殊的功能 / 30

附睾的生理功能主要有哪几点 / 31

什么是精囊？它有什么功能 / 33

精子是怎样一步步走向成熟的 / 34



Contents

- 精液为什么能射出体外 / 35
- 精浆是什么物质? 它的主要成分是怎样的 / 36
- 精浆有什么作用 / 37
- 血睾屏障有什么作用 / 38
- 受精是怎么一回事 / 39
- 着床又是怎么一回事 / 40
- 所有结合后的精子和卵子都能怀孕吗 / 42
- 为怀孕要做哪些准备 / 43
- 婚前检查的内容有哪些 / 46
- 受孕成功必须具备什么条件 / 47
- 怎样掌握女子最易受孕的时机 / 49
- 确定排卵时间有哪几种方法 / 51
- 月经不调的女性怀孕应注意些什么 / 52
- 确定是否怀孕有几种方法 / 53
- 怎样推算预产期 / 58
- “坐床喜”就是好事吗 / 59
- 孕后应做哪些记录 / 61
- 患有某些疾病的女子不易受孕 / 64
- 最佳受孕应排除哪些不利因素 / 67
- “闯红灯”的后果有多严重 / 68
- 性生活越频繁越容易受孕吗 / 70

- 体外授精是怎么回事 / 71
- 何谓不孕症 / 71
- 生活水平提高了不孕不育减少了吗 / 72
- 不孕症正好适应了计划生育吗 / 75
- 心理因素也会导致不孕吗 / 76
- “人工授精”是怎么回事 / 77
- “人工授精”分哪两种 / 79
- 人工授精女方必须接受哪些检查 / 82
- 你听说过“精子银行”吗 / 83
- “试管婴儿”是怎么回事 / 85
- “试管婴儿”培育成功需要哪些条件 / 86
- 什么是“三代试管婴儿” / 88
- 胎儿的性别是由谁决定的 / 89
- 酸儿辣女有道理吗 / 91
- 哪几大因素影响胎儿的性别 / 92
- 通过饮食营养能控制胎儿的性别吗 / 95
- 性生活方式也影响着生男生女吗 / 97
- 什么是多胎妊娠 / 99
- 何谓女子不孕症 / 101



Contents

- 女子不孕症的主要原因有哪些 / 102
- 女子不孕症食疗方法有哪些 / 107
- 怎样预防女子不孕症 / 109
- 女子助孕有哪些小偏方 / 113
- 你知道用超声波使女子受孕吗 / 115
- 服芍药甘草汤可以受孕吗 / 116
- 免疫性不孕症可以治愈吗 / 117
- 嫉妒也可以影响受孕吗 / 119
- 婚后几个月不怀孕就是不孕症吗 / 120
- 女性不孕症患者如何向医生详述病史 / 121
- 女性不孕症有几种分类方法 / 123
- 女性不孕症患者应做哪两项身体检查 / 124
- 月经过多是否影响受孕 / 126
- 月经过频是否影响受孕 / 127
- 月经过少是否影响受孕 / 129
- 月经过稀是否影响受孕 / 130
- 月经不调所引起的不孕中医是如何调治的 / 131
- 女子闭经有哪些原因 / 133
- 女性不孕与心理因素有什么关系 / 138
- 什么叫做无排卵月经 / 140
- 阴道的大小、深浅会影响受孕吗 / 141

做诊断性刮宫术有哪些适应证及注意事项 / 142
不孕症做激素测定有什么意义 / 143
测定激素可了解哪些内分泌功能 / 145
染色体核型检查对不孕妇女有什么帮助 / 147
阴道脱落细胞检查有什么意义 / 148
怎样判断精子能否穿过宫颈 / 149
为什么要弄清楚宫颈黏液的病理变化 / 151
为什么要对宫颈黏液的变化进行检查 / 152
怎样做体外宫颈黏液 / 154
为什么要做宫颈黏液结晶涂片检查 / 155
测量女性基础体温有何意义 / 156
不孕妇女黄体酮试验有何意义 / 158
不孕妇女做 B 超检查有何意义 / 159
宫腔镜在不孕症诊断上有什么作用 / 162
腹腔镜在不孕症诊断上有什么作用 / 162
痛经是不孕的先兆吗 / 164
女性接触农药会不会引起不孕症 / 166
中医如何辨证施治女性不孕 / 167
中成药如何治疗女性不孕者 / 170
阴道疾病怎样影响着受孕 / 171
用苏打水灌洗阴道真的能提高受孕机会吗 / 172

Contents

- 损伤性阴道冲洗有多大危害 / 173
- 口服避孕药能助孕调经吗 / 175
- 宫颈炎导致不孕的原因有哪些 / 177
- 慢性宫颈炎对女性健康有多大危害 / 179
- 如何积极防治慢性宫颈炎 / 180
- 引起子宫颈疾病及其分泌物异常的原因是什么 / 182
- 西医如何治疗子宫内膜异位症 / 184
- 中医如何治疗子宫内膜异位症 / 187
- 子宫肌瘤是受孕的大敌吗 / 189
- 西医如何治疗子宫肌瘤 / 191
- 中医用什么方法保守治疗子宫肌瘤 / 192
- 子宫颈息肉是怎么回事 / 193
- 子宫发育不良能受孕吗 / 194
- 中医如何治疗输卵管疾患 / 195
- 多囊卵巢综合征还能受孕吗 / 197
- 高催乳血症是怎么回事？也影响着生育吗？ / 198
- 盆腔炎会不会引起不孕 / 200
- 女子免疫性不孕不育是怎么回事 / 202
- 治疗免疫性不孕有哪些方法 / 204
- 中医如何治疗免疫性不孕的 / 207
- 感染淋病对女性生育有哪些影响 / 209

- 衣原体感染为什么会导导致宫外孕 / 211
- 内分泌失调该怎样利用药物促排卵 / 212
- 黄体功能不全有什么常用治疗方法 / 215
- 如何使用克罗米酚诱发排卵 / 217
- 应用促排卵药物要注意些什么 / 219
- 如何应用中药人工周期调治不孕 / 220

二、男子不育症 / 223

- 男性引起不孕症的根本原因有哪些 / 223
- 男子不育的常见原因有哪些 / 226
- 男子免疫性不育是怎么回事 / 228
- 性交过频为何会引起免疫性不育 / 230
- 怎样对男性不育者询问病史 / 230
- 男性不育症患者体检应怎样进行 / 233
- 男性不育症患者应做哪些实验室检查 / 234
- 精子数量、质量与季节有关吗 / 235
- 人类精子数量、质量下降了吗 / 236
- 男性不育者为什么要做染色体检查 / 237
- 男性染色体异常是怎么回事 / 238
- 何为阴茎短小? 影响生育能力吗 / 240
- 常用的测量睾丸大小的方法有哪些 / 241



怎样判断自己的睾丸是否正常 / 243
大睾丸也能影响生育吗 / 244
睾丸下降不全会影响生育吗 / 245
怎样吃才能“吃”出好精子 / 248
食味精对受孕有益还是有害 / 249
精液进入阴道后有哪些变化 / 250
男性生殖激素测定有什么意义 / 252
精液的酸碱度与不孕症有无关系 / 254
精子的形态和不育症有无关系 / 255
精液液化对受孕有什么影响 / 256
如何治疗精液不液化症 / 257
精子活力级别与受孕有怎样的关系 / 259
无精子症是怎么回事 / 259
输精管阻塞的原因是什么 / 260
精液量过多或过少会影响生育吗 / 262
如何对阳痿患者进行局部疗法 / 264
早泄影响生育吗 / 266
早泄的发生原因是什么 / 267
抗菌药物也会影响生育吗 / 269
克氏综合征对受孕有什么影响 / 271
得了慢性前列腺炎还能过性生活吗 / 273