

孕婦指南

薛 牲 生 譯



家 出 版 社 發 行

蘇聯醫學科學研究院院士

阿爾罕蓋列斯基
斯派朗斯基
薛 姓 生 譯
原著

孕

婦

南

家出版社發行

一九五一年三月初版三，〇〇〇冊

孕婦指南

(節譯自蘇聯國家醫學出版局一九四九年版
「母親與孩子」一書第十三面至第三十九面)

原著者

蘇聯醫學科學研究院院士
阿爾罕蓋列斯基
斯派朗斯基

翻譯者

薛姓生

發行所

出版社

上海(23)膠州路一八六號

電話 三九五七八

印刷者

上海柳林路一一二號
大眾文化服務社印刷廠

電話 八〇三五八

版權所有
翻印必究

Б. А. Архангельский Г. Н. Сперанский
Действительный член Академии
Медицинских Наук СССР
МАТЬ И ДИТЯ

孕婦指南目錄

譯者序.....	(四)
『母親與孩子』原序.....	(五)
『母親與孩子』原著結論.....	(六)
第一章 正常的懷孕.....	(七)
女性內生殖器.....	(七)
受精.....	(九)
到什麼年齡婦女就可以懷孕了？.....	(一〇)
懷孕的徵候.....	(一一)
妊娠期與產期的計算.....	(一三)

怎樣決定胎兒是活着的呢？	(一三)
第二章 孕婦怎樣處理自己？	(一五)

衣服	(一五)
----	------

散步	(二〇)
----	------

飲食	(二一)
----	------

睡眠	(二一)
----	------

體育	(二二)
----	------

一般衛生法則的遵守	(二二)
-----------	------

對乳房的準備	(二六)
--------	------

妊娠期間能夠過性生活嗎？	(二六)
--------------	------

產婦應於何時進入『產婦之家』？	(二七)
-----------------	------

第三章 生產	(二九)
--------	------

第四章 產後期	(三二)
---------	------



產後月經何時重來？	(三三)
第五章 孕婦的疾病	(三四)
嘔吐	(三四)
腎盂炎	(三四)
腎臟病	(三五)
子癆及其預防	(三五)
心臟、血管病	(三六)
妊娠期間的出血及其預防	(三七)
早期破水	(三七)
重感冒	(三八)
淋病	(三八)
第六章 墮胎之害	(四〇)
第七章 不妊症	(四三)

譯 者 序

本書係蘇聯醫學科學研究院院士B·A·阿爾罕蓋列斯基與Г·H·斯派朗斯基兩人合著的『母親與孩子』(一九四九年『蘇聯國家醫學科學出版局』出版)一書中的一部，分章及標題，與原書略有出入。

遂譯此書時，承余敏醫師多所闡釋，特在此略表衷心之謝意。

譯者生理及醫藥知識有限，中文素養欠缺，尙祈明達不吝教正爲感。

一九五一年一月下旬序於長沙

『母親與孩子』原序

本書最重要的任務之一，乃是在於使女子、婦女、母親得以認識女性生殖器的基本構造問題，衛生知識以及性範圍內的疾病的預防。

本書的目的，在於使婦女明白正常的懷孕是怎樣的，教她們如何避免併發症，向父母敘述幼兒器官的特性，供給父母以看護、餵食、教養孩子的忠告。

治療疾病是醫生的事情，然而母親必須知道怎樣預防這些疾病，如何使本身及嬰兒不受它們的侵襲。

『母親與孩子』原著結論

本書可以供給母親以關於妊娠衛生，嬰兒保育的基本知識，但是，它當然是無法代替醫生或護士的。爲了關懷自己及嬰兒的健康，母親必須按時拜訪婦女諮詢所與兒童健康諮詢所，正確地實行婦女諮詢所、兒童健康諮詢所、托兒所或本區的醫生所給予的一切指示。

在嬰兒保育、疾病的預防及治療事業中，兒童健康諮詢所與托兒所確實是至好的朋友。在婦女諮詢所內，母親可以得到解釋：關於懷孕是怎樣的，性器官方面的疾病又是怎樣的。婦女諮詢所又保證嬰兒從煮奶廚房獲得食物，它們既可以充當副食，又適宜於人工餵食之用。

所以爲什麼母親必須跟婦女諮詢所與兒童健康諮詢所保持密切的聯系，原因便在於此。這些機構的任務，乃是協助婦女生產、撫育、教養健康的嬰兒——我們偉大祖國的未來公民。

第一章 正常的懷孕

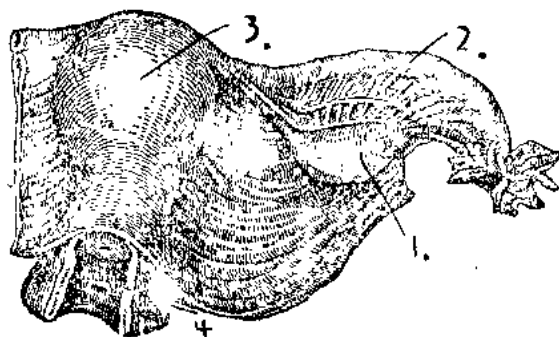
女性內生殖器——女性內生殖器（按女性生殖器分內外二部）是由卵巢、輸卵管、子宮與陰道組成的（第一圖）。

卵巢共有兩個，每個大小跟李子差不多，藏於卵泡內的卵細胞，它們的成熟就是在卵巢裏面（第二圖）。卵細胞成熟時，卵泡擴大，膜壁變薄，於是卵細胞出了卵泡，進入了腹腔，這一生理作用叫做「排卵」。

介乎卵巢與子宮之間，分佈着輸卵管。輸卵管的連接着卵巢的一端，是由巨量的軟瓣組成的，彷彿複雜的石竹花。此種軟瓣經常運動不休，當卵細胞出了卵巢，它們就攔住了它，把它送入了輸卵管，輸卵管的另一端通着子宮腔。

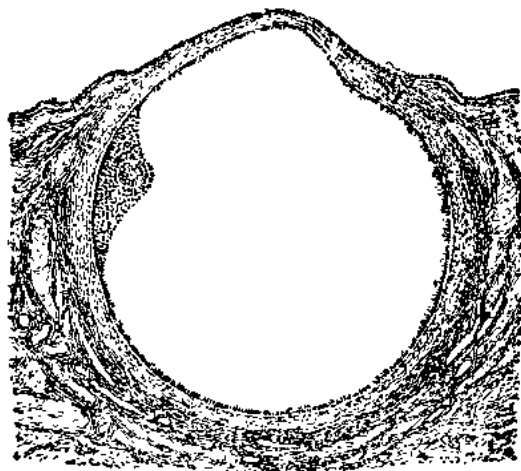
輸卵管共有兩條，位於子宮兩側，每一輸卵管是一條狹仄的通道，裏面覆被着長有微微閃動的顫毛的細胞，這些顫毛使得管壁柔軟得彷彿天鵝絨，至於顫毛本身，則經常地同子宮方向運動着，推動着輸卵管內的卵細胞前進不已，而管壁的收縮，更協助了卵細胞的前進運動。

子宮包括頸、體兩部，子宮頸位於陰道深處，有通道連着陰道與子宮腔。



器 殖 女 性 內 第 一 圖

- | | | | |
|-------|-------|--------|-------|
| 4. 陰道 | 3. 子宮 | 2. 輸卵管 | 1. 卵巢 |
|-------|-------|--------|-------|



胞 和 卵 圖 二 第

子宮腔的上部，左右各有斜孔通着輸卵管。

子宮頸與子宮腔，裏面都覆被着粘膜，卵細胞快要成熟時，子宮粘膜增厚，發生了充血現象。受精的卵子很容易附着於粘膜內，而更形深入，至於不受精的卵子，則無法深入其中。倘若不受精，那末由於其中的血管破裂，於是粘膜崩潰，月經來潮。

陰道是由前而後成扁平形的，容易伸張的通道，它的外口——陰道口是進陰道的入口，內口終止於子宮頸處。

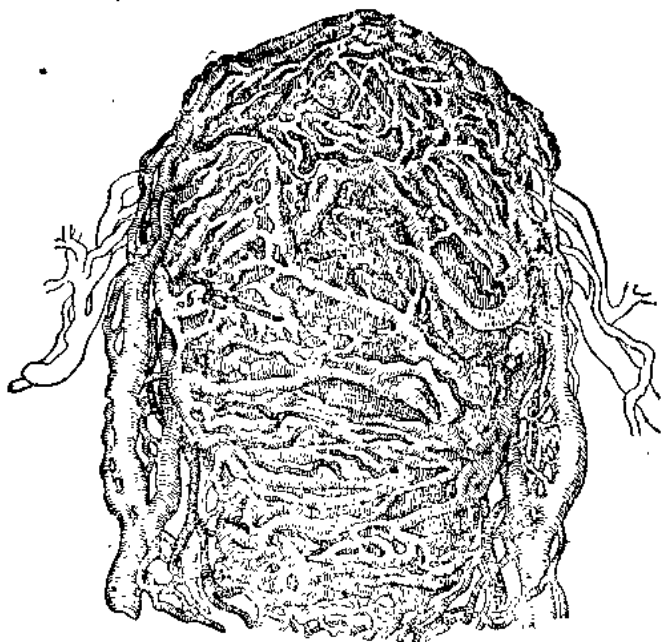
陰道的入口處有處女膜。

處女膜是一張薄膜，上有小孔一個或數個，女子的月經便是經過它們流出來的。如果小孔被擴張，則處女膜即告破裂，這時候女子本身可能會感到或多或少痛楚，並且還可能出一些血的。

完整處女膜的遭受破壞，普通都是跟性生活的開始有關。

然而爲了受精，並非是不破壞掉完整的處女膜就不易爲功的，因爲當精液進入陰道口之際，由於精蟲的自動運動，所以下列的可能性究竟是有的：即是他們不破壞處女膜，而經過處女膜的小孔進入陰道，再深入子宮腔，跟陰性卵細胞會合，而構成了『受精』。

受精——性交時，立刻有大量精蟲由陰道上游，經過子宮頸，進入子宮腔，之後更深入輸卵管，遭遇了正在輸卵管內運動着的卵細胞，而鑽了進去，這一刹那叫做『受精』。從這一刹那起，胚胎便開始發育。



網管血的寒宮子婦孕 圖 三 第

爲了胎兒的發育，需要大量的營養料，担任此種供給的是母親的血液，它透過了子宮裏的廣大血管網而達成了任務（第三圖）。連接母親與胎兒並保證供給後者以食物的器官叫做「胞衣」或者「胎盤」，分娩後，胞衣便整個兒地從母體裏剝離了下來。

到什麼年齡婦女就可以懷孕了？——從卵細胞開始正常成熟起，換句話說，便是有月經約一年以後的時候起，婦女就可懷孕。在六、七歲或者六十歲懷孕，此種情形是非常少見的。

婦女的平均生育期計爲三十年（從十六至四十六歲），初次

懷孕，最好是在二十二至二十五歲之間，這時候她的組織已達到了隆盛境界。

懷孕的徵候——最普通的懷孕徵候爲月經停止，但是它的具備可靠性，只有在平素月經正常，無其他特殊原因的情況下，始有可能，上述的特殊原因包括重傳染病（斑疹傷寒、回歸熱），使人消瘦的瘧疾同結核病，氣候的劇變，猛烈突兀的精神打擊，使人瘦弱的食物缺乏（例如列寧格勒被圍時）。所以爲了正確地辨別懷孕與否，而不是其他特殊原因招致的月經暫時停止，必須到婦女諮詢所去請教醫生。

懷孕的徵候極多，有些婦女不思飲食、噁心，嘔吐，普通到懷孕三個月之末，嘔吐就逐漸停止，食慾大爲好轉，自我感覺有了進步。在想像中有如此的情形：即是一個熱心希望有孩子的，被經常的嘔吐剝奪了飲食可能性的孕婦，當她知道孕腹足以強化嘔吐的時候，於是立刻去吃一頓豐富的早餐，那末從此以後，她就再也不會發生什麼嘔吐之念了。

當孕婦雖則採取了一切措施，而依然嘔吐頻繁，終於招致了消瘦的時候，婦女諮詢所應該將她帶到『產婦之家』的孕婦室去。

某一次懷孕之有噁心及嘔吐，無論如何不足以說明另外一次亦復必然如此，反之，下一次懷孕經過正常，其可能性並不是沒有的。

懷孕的徵候還包括厭惡氣息，要求吃刺激性的食物，胃口惡化，例如想吃不可食的東西。

懷孕後，乳腺很快就起了變化，首先是乳房敏感性提高，變得飽滿且富於彈性，倘若捺壓一下，

則從乳頭裏冒出了初乳（無乳脂顏色的液體）。乳頭以及它週遭的一部份皮膚顯出了比較深暗的顏色，乳頭附近出現了補充性質的皮脂腺，一遇刺激，乳頭就緊張了起來。

皮膚的變化也是懷孕徵候之一。在恥骨與臍窩之間的腹部皮膚上，沿着中線，顏色日益趨於深暗。此種深暗化，在褐色皮膚婦女的身上，尤其來得顯著。在胸部尤其是面部的皮膚上，出現了淺黃的斑點——所謂「孕婦斑」，分娩後則開始變白，通常要經過若干時間，才完全消失不見。予以治療是不應該的，一切的油膏之類只能夠刺激皮膚而已。

上述的一切徵候都是懷孕的證明。如我們所知道的：它們的出現是逐漸的，所以爲了正確地決定懷孕與否，必須早早拜訪婦女諮詢所（月經停止三至四星期以後）。

在那些情況下，當急於要求確定懷孕與否，尤其是在初期的時候，或者當利用普通的研究法須利用對於白鼠的特殊反應，而診斷的正確性無甚把握的時候，爲達此目的，孕婦應將早晨新排出的小便，盛於清潔器皿之中，送給婦女諮詢所的化驗室。

醫生可等地確定懷孕與否，只有從妊娠下半期起，始有可能。懷孕的確證有如下述：一、胎兒的運動，二、胎兒的顯著的心跳，三、透過對孕婦子宮的X光攝影所發現的胎兒骨骼。

孕婦本身對胎兒運動的感覺，往往並非是懷孕確徵，在個別的情況下，她覺得胎兒在運動，實際上却是腸子在蠕動。

適時地確定了懷孕與否，這樣可以比較準確地決定產期與產前休假期。

妊娠與產期的計算

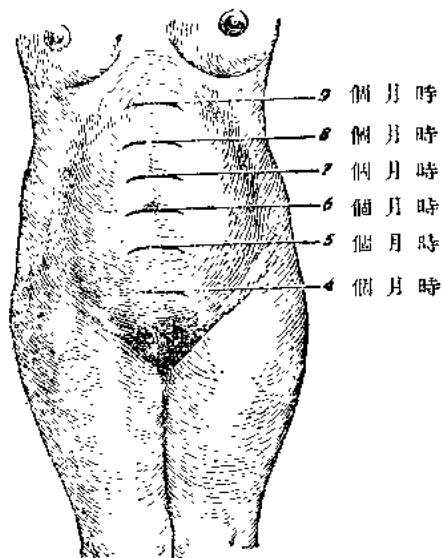
——婦女的妊娠期約爲二百八十日或四十星期，計算產期最方便的方式如下：在最後一次月經的首日上加七天，再向前減去三個月，如此便可以得出最有把握的產期。例如最後一次月經的首日爲十一月十日，加七天爲十一月十七日，向前減去三個月，則爲八月十七日，這就是最有把握的分娩日期。

倘若孕婦記不清最後一次月經的日期，則根據胎兒的初次運動，亦可得出想像的產期。在初孕者，到了四個半月（約二十星期），便能够覺察出胎兒的最初運動，在經孕者，只要到四個月（約十八星期）時。例如一位初孕者於三月十日感到胎兒的初次運動，這意味着：想像的產期是七月二十八日。又如一位經孕者於一月二十日感到此種運動，這意味着：想像的產期是六月二十三日。

妊娠期可以向前後兩方發生重大的偏差，同樣的正常懷孕，可以僅僅持續二百四十一至二百四十七日，反之，在若干場合下，則可以遷延三百十、三百四十甚至三百六十四日（從最後一次月經的首日算起），但是這樣過於長久的懷孕，對於胎兒並非一定是危險的。

怎樣決定胎兒是活着的呢？——在妊娠前半期內，決定胎兒活着與不斷發育的唯一徵候，就是醫生覺察出來的子宮逐漸擴大，此後，連孕婦本身也感到子宮的增長（第四圖）。

在妊娠後半期，胎兒活着的徵候，則是醫生探聽出來的胎兒心跳。由此觀之，準確決定胎兒是否活着的問題，只有醫生方始能够，所以，孕婦應該處於婦女諮詢所的經常監護之下。



圖長增宮子婦孕 圖四第