

妇幼保健 实用教程



FÜYÖU BÄOJIAN SHIYÖNG JIAÖCHÉNG

乔立军 戴杏兰 主编
曹林玉 郭月颖

河北科学技术出版社

妇幼保健实用教程

乔立军 戴杏兰 曹林玉 郭月颖 主编

河北科学技术出版社

主 编 乔立军 戴杏兰 曹林玉 郭月颖
副 主 编 王佩然 丛海娟 张东瑛 王歆歆
朱松岩 张丽珍

图书在版编目 (C I P) 数据

妇幼保健实用教程 / 乔立军等主编. -- 石家庄 :
河北科学技术出版社, 2013. 6
ISBN 978-7-5375-5964-5

I. ①妇… II. ①乔… III. ①妇幼保健 — 教材 IV.
①R17

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第119632号

妇幼保健实用教程

乔立军 戴杏兰 曹林玉 郭月颖 主编

出版发行 河北科学技术出版社
地 址 石家庄市友谊北大街 330 号 (邮编: 050061)
印 刷 石家庄文义印刷有限公司
经 销 新华书店
开 本 850 × 1168 1/32
印 张 10.625
字 数 265 千字
版 次 2013 年 6 月第 1 版
2013 年 6 月第 1 次印刷
定 价 30.00 元

前 言

妇女儿童是社会中的独特的弱势群体，其生理表现、疾病的演变有其独特的规律。妇幼保健工作具有其特殊性、复杂性、不确定性和高度专业性等特点，妇幼保健状况对人口的总体健康水平有着举足轻重的影响作用。尽管数十年来我国妇幼保健事业在政府的大力扶持和投入下取得了历史性的进步和成就，但由于社会、经济、文化及生理等因素的综合影响，妇女和儿童仍然是社会的弱势群体，他们的整体健康和生存状况相对较差。目前，我国妇幼保健工作仍然面临诸多问题和挑战。城乡之间以及东西部地区孕产妇死亡率和婴儿死亡率差距巨大，出生缺陷形势严峻，影响妇女和儿童健康的主要疾病，如生殖感染、艾滋病、营养不良等尚未得到有效控制。从全国来看，妇幼事业的发展落后于经济的发展。现有的妇幼保健服务人员的素质、机构设施和服务能力仍不能满足妇女和儿童日益增长的保健需求。

为适应基层妇幼保健服务培训工作的需要，我们组织有关专家编写了《妇幼保健实用教程》一书。在该书编写过程中，编者参阅了新近国内外大量有关妇幼保健技术资料，结合自身工作实际，力求做到理论联系实际，尤其突出实用性，旨在对提高基层妇幼保健服务人员业务素质发挥一定作用。

该书包括二篇九章。第一篇(第一至七章)为妇女保健篇，分别对女童期、青春期、婚前期、孕产期、母乳喂养期、更年期的特点和各期的保健工作进行了系统介绍。第二篇(第八至九章)为儿童保健篇，系统介绍了儿童保健工作的内容和特点，以及胎儿期、新生儿期、婴儿期、幼儿期、学龄前期、学龄期各期的保健工作。并附有妇幼保健方面的政策和法规，以附录形式刊载了《中国妇女发展纲要(2011—2020年)》《中国儿童发展纲要

(2011—2020 年)》和《中华人民共和国母婴保健法》，为当前和今后一定时期的妇幼保健工作提供政策和法规依据。

妇幼保健涉及临床和预防医学等范围较广，内容和要求也不断变化，需要在实际工作中不断完善。由于编写人员水平所限，书中不足之处在所难免，敬请读者批评指正。

编 者

2013 年 5 月

目 录

第一篇 妇女保健

第一章 妇女保健绪论 (1)

第一节 妇女保健概述 (1)

第二节 妇女保健工作的重要性 (2)

第三节 妇女保健的内容 (5)

第四节 妇幼保健组织机构 (10)

第五节 妇女保健工作发展现状 (13)

第二章 女童期保健 (20)

第一节 女童期保健概述 (20)

第二节 女童的生理、心理和社会特点 (21)

第三节 女童期生殖健康问题 (24)

第四节 女童期保健的主要内容 (32)

第三章 青春期保健 (34)

第一节 青春期保健定义与分期 (34)

第二节 青春期的生殖生理特点 (35)

第三节 青春期的社会心理特点 (43)

第四节 青春期的主要健康问题 (47)

第五节	青春期保健的内容	(70)
第四章	婚前保健	(86)
第一节	婚前保健概述	(86)
第二节	婚前卫生指导	(91)
第三节	性保健指导	(96)
第四节	婚前医学检查	(106)
第五节	婚前卫生咨询	(110)
第六节	有关疾病的婚育医学意见	(116)
第五章	孕产期保健	(133)
第一节	孕产期保健概述	(133)
第二节	孕前及妊娠期保健	(134)
第三节	分娩期保健	(147)
第四节	产褥期保健	(155)
第五节	孕产期口腔保健	(161)
第六章	母乳喂养与哺乳保健	(173)
第一节	母乳喂养与哺乳保健概述	(173)
第二节	泌乳生理及其影响因素	(181)
第三节	母乳喂养指导	(185)
第四节	哺乳期保健内容	(187)
第七章	更年期保健	(195)
第一节	更年期保健概述	(195)
第二节	更年期妇女的生理、心理特点	(198)
第三节	更年期妇女的主要健康问题	(202)
第四节	更年期保健服务	(215)

第二篇 儿童保健

第八章 儿童保健绪论 (219)

- 第一节 儿童保健概述 (219)
- 第二节 儿童保健工作的内容和特点 (221)
- 第三节 儿童保健的工作方法 (224)
- 第四节 我国儿童保健事业发展现状 (225)

第九章 儿童各年龄期保健 (235)

- 第一节 胎儿期特点与保健 (235)
- 第二节 新生儿期特点与保健 (243)
- 第三节 婴儿期特点与保健 (254)
- 第四节 幼儿期特点与保健 (265)
- 第五节 学龄前期特点与保健 (272)
- 第六节 学龄期特点与保健 (278)

附录 1: 中国妇女发展纲要(2011—2020 年) (282)

附录 2: 中国儿童发展纲要(2011—2020 年) (304)

附录 3: 中华人民共和国母婴保健法 (325)

第一篇 妇女保健

第一章 妇女保健绪论

第一节 妇女保健概述

妇女保健学 (science of women's health) 是一门应用预防医学及临床医学的方法, 按照生物心理社会医学模式, 研究妇女生命周期中不同时期的生理、心理特点及其影响因素, 并提出保健对策, 以保障和增进妇女生殖健康水平、提高出生人口素质的医学学科。它也是针对女性生殖生理的特征, 以保健为中心, 群体为对象, 多学科参与而发展的一门新兴学科。

妇女是家庭和社会的主要成员, 承担着无可替代的生儿育女的责任。大量事实及实践证明, 维护妇女的身心健康, 不仅需要妇产科的临床服务, 使有病者能得到及时治疗, 而且还要使妇女在一生各阶段和各特殊时期的保健需求得到满足。这种保健服务, 既可预防疾病的发生, 又可促进妇女健康。

妇女保健的对象包括个人及群体两个方面。对个体而言, 主要是采用临床医学的方法使妇女一生各阶段和特殊生理时期的保健需求得到满足, 并对疾病进行筛查和早期诊断、早期治疗; 对群体而言, 主要是采用预防医学的方法来研究影响妇女健康的因素, 并实施干预, 以促进妇女健康。妇女保健学虽属预防医学范畴, 但强调临床与保健相结合, 既重视落实个人健康, 又注重面向群体, 使公共卫生与临床医学得到有效的结合。

妇女保健学主要研究妇女一生中不同时期的生理、心理及行为特点, 及其在正常和异常情况下的保健需求; 研究影响妇女健康的生物、心理、社会、环境等方面的各种高危因素及其与生殖

健康之间的关系；研究危害妇女健康的各种常见病、多发病的流行病学特征、早期诊断及防治措施；研究有利于提高防治水平和监护质量的适宜技术；研究妇女保健服务的监督和评价方法；研究有利于促进妇女健康的保健对策和管理方法。

进入 21 世纪后，妇女保健也发展到一个新时期。生物—心理社会医学模式在妇女保健工作中得到广泛普及，服务的范围不仅仅局限于生理保健，也强调妇女心理健康及社会适应的良好状态。总的来说，妇女保健学以保证母婴安全、做好生育调节为首要任务，以妇女“人人享有生殖保健”为总目标，从而达到降低妇女因生育或生育功能紊乱而引起的发病率、伤残率和死亡率，提高妇女健康水平的目的。

第二节 妇女保健工作的重要性

妇女保健(women's health care)是卫生事业的一个重要组成部分，主要是向妇女提供以保障生殖健康为重点的医疗和公共卫生服务的事业。在我国，妇女保健之所以能形成一个独立的学科，且有专门的组织机构和专业队伍来承担这项工作，不仅是因为妇女人口在我国人口数量占一半以上，还因为妇女具有独特的生理特点，保护妇女健康有特殊的需要和重要的意义。

一、妇女的生理脆弱，需加以保护

1. 妇女体质有别于男性

妇女体格不如男子粗壮，身高、胸围、体重都低于男子；妇女皮下脂肪较男子厚；肌肉不如男子发达；妇女的肺活量、握力都较男子小。这些特点使妇女在参加职业劳动时受到一定的领域及范围限制。此外，不可忽视职业危害因素对妇女生殖功能产生的不良影响，因此，要重视并加强女工的劳动保护。

2. 妇女一生生殖系统变化复杂

妇女一生中生殖系统和生殖功能变化复杂，按性功能的发育

变化可分为幼年期、青春期、生育期、更年期和老年期。青春期是妇女性功能从发育到成熟的过渡时期,更年期是妇女性功能从成熟到衰退的过渡过程。在这两个过渡时期中,除了生殖系统外,全身其他系统及妇女的心理也会发生较大的变化。生育期又称为性成熟期,一般约持续 30 年,妇女在此期要经历结婚、妊娠、分娩、产褥、哺乳及生育调节等特殊生理过程,此期若疏忽了妇女的保健工作或保健工作不及时,会使正常的生理过程发生病理变化。不但直接影响妇女本身的健康,还会影响后代的发育、健康和生命安全。妇女一生是一个连续发展的过程,健康具有累积性。所以要按照不同时期生理规律,加强妇女的保健工作,否则会影响妇女的正常发育成熟或使妇女提前衰老。

3. 妇女生殖系统易受感染和损伤

(1)女性盆底组织支持力差,尿道、阴道及直肠贯穿其中,分娩时会阴易撕裂,可进一步扩大中部的薄弱点;若盆底组织亦受损伤,将更加减弱盆底的支持力,容易发生盆底器官的损伤性疾病,如子宫脱垂等。

(2)妇女子宫腔下段经宫颈、阴道与外界相通;子宫腔两角与输卵管相连,直通盆腔,如不注意卫生,特别是经期、产时及性生活的卫生,极易发生上行性感染,引起生殖道炎症,严重者还会并发盆腔炎、腹膜炎甚至败血症。

(3)妇女每月月经期子宫内膜有剥脱、出血;怀孕及分娩时子宫发育、膨大至缩复,因此,子宫发生变化的频率和幅度远远大于其他脏器。若不注意这些特殊时期的保健工作,则会影响子宫内膜的再生和子宫的缩复功能,易导致妇科疾病的发生。

二、妇女承担着人类繁衍的重要使命

妇女是人类生命得以延续的保证,妇女的健康直接关系到下一代的健康和出生人口的素质。人体生长发育的每一阶段都是以前一阶段为基础,同时影响着下一阶段,或是某一阶段的生理、心理、社会需求未能得到满足,其不良的影响直接影响本阶段的

健康，还会在下阶段反映出来，由此而造成的损失和不良后果往往难以弥补。出生人口的素质与母亲孕前孕后的健康密切相关。因此，为提高人口素质，不仅从生命开始形成的最初阶段就要对胚胎进行保护，还要满足妇女孕前、产时及分娩后的保健需求。同时还要重视妇女婚前、孕前的保健和青春期少女及女童等的保健，使妇女从孩子时就能得到卫生保健，预防疾病，健康地成长为未来的母亲。

三、孕产妇的健康是婴儿健康的前提

孕产妇的健康直接关系到婴儿的健康，许多性传播疾病(STD)如梅毒、淋病、AIDS、尖锐湿疣、生殖器疱疹等以及乙型肝炎、衣原体感染，可经胎盘、产道等途径由母亲传给胎儿或新生儿。据报道，全球 90%以上婴儿和儿童的 HIV 感染是通过母婴传播的。孕妇感染 STD 后病原体可随血流通过胎盘进入胎儿体内引起胎儿患病，可导致死胎、死产、自发性流产或早产，或出现严重的出生缺陷。分娩时新生儿通过感染的产道吸入或直接接触产道中的病原体分泌物而发生感染，还可在出生后不久的围生期内受到感染。因此，加强孕产妇的保健工作，对于提高我国后代的身体素质有重要意义。

四、妇女是社会的基本资源

1. 妇女是家庭健康的监护者

家庭是社会的基本组成单位，妇女是家庭的核心力量，她们的健康对家庭其他成员的影响较大。妇女除了是后代得以延续的保证外，还要照顾全家人的生活，承担全家的衣食起居，家庭的环境卫生好坏、营养安排是否合理、家庭成员患病后能否及时发现并及早得到诊治和良好的护理，发生意外后能否得到正确的急救处理，都与母亲本人的精力、健康、卫生知识水平息息相关。她们实际上是最基层的卫生员、保健员、营养员和护理员。家庭是为人们提供生活基本需要的场所，妇女的健康直接影响到全家的健康和卫生。提高家庭的卫生水平，关系着整个社会的卫

生水平和人群健康水平。

2. 妇女是社会的劳动者

妇女是促进社会发展的重要力量。无论是家庭妇女还是职业妇女，在人类文明和经济发展中都起着重要的作用。社会上的初级保健工作及护理工作，绝大多数是由妇女承担。开展和提高社会的基础保健及初级保健工作水平，亦离不开妇女工作者的辛勤劳动。近年来，由于职业妇女的增加，愈来愈多的妇女面临着环境中的有害物质和职业毒物的危害，影响胚胎及胎儿的正常发育，严重者还可引起出生缺陷，影响人口质量。促进妇女健康，能高效地减少贫困和推动社会的发展。

综上所述，妇女保健工作十分重要。保护妇女生殖健康(reproductive health)、重视“母亲安全”(safe motherhood)、使妊娠更安全(making pregnancy safer)是妇女保健的核心内容，是社会进步的标志，是国际社会对人类的庄严承诺。以健康保护和健康促进为中心的保健服务，通过加强健康教育，使人们的自我保健意识和能力逐渐增强，建立有益于健康的生活方式和环境，并由医疗机构提供恰当的保健服务，最终实现“人人享有健康”的目标，这是妇女健康的发展方向。

第三节 妇女保健的内容

一、妇女保健工作内容

妇女保健工作最早主要是关注孕产期保健，且长期以来以此为主要内容。妊娠及分娩常伴有一些并发症，严重威胁母婴健康和安全，而随着产科学的发展，这些并发症可以通过保健得到预防。虽然目前在部分妇幼卫生基础薄弱的地区，因怀孕分娩引起的死亡还是存在的，但大量事实及实践充分表明，加强妇幼卫生工作，做好孕产期保健能明显降低孕产妇死亡率。20世纪70年代，由于围产医学发展，大大充实了孕产期保健的内容，围产保

健工作的实施,提高了此期保健服务的质量。以后,围绕妇女生育期内生育和生殖功能方面的各种问题,陆续开展了计划生育技术指导和妇科病防治工作的探索。随着社会经济的发展,妇女就业人数的增加,如何预防职业中毒、职业有害物质及其他危险因素对妇女健康的不良影响及女工劳动保护等都引起了高度重视。

20 世纪 80 年代起,为了提高婚姻生活质量和实行优生优育,国家提倡婚前医学检查和婚前医学指导,并逐渐形成制度。20 世纪 90 年代,生殖健康新概念的提出,要求在生命的各个阶段维护好生殖系统及其功能的完好状态,这就要求妇女保健服务的内容不应局限于生育期,而应扩大到女童期、青春期、生育期和更年期、老年期,对妇女的每一生理时期都给予保护。此外,保健内容还包括妇女常见病的防治,职业妇女健康、基层妇女保健及妇女保健工作的管理。

(一)妇女各期生理保健

1. 女童期

随着生活水平的不断提高,女童营养过度、肥胖及性早熟问题比较多见。但在一些贫困的边远山区也存在女童营养不足引起的贫血和佝偻病等问题。儿童抵抗力低,易受疾病的侵袭,尤其是传染性疾病;外生殖器常暴露在外,易受感染和损伤。所以,女童期保健主要包括卫生指导、营养指导、儿童常见疾病的防治、儿童传染性疾病的防治、健康教育和健康促进,通过有效的保健可以保障女童的正常生长发育。

2. 青春期

青春期是走向成熟的过渡阶段,此期需要更多的营养来保证身体的健康发育;由于性生理及性心理的发育,青春期少女如得不到正确的性教育,得不到家庭、学校的正确引导,可能出现不良嗜好、不良饮食习惯、意外伤害、少女妊娠、未婚先孕、未婚人流、单亲母亲、月经异常和性发育延迟等健康问题。因此,营养卫生指导、个人卫生指导、心理卫生和健康行为指导、月经期

卫生指导和青春期性教育等内容都是青春期保健的范畴。

3. 生育期

本期通常指 15~49 岁妇女, 是其生殖功能旺盛期, 在此期内妇女要经历结婚、妊娠、分娩、哺育后代、生育调节等特殊时段。生育期保健的主要内容包括婚前保健、孕产期保健、哺乳期保健和节育期保健。

婚前保健包括婚姻期解剖、生理和心理特点, 婚前卫生指导和医学检查, 性保健和婚前卫生咨询, 婚姻期常见疾病与性功能障碍的治疗与保健, 并对一些明显影响下一代健康的遗传性疾病和重要的脏器传染性疾病提出婚育医学意见。

孕产期保健包括孕前保健、孕期保健、分娩期保健和产褥期保健, 还涉及母乳喂养与哺乳期保健, 包括泌乳生理及其影响因素、母乳喂养指导和哺乳期营养、哺乳期用药、哺乳期避孕、哺乳期常见乳房疾病防治等哺乳期保健内容。

节育期保健包括相关的政策、女性节育技术的方法、节育方法的指导咨询、女性节育手术并发症的防治及人工流产对妇女健康的影响等。

生育期保健的主要内容是保护妇女妊娠和分娩安全, 并实行计划生育, 延长生育间隔, 避免因生育过早、过多、过密、过晚及计划外妊娠对健康带来的损害。同时还要努力消除社会、环境等不良因素危害, 做好妇女劳动保护、性病防治和妇女常见病防治等工作。同时, 还要进行孕产妇死亡监测与评审、围生儿死亡评审和出生缺陷监测。

4. 更年期

此期是妇女生殖功能由旺盛到衰退的过渡时期, 由于内分泌变化及其对机体带来的影响, 同时也由于此期妇女的心理及社会的特点, 可能会出现一些更年期的疾病。随着寿命的延长, 妇女一生中有 $1/2 \sim 1/3$ 的时间是在绝经后度过的, 且这个年龄组的妇女在人生中所占的比例正在逐步增加。更年期保健的主要内容为

普及更年期的生理卫生知识，进行心理卫生咨询，积极防治更年期的常见疾病。

5. 老年期

主要的保健内容包括普及老年期的生理卫生知识，进行心理卫生疏导，防治老年期的常见疾病等。

(二) 妇女常见病防治

除了各个时期对生殖健康的保健外，贯穿于各时期的妇女常见病防治也是妇女保健的重要内容。妇女常见病的防治包括对常见妇科病，如生殖道感染、性传播疾病、生殖内分泌常见疾病、女性生殖器官损伤性疾病及妇科肿瘤等，乳腺保健及常见疾病和女性功能障碍等的防治。

(三) 基层妇女保健

基层妇女保健是完善妇女保健工作的重要部分，基层妇女保健除了基本的妇女保健外，还涉及社区妇女保健，如社区诊断、社区妇女保健服务、社区妇女健康促进等。

(四) 职业妇女健康

由于妇女的解剖、生理功能特点，妇女在从事不同的行业时，可能会不同程度地接触到职业性有害因素，主要包括化学性有害因素、物理性有害因素、繁重劳动、不良体位 and 职业紧张等。职业妇女的保健内容主要有普及有关职业性有害因素危害的知识、提高职业妇女的自我保护意识及对妇女常见职业性疾病的防治等。

(五) 妇女保健工作的管理

妇女保健工作管理也是妇女保健内容之一，上述所有的保健内容都必须进行有效的管理。妇女保健工作管理的内容包括婚前保健的组织管理、计划生育技术管理、孕产期保健的系统管理、妇女保健信息管理等。

二、目前妇女保健工作的重点内容

1995 年第四次世界妇女大会在北京举行，妇女健康是本次大会的重点议题之一。世界卫生组织（WHO），在对当前全球妇女

健康的情况进行具体分析后，提出了有关妇女健康的 8 个重要课题，包括以下内容：

1. 营养

足够的营养是妇女健康的基本保证。女孩和妇女营养摄入不足会导致体重偏轻、生长发育障碍、贫血，并对后代的健康产生不良影响。女孩及妇女的营养不良除了与贫困及社会地位低下有关外，还与妇女缺乏营养知识、并发疾病（如寄生虫病、消耗性疾病等）、审美观及传统的食物禁忌有关。还有一部分妇女面临着营养过度或营养不均衡引起的肥胖问题，而这又会直接引起心血管疾病发病率的增加。

2. 生殖健康

妇女承担着人类社会繁衍的重任。目前，社会上不安全性行为、少女妊娠的频繁发生，以及全球范围内怀孕妇女的不足月妊娠、不安全流产、因妊娠导致的死亡及性传播疾病的发生都提示我们积极开展生殖健康的保健服务是十分重要的。

3. 工作和劳动环境的保护

从事涉及微量元素工作的妇女面临着职业危害；农村妇女常接触农药，这些有害因素可能会影响生殖功能，必须引起注意。

4. 传染性疾病

近年来结核的发病率有所回升，结核易引起抵抗力低下，还会引起妇女月经不正常，妇女如在幼年和生育期感染了结核，危害更大；艾滋病主要导致免疫力低下，引起多系统，多器官的损伤；疟疾通常引起恶性贫血，严重的还可引起死胎、流产。

5. 非传染性疾病

随着生活方式及行为的改变，非传染性疾病对健康的影响日趋明显，绝经后妇女的糖尿病、骨质疏松和恶性肿瘤等已成为老年妇女健康的主要危害因素。

6. 滥用物品

近年来，吸烟、饮酒及吸毒的人数在女性人群中尤其是年轻