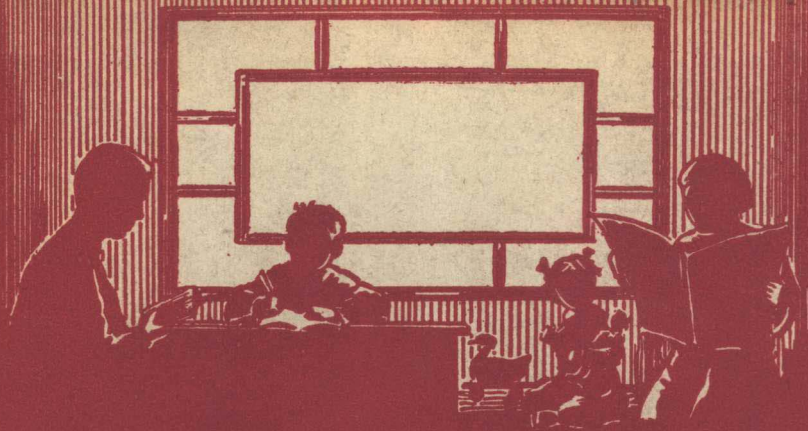




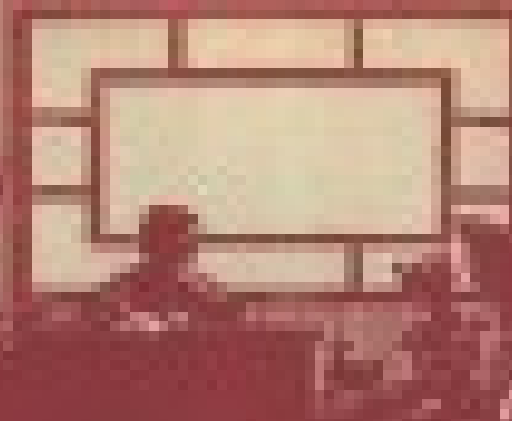
健康报丛书

计划生育

健康报社编辑部 编

内部发行

人民卫生出版社



中国计划生育协会

计划生育

《中国计划生育》 1981

中国计划生育协会

人民卫生出版社

內 容 提 要

要作好計划生育这一工作，必須了解怎样着手来做，什么办法最有效，是否会影响身体健康。为了回答这些問題，健康报社特地收集了該报发表过的有关計划生育的文章，汇编成这个小册子。这些文章都是专家和有經驗的医师們写的，对于計划生育的意义、多产的影响、各种避孕的方法以及关于絕育的一些問題等等，都作了詳細的說明。本册子分十一講，共約兩万字，文字通俗易懂，附有各种宮內节育器的插图，可供医务工作者在进行計划生育宣傳教育和技术指导时参考。

計 划 生 育

开本: 787×1092/32 印張: 1²/₁₆ 字数: 25 千字

健康报社編輯部 編

人 民 卫 生 出 版 社 出 版

(北京書刊出版業營業許可証出字第〇四六號)

• 北京崇文區錢子胡同三十六號 •

人 民 卫 生 出 版 社 印 刷 厂 印 刷

新华书店北京发行所发行 • 各地新华书店經售

統一書号: 14048·2768

1963年7月第1版—第1次印刷

定 价: 0. 0 9 元

印 数: 1—50,000

前 言

我们收集了在本报发表的一些有关计划生育的文章，编成这本小册子。这些文章都是专家和有经验的医师们写的，既可供医务工作者在进行计划生育宣传教育和技术指导时参考，也可供广大群众阅读。

健康报社编辑部

1963年4月

目 录

一、积极提倡计划生育(傅连璋)·····	1
二、多产对妇女健康的影响(张丽珠)·····	4
三、患有某些疾病的人更需要避孕(舒明炎)·····	7
四、避孕是否会影响健康(王文彬)·····	9
五、介绍几种常用的避孕方法(施雨民)·····	11
六、宫内节育器及其用法(姜 梅)·····	14
七、点穴避孕法(沈绍基)·····	20
八、对人工流产的一些看法(王淑贞)·····	22
九、以吸引器施行人工流产术的应用(吴源泰)·····	26
十、有关绝育的几个问题(王力畊)·····	30
十一、结扎输卵管的几个问题(柯应夔)·····	33

一、积极提倡计划生育

傅 連 璋

我经常收到有关计划生育问题的群众来信，其中也有人提出什么年龄结婚比较合适的问题。从这些来信中，可以看出有相当多的人，尤其是不少青年朋友，迫切希望掌握这方面的知识，并且要求得到具体的指导。无疑地，他们的要求是合理的。

要做好计划生育这项工作，需要有关的各个方面的共同协作，但是，对卫生部门和医务工作者来说，做好计划生育的宣传教育和技术指导，则更是义不容辞，责无旁贷。

在过去几年中，各级卫生机构和医务人员对于计划生育已经进行过一定的工作，但是，并不是每个医务工作者对这项工作都很明确和重视了。我曾经遇到过好些年轻的夫妇，其中也包括一些从事医务工作的，他们的年龄虽然还不到三十岁，可是却已经有三四个小孩了，他们因生育过密过多而感到许多困难，并且因为以前自己没有采取计划生育的措施而感到遗憾。

的确，生育过密过多，一方面使做母亲的得不到很好的休息和营养，进而引起身体过度疲劳与衰弱，甚至还可能引起某些疾病。据妇产科专家统计，孕产妇的发病率是随着孕产次数的增加而上升的。另一方面，生育过密过多，还会影响到胎儿的健康，影响到父母的学习和工作，影响到对子女的抚养教育，而且还会带来家庭负担过重等其他的一些困难。

我们知道,我们的社会主义建设各项事业,都是有计划的发展着,所以生育也应该很好的讲究,也就是说应该有计划。为了预防生育过密过多,就需要认真的避孕。避孕并不是说要永远不生孩子,更不是说反对生孩子。避孕的积极意义,正是为了有计划的怀孕和生育,使两次孕产之间有相当的间隔,它的好处在于保护妇女、儿童的健康,使后代得到更好的教养,更有利于民族健康、繁荣和社会主义、共产主义建设。

因此,医务工作者首先应在思想上明确计划生育的积极意义,不但自己采取计划生育的措施,还要对群众进行广泛的宣传教育,并且给以认真细致的技术指导。

宣传的方式应该多种多样,根据具体条件,可以举办避孕指导门诊、展览会、讲演与座谈,也可以利用黑板报及广播等方式进行宣传。总之,既要把计划生育的好处告诉广大群众,同时又要要把如何避孕的知识教给他们,使他们懂得怎样选择使用避孕器具和药物。

介绍给群众的避孕方法,必须是行之有效而又不妨碍健康的方法,比如男用的阴茎套或女用的阴道隔膜等(最好选用男用阴茎套)。同时,希望医务工作者继续研究出更多的方便、安全、有效的避孕方法。

子女多了不愿再生育,或因身体健康等其他原因不宜再怀孕生育的,可以采取持久性的避孕方法——结扎输卵管或输精管(最好是结扎输精管)。采用这种方法以后,是不能再恢复生育功能的,需要夫妇双方慎重考虑。

在宣传计划生育的时候,对于许多未婚的青年,医务工作者还可以向他们广泛宣传迟一些结婚的好处。关于什么年龄结婚较合适的问题,我想应该从人体生理、学业、工作、后代的健康与教养以及家庭经济与生活等各方面来考虑。

首先从生理上来说，男性三十岁左右、女性二十五岁左右是较合适的结婚年龄。二十岁左右的男女青年，虽然生殖器官已发育完成，但还不是全身发育成熟的时期。据妇产科专家统计，初产妇难产的年龄大多在十五到二十二岁之间和三十五岁以后。因此从生理上，从后一代的健康和教养等方面考虑，妇女在二十五岁左右生产第一胎是更合适的时间。

再从学业与工作方面来考虑，迟一点结婚也有利得多，因为二十岁左右的男女青年，一般来说，在学识经验和工作能力上都比较薄弱，在这期间，应该抓紧时间和集中精力专心学习，努力工作，为以后从事社会主义、共产主义建设打好基础。正在学校学习的青年，学业还没有学完，如果急于结婚，不但对健康有妨碍，而且还会妨碍学习和工作。

从后一代的健康和教养、家庭经济和家庭生活等方面来考虑，迟一点结婚也有很多好处。因为年龄较大，各方面都比较成熟，家庭经济能够自己担负，在处理家庭问题及教育子女方面，也都会比较妥善，从而使家庭生活过得更加美满和幸福。如果青年男女一达到婚姻法所规定的结婚起码年龄就急于结婚，由于年纪太轻，思想感情还不稳固，对于建立家庭的任务认识不足，而且在经济方面还不能自立或者还不十分充裕，生儿育女以后，势必会分散年轻夫妇学习、工作的精力，对小孩也不能很好地抚养照顾，还会给家庭生活带来一系列的困难。

因此，从上述各方面来考虑，男三十岁左右，女二十五岁左右，应该认为是比较合适的结婚年龄。如果因身体健康情况较差，或者因学习或工作的特殊需要，再适当地推迟结婚年龄，也不算太晚。

（原载1962年7月18日健康报）

二、多产对妇女健康的影响

張 麗 珠

从医学观点来看，妇女结婚、生孩子是个自然的过程。母体在妊娠期和分娩期要经受一系列复杂的生理性改变。一般说来，这种改变在产后都能逐渐复原，对健康无害；但如怀孕过密，产次过多，这些改变也可以留下缺陷，影响身体健康。下面就从妊娠期和分娩期母体的变化，谈谈多产对妇女健康的不良影响。

妊娠期最显著的变化是生殖系统。子宫原是骨盆腔内的器官，到了妊娠后期，其底部可高达腹部剑突下，其容量要比原来的增加五百多倍，重量由三十克增加到一千克左右。子宫增大是由于子宫肌肉纤维的增殖及增生，后半期又由于子宫内胎儿、胎盘和羊水的压力而扩张。随着子宫的增大，其中血管亦会增多和增大，血循环增加，盆腔内组织变松变软，子宫周围的韧带也变长变粗。妊娠期子宫内膜还会变厚，发生水肿，基质细胞变大，形成蜕膜，成为胎盘组成的一部分。妊娠期子宫颈的纤维组织增生，颈管粘膜增殖，在一部分孕妇中还会出现鳞状上皮基底细胞增殖过分活跃，类似癌前期病变的现象。

以上所述妊娠期子宫的变化，多在产褥期复旧。届时子宫肌肉纤维发生自溶作用而缩小；子宫的大血管内发生血栓，血栓的玻璃样化可持续数年之久，而后逐渐为纤维组织所代替，其间又有小血管形成；蜕膜从恶露排出，剩下薄薄一层基

底內膜;子宫颈的组织也逐漸恢复。虽然如此,但检查仍可发现未产和经产子宫的区别。经产的(尤其是多产)子宫显示纤维性增大,子宫颈口有裂痕,切片在显微镜下观察可见大量的弹力纤维组织;多产的子宫收缩功能也受到一定损害。

妊娠期的腹壁肌肉亦有增生和增殖,弹力纤维断裂,腹壁胀大后腹直肌分裂。腹壁肌肉的张力,虽可在产后经过适当的体操锻炼,得到部分恢复,但连续妊娠可使腹壁变松而无力。

由于多次生育,可以使阴道变松,容易发生产程较短和少数产程过短的现象,造成急产。急产时,往往产妇只感到几阵宫缩,胎儿即娩出,来不及作好接生准备,常造成新生儿摔伤、脐带断裂、会阴重度撕裂等不良后果。同时,还有可能由于胎儿过大、胎位不正等原因造成难产。胎儿过大(体重超过四千五百克),在经产妇比较多见。因此,即使产妇的骨盆完全正常,并曾多次自然分娩,但也可能由于胎儿过大而引起胎头与骨盆不成比例,需要手术生产。此外,双胎及多胎妊娠的发生率亦随胎次增多而增高。根据记载,双胎及多胎在初产妇约为9.8%,而在第四胎及第五胎则上升为15.6%和17.1%。大量统计材料还证明,胎位不正也有显著增多。常见的有面先露、臀先露、额先露及横位等。这是由于产妇腹壁松弛后,在妊娠期形成悬垂腹,子宫靠向前腹壁,其长轴与骨盆的轴径不一致,胎头不能及时嵌入盆腔造成的。上述难产使新生儿的死亡率大大增加,也有损母体的健康。

产前出血和产后出血亦多见于经产妇。前置胎盘是产前出血的主要原因,其发生率随产次的增多而增高,尤其是生产较密的产妇更易发生。经产妇子宫内膜萎缩,胎盘缺乏营养,乃产生代偿性增大,以致附着在子宫下段,部分或全部遮住子

宫颈内口;到了妊娠末期或分娩期,子宫下段逐渐伸展,子宫内口开张时即引起胎盘剥离而出血。子宫收缩能力降低,也是引起产后大出血的原因。多次分娩,子宫肌壁发生退行性变,大大地增加了子宫破裂的机会。

多产的不良影响,也常出现在产后远期。许多妇科疾病,都和多产造成的损伤有关,如阴道壁松弛、膀胱和直肠膨出,以及患者主诉用力后小便溢出或大小便困难等症状。分娩时儿头通过阴道,使阴道周围的提肛肌及其筋膜、尾骨肌及其筋膜受到压力伸长,而失去弹性或被撕裂。阴道壁失去支持以后,膀胱和直肠即向阴道前后壁膨出。这些骨盆底肌肉及其筋膜的损伤,加上子宫周围韧带的松弛,再加上腹压等额外因素,可导致子宫脱垂。子宫颈癌的发生也与早婚及生产次数有一定关系。子宫颈癌的病因学虽不明确,但估计可能与局部损伤、慢性刺激以及妊娠期复杂的内分泌变化等因素有关。根据北京市1960年五万一千多名适龄妇女子宫颈癌普查结果初步报告,子宫颈癌的发生率,在生产四次以下者为0.22%,生产五次以上者为0.47%。

多次妊娠,对身体其他系统亦可引起永久性改变。如连续妊娠,会使输尿管及肾盂的肌张力不能恢复,蠕动能力降低,发生尿存积现象,在这种情况下,还容易发生感染。又如妊娠期的下肢及外阴静脉曲张症,也是随妊娠次数增多而加重的。

解放以后,在党和人民政府的关怀下,妇女的保健事业有了很大发展,产母及婴儿的死亡率大大降低。近几年来,由于医疗技术的进步及医务工作者的思想觉悟的提高,有许多过去认为不能治的病有了治疗办法,使许多严重的合并症及危急的难产获得了救治。为了进一步保障妇女健康,从预防着

手,消除妇女由于过多地生育给健康带来的不利因素,最好能把妊娠及生产次数控制在二到三次,最多不要超过四次;二次生产之间,至少相隔二年。这样,既有利于保护母亲健康,又有利于孩子健康地成长。

(原载1962年8月8日健康报)

三、患有某些疾病的人更需要避孕

舒 明 炎

避孕是用来调节人的生育次数和密度的一种手段。一般来讲,只要个人自愿,都可采用,没有什么禁忌。但是,从医学观点来看,患有某些疾病的人则必须避孕。

有下列妇产科疾病的应该避孕

(一) **剖腹产** 剖腹产后,子宫上留有手术切口,应避孕两至三年,以便于子宫上的切口坚固地愈合,避免再次妊娠时发生破裂。

(二) **流产或习惯性流产** 流产和连续流产以后,妇女的健康和机体都会受到很大影响;如果不久又怀孕了,容易造成再次流产。因此流产以后,应该避孕一到两年,让生育器官得到充分的休息,机体的某些不协调现象得到调整。同时还可以利用避孕的这一阶段,请医生作流产原因的检查,以保护下一次妊娠的安全。

(三) **葡萄胎** 葡萄胎虽是一种良性疾病,然而其中有一小部分能转变为恶性的绒毛膜上皮细胞癌。这种癌的死亡率很高,必须早期发现,及时治疗,同时应该避孕两年,以免与早

期妊娠相混，影响诊断和治疗。

有下列其他疾病的也应该避孕

(一) 心脏病 心脏是血的动力，担负运送养料及排泄废料的任务。胎儿在母体中，完全依靠母亲供给营养来维持生命，所以心脏的负担较平时大大增加，倘患有心脏病，再加上妊娠，心脏就会负担不了。因此，心脏病患者最好暂时不要怀孕。即使心脏病比较轻，也应经医生检查许可，同时两次妊娠间隔时间不应少于三年。心脏病已经手术治愈的，也不宜生育过密。

(二) 高血压病 高血压患者怀孕后，很容易发生妊娠中毒症，即使不合并妊娠中毒症，因为病人的身体已经有了或多或少的病理改变，不但会使病情加重，还可能引起一些其他疾病，如胎盘早期剥离等，有时还会造成胎儿死在子宫内。因此，患高血压病的妇女，均不宜怀孕，应坚持避孕。当然，病情很轻，迫切希望生育，可以不必避孕。

(三) 肺结核病 妊娠对肺结核的影响如何，虽然目前意见尚不一致，但肯定地说，肺结核病人连续怀孕和哺乳是没有什么好处的。假如病人的结核病尚在活动时期，则只会使病情恶化。因此，肺结核病人都应暂时避孕，等完全钙化后再事生育，较为安全。

(四) 肾脏病、肝炎及其他疾病 肾脏是人体的排泄器官，肝脏是人体的化学工厂，与代谢关系都非常密切。这些器官的机能发生了障碍，再加上胎儿的负担，自然难以胜任。另外，患有急性传染病或体质不好的人，最好也避孕一个时期，等体力恢复以后，再事生育。

(原载1962年8月15日健康报)

四、避孕是否会影响健康

王 文 彬

在避孕指导工作中,我们发现,有些同志虽然知道计划生育的好处,但是却有一些顾虑。譬如,避孕是否对身体有害,是否会造成日后不育,是否会招致神经衰弱等等。产生这些顾虑的同志,大部分是由于对避孕方法的原理不够了解,或是受某些对性问题传统看法的影响。其实,这种顾虑是多余的。

避孕对身体是否有害,取决于所用的方法。现在一般常用的避孕方法,如阴茎套、阴道隔膜和避孕药物等,对健康都是无害的。因为在设计这些方法的时候,首先都是考虑要对身体无害。避孕方法的原理,不外乎用人工的方法阻碍精子进入子宫内和卵子相遇。或是应用一些化学制剂将精子杀死,防止受孕。它的作用地带是在子宫外面,阴道之内。正常阴道的酸性很高,氢离子指数在四到五之间,阴道粘膜又是鳞状上皮,这些条件构成了阴道有一种很强的抗拒感染的力量,因而一般避孕用具都不会引起感染。阴道为酸性,精液、宫颈粘液与子宫腔则为弱碱性,精子怕酸性,它遇到酸则失去活动力,并且很快死亡。一般射精后,接触宫颈的精子,则可游进子宫,促成妊娠。留在阴道以内的精子,不久就死亡,避孕用药,就是利用这个道理,采用硼酸、乳酸或醋酸等弱酸为基础加上其他杀精剂制成,使精子进入子宫以前即被杀死。这些药物经过动物试验和在人身上使用观察,都证明是无害的。另外一种避孕工具是放在子宫内的节育环。它是用黄金、铂、不

锈钢或塑料制成的，只要注意技术操作，放在子宫里不会引起炎症反应。节育环的避孕作用，在于利用宫腔内经常有异物存在，扰乱宫内环境，不使受精卵种植而达到避孕的目的。这种方法大多数人可以使用，在某些情况下则不宜使用。例如，子宫颈管因分娩创伤而松弛或有撕裂者，环会自行滑出或部分脱出，则不能起到避孕的作用。原有月经病的人，如月经过多，放环以后可能再引起子宫出血。大部分使用者在放置初期，有轻微的小腹不适和子宫出血，放置后的第一、二次月经量也可能有所增加，但日后多趋正常。放置者如果不掌握扩宫的技术操作，则有损伤子宫的可能。这当然不是避孕环本身的问题，而是放置者的技术问题。

避孕是否会造成日后不育呢？根据各国统计报告，人类的不育率约在10%左右，是泌尿科、妇产科常见的情况。不育的原因很多，有的是先天因素，有的是后天因素；有的是由于男方，有的是由于女方；也有时是男女双方都存在不育的因素。但是避孕并不会引起不育。正象前面所说，避孕的作用是暂时的阻碍精子和卵子相遇，并不影响女性产卵、排卵和男性的生精、排精的生理功能，因而不可能造成不育。但是，人的生殖机能随着年龄的增长、健康情况的变化可能有所变化。例如妇女分娩之后，可能发生子宫内感染，临床表现虽不明显，但有可能引起输卵管闭塞，这个期间如果避孕了，到日后才发现不育，这就不是避孕所引起的，而是在产褥期即已种下了不育的根源。

还有些人认为避孕会导致神经衰弱，这种说法是没有根据的。实际上正确掌握和使用避孕方法，反而有预防神经衰弱发生的作用。我们知道，神经衰弱的发病原因，是神经活动过程遭受持续的过分紧张所致。例如，复杂的脑力劳动持

续过久得不到适当的休息,过分的克制、压抑引起抑制过程的过度紧张,内心思想的矛盾等等。一对生育机能健康的夫妇,如果不采取避孕措施,势必会造成生育过多、过密,造成精神上与物质上负担过重,影响健康,容易引起精神衰弱或其他疾病。相反,有计划地控制生育子女的次数和间隔时间,则可以保持健康,减少这些疾病发生的因素。

(原载1962年11月23日健康报)

五、介绍几种常用的避孕方法

施 雨 民

避孕方法很多,下面介绍几种常用的避孕方法供大家选择使用。

(一) **阴茎套** 俗称保险套,是用橡胶制成的很薄的套子,性交前套在勃起的阴茎上,防止精液流到女子阴道中而达到避孕目的。用阴茎套避孕,方法简便,对双方身体健康无害。最初使用时,由于不习惯,男方的性交快感可能稍受影响,但是很快就会习惯了。使用阴茎套应注意以下几点:(1)套子应大小适宜,以半勃起之阴茎能套上为标准,太大容易滑脱于阴道内,太小则产生痛感。(2)使用前须吹气或盛水检查,看有无破损。应在性交开始就用,不要等到射精之前才用,因为在射精之前常有少量精子随分泌物排出,同样可以受孕。(3)戴套前须将套端小囊内的空气挤出,以备储存精液,使套子不致被胀破。(4)戴套后再于阴茎套外涂以避孕胶冻或肥皂液,以增加滑润,避免橡皮干涩被擦破,并可杀灭一旦套子破裂漏出或

倒溢出来的精子。(5)射精后应在阴茎尚未完全软缩之前及时按住套子的上口，将阴茎一同抽出，以免精液外溢或套子滑脱于阴道内。(6)发现套子破裂，应立即以避孕药物塞入阴道，或用10%的食用醋或20%的肥皂水灌洗阴道。(7)阴茎套用后，应用温水洗净擦干，扑上滑石粉，放在阴凉干燥处，并检查有无破损，留备下次再用。

(二) **阴道隔膜** 俗称子宫帽，是用一层薄橡皮蒙于一个不锈钢金属制的弹簧圈上做成，形状很象一个扁圆形帽子。因为妇女的阴道大小不同，所以需要隔膜的大小亦有不同。若隔膜大小适宜，放入阴道后，它的后端适位于阴道后壁顶端，前端恰在耻骨后凹处，其它部分与阴道壁紧密接触，将阴道隔成前后两部。子宫颈在隔膜之上，性交时排出之精液在隔膜之下，这样，就能阻止精子进入子宫。使用阴道隔膜的主要优点是：对身体无害，也不影响性交的快感，只要使用方法正确，避孕效果很好。使用时注意事项：(1)使用前要经过妇科医师检查，选择适用的号码。(2)患有严重子宫颈炎者，应等炎症治好后再用。(3)子宫脱垂、阴道壁松弛或阴道狭窄及畸形者，因隔膜不易与阴道壁紧密接触，不宜使用。使用方法：(1)首先检查隔膜有无破损，于隔膜凸面之边缘涂以五毫升避孕胶冻，增加杀灭精子的效能。(2)放入后应用手指探摸子宫颈是否已被隔膜全部盖住。(3)精子在阴道内须经八至十二个小时才失去受孕的能力，所以性交后过八至十二小时，才能取出隔膜。取出后用温水洗净擦干，扑上滑石粉，保存在干净盒子内，准备以后使用。

(三) **阴道塞** 用棉花或海绵制成，使用时将塞子用水浸湿，涂以避孕胶冻或浸以10%食用醋或20%肥皂水，然后塞入阴道顶端即可。此法简便经济，适用于农村和偏僻地区，但