



THE COMPLETE BOOK OF MOTHER AND BABY CARE

妈妈宝宝护理大全

邱文伟 主编



甘肃文化出版社



The complete book of mother and baby care

图书在版编目 (CIP) 数据

妈妈宝宝护理大全 / 邱文伟主编. — 兰州: 甘肃文化出版社, 2005.12
ISBN 7-80714-201-4

I. 妈… II. 邱… III. ①产妇—护理 ②新生儿—护理
IV. R473.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 157835 号



妈妈宝宝护理大全

出版: 甘肃文化出版社

社址: 甘肃省兰州市庆阳路 230 号 (邮编 730030)

电话: (0931) 8454246

制作:  www.rzbook.com

印刷: 北京外文印刷厂

经销: 新华书店

开本: 889 × 1194mm 1/16

印张: 18

字数: 200 千字

版次: 2006 年 1 月第 1 版

印次: 2006 年 1 月第 1 次印刷

印数: 1 — 10000 册

定价: 100.00 元

前言

一个孩子是一个家庭的希望，做好优生、优育、优教工作，是家庭的最大期望和最大利益所在。在生儿育女这一甜蜜而辛苦的旅程中，每一个家庭、每一对父母都付出了无限的爱和耐心。然而，从新生命的孕育、诞生到逐年成长，又是一个复杂的过程，年轻的爸爸妈妈常常对遇到的很多问题束手无策，不知如何对待。

自从确定怀孕的那天起，妈妈和妈妈肚子里日渐变化、生长的胎宝宝就成为全家人重点关照的对象，妈妈的护理工作也就自然而然地提上了日程。如何保证孕妈妈和胎宝宝的健康乃至安全、顺利地生一个健康的小宝宝呢？“十月怀胎，一朝分娩”，宝宝诞生以后，又该如何照料他（她）茁壮成长，成为一个健康聪明、人见人爱、资质优异的好孩子呢？

这本精心编写的《妈妈宝宝护理大全》就是一位妈妈和孩子的“全职家庭护理医生”。本书全面、详细地讲述了生儿育女过程中妈妈和孩子的护理知识，其中包括了女性孕前、孕中、产后的调适与护理，婴幼儿的日常护理、营养护理、常见疾病的防治与护理，内容科学翔实，所提供的母子护理指导具体、实用，非常适合计划要孩子和正在培育孩子的家庭参考使用；此外，还专辟一章特别讲述了宝宝的安全事项与家庭急救知识，为父母提供了一套在宝宝发生紧急情况时可以立即采取的切实有效的救护方案。婴幼儿的早期教育和智力开发一直是父母普遍关注的问题，且越来越受到重视。《妈妈宝宝护理大全》的第9章至第12章按照胎儿、婴幼儿及学龄前儿童的生长规律和大脑发育的实际，分阶段专门针对年轻父母在对胎儿、婴幼儿及学龄前儿童实施胎教、早教和智力开发过程中遇到的困惑和问题作了解答，具有很强的指导意义，相信对父母会有很大的帮助。

本书的特点是条理清晰，语言简洁，针对性强，可以现查现用。相信能使您全家受益，能使您成为优秀的父母，也能使您的孩子成为优秀的孩子。



目录

第1章

孕前调护与优生 /6

优生的条件 /8

遗传与优生 /11

第2章

妊娠期的养护 /12

怀孕期间的检查 /14

孕期日常生活调适 /22

孕期母体与胎儿的变化 /32

孕期常见病痛 /40

第3章

分娩及产后护理 /48

临产之前 /50

分娩及婴儿诞生 /54

产后护理与恢复 /56

第4章

最佳母乳喂养 /62

哺乳是最佳选择 /64

哺乳母亲的常见疑虑 /66

母乳哺养中常见的问题 /68

哺乳期间的营养和健康 /70

断奶 /72

第5章

新生儿护理 /74

新生儿的生长发育 /76

新生儿的日常护理 82

第6章

婴儿护理 /92

婴儿的日常护理 /94

婴儿的营养护理 /104

婴儿的疾病防治与护理 /122

第7章

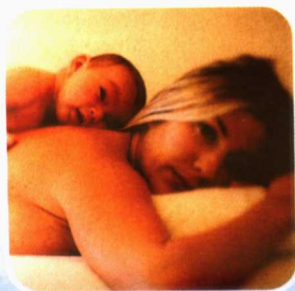
幼儿护理 /148

幼儿的日常护理 /150

幼儿的营养护理 /162

强化食品和营养补充品的使用 /176

幼儿的疾病防治与护理 /184



第8章

宝宝的安全与家庭急救 /194

宝宝家庭急救常识 /196

宝宝意外事故的急救 /208

宝宝居室内外的安全 /212

第9章

胎教 218

什么是胎教 /220

孕初期胎教 (1~3月) /224

孕中期胎教 (4~7月) /228

孕晚期胎教 (8~10月) /236

第10章

婴儿智力开发 /240

1~12月婴儿的智能特点 /242

婴儿智力开发问答 /244

第11章

幼儿智力开发 /252

幼儿早期教育 /254

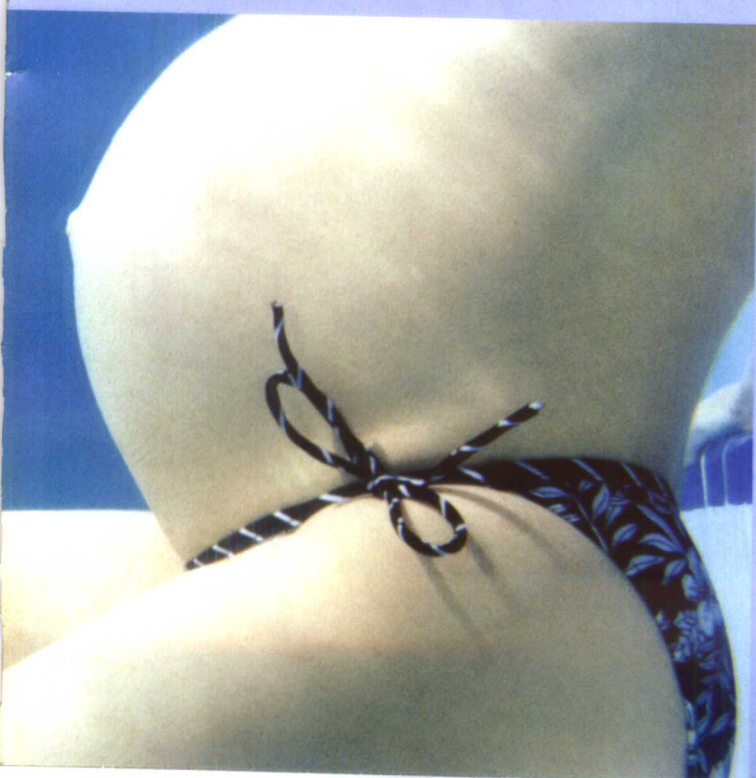
幼儿智力开发问答 267

第12章

学龄前儿童的智力开发 /276







第 1 章

孕前调护与优生

准备生育下一代的新婚夫妇，孕前生理准备尤为重要。首先，对孕前检查所发现的有关疾病和不够理想的生理功能问题，要进行治疗、调养和功能性锻炼。其次，夫妇应坚持进行健身运动和有益于提高精神品质的艺术活动，保持精子和卵子处于最佳性状，为新生命在形成过程中获得优良遗传基因创造环境。再次，孕前男女双方的衣着以宽松舒适为宜；应禁忌强烈刺激性的食物，尤其应禁酒、戒烟；居住环境应尽量避免噪声污染，尽量躲避有害生育的放射线源的危害；行为方面应避免过分剧烈的运动方式。怀孕以后，要继续做有利于优生的事情，为孕生一个聪明健壮的宝宝不断尽心尽力。

优生的条件

■ 优生优育是每个家庭的希望和责任。父母都希望自己的孩子长大以后成为体格健壮、智力发达、品德良好的人，这就要求父母本身有一个健康的身体，同时要修养有素。



最佳生育年龄

“男大当婚，女大当嫁”。中国婚姻法第五条规定：“结婚年龄，男不得早于22周岁，女不得早于20周岁”。女性在26~27岁是生育的最佳时期。此时，妇女全身发育已经完全成熟，骨盆和肌肉弹性较好，卵细胞质量最高，妊娠并发症少、分娩也顺利，此时，女性具备最良好的生育能力，最有精力养育子女，最有利于母婴健康，最符合优生优育的“基本原则”。而且，此时妇女已具有丰富的生活经验，更能胜任养育孩子的重任。万一在这一最佳的生育时期发生重大疾病或其它不利于生育的事件，可适当推迟生育年龄，安排在28、29岁，也是符合优生优育要求的。至于年龄再大一些，对母体、下一代都不利，不值得提倡。对于当代的中国妇女来说，一生大多只生一个孩子，安排在优生的年龄段生育，的确是非常重要的。

季节与优生

选择最佳受孕时间有利于优生。研究证明：一年四季中12、1、2、3月



往往比6、7、8月怀孕发生畸形、弱智的婴儿比例要高。因为，12、1、2、3月正是寒冷的冬季和初春，传染性疾病多，如流感、呼吸道疾病、腮腺炎、风疹等最易使胎儿畸形；此季节相对瓜果蔬菜少，易使人缺乏维生素、微量元素等营养，对孕后胎儿各器官形成影响很大。如初冬受孕，孩子出生正值炎热夏天，妈妈自己讨苦吃，孩子也不好过。而在6、7、8月受孕，到孩子出生则严冬已过，正好是春暖花开、气候宜人季节，有利于孩子的成长，而

且从母体带来的免疫力尚未消除，新生儿能抵御外界细菌和病毒的传染。中国的中、北部地区6、7、8月正是炎热的夏季，孕妇难免胃口不好，但是，经过一冬的营养储备、休养，男女双方的体质均较好；而且，此时的胎儿营养需求不多，母体的营养供应不足也不妨事，当胎儿进一步发育需要营养时，则是金秋季节，瓜果蔬菜源源上市，能充分满足孕妇的营养供应需要。

最佳受孕时机

在优化的受孕环境和优化的心境下受孕是最佳的受孕时机。优化的受孕环境是指男女双方的健康情况处于最优状态，周围不存在有伤害精、卵或受精卵的不利因素；优化心境则要求在性结合时双方的心情和性欲都必须处于最高水平。在性实验室里发现双方都达到性高潮时射精，精子的活力旺盛，精液中的营养物质及激素充足，有利于精子及早抵达输卵管。而女性处于性高潮时，体内激素分泌旺盛，卵子生命力强，宫颈由于性兴奋而分泌多量的碱性分泌液，这些碱性液体可中和阴道的酸性浓度以降低对精子的杀伤力。而且，女性高潮时出现阴道及子宫的收缩和宫腔内的负压现象，有帮助精液或精子向前推进的作用，使精子爬行的时间及路程大大缩短。性高潮是男女婚后的渴求，它的出现是需要在环境和心境的优化及协调情况下才能达到。性高潮是提高婚姻生活质量必不可少的重要条件，夫妻双方情欲极度高峰时受孕，是实现优生的良好条件。

杜绝近亲结婚是优生的保证

为达到优生目的，有些男女是不能婚配的。这里指的是两类人群：近亲血缘的男女或带有同型致病基因的异性。婚姻法规定直系血亲和三代以内的旁系血亲禁止结婚，从生物学的角度考虑，血缘关系是越远越好。近亲结婚后代的遗传病发病率远较非近亲结婚者高得多，有人统计，在数千种遗传病中，有36%是由亲、表、堂婚姻造成的。其原因是精卵子的染色体不正常，多为遗传所致。近亲结婚，含有异常染色体的精子和卵子结合会生下患有先天愚型的后代，他们各自的精子或卵子可能承接着一同一祖宗所遗传下来的相同的致病“基因”，在受精卵中配成一对，两个致病基因配成一对时就形成了遗传病。据统计近亲结婚出生的弱智儿童比非近亲结婚高300倍。如果不是同一祖先，即使有一方带有致病的“基因”，也会被对方的健康“基因”所抵消，不表现为疾病。

生物节律与优生

生物节律优生法是运用人的体力、智力和情绪3种人体生物节律的周期运行理论,通过测算夫妇俩的生物钟运行状况,选择最佳时机怀孕生育,从而达到生育优良子女的目的。当人的各种生物钟处于运行高潮期时,人的精力最旺盛,办事效率高,智力超过平常;相反,当人的各种生物钟运行到低潮期时,精力下降,情绪低落,办事效率低,工作易出现差错。如果在夫妇俩的生物钟运行高潮期时怀孕、生育,就能生出素质高的子女。人们经常发现有的高智商高素质夫妇生了低能儿,有的普通百姓家却养出高等学府的高才生,这种现象主要同夫妇俩怀孕日的生物钟运行状况有关。因而,选择生物钟运行到最佳时机怀孕生育,是提高新生儿素质、实现优生的一项重要新的措施。

优质的生活和身体以及夫妻愉悦的心情为最佳受孕提供了良好的条件。准备孕育孩子的夫妇要尽可能营造和把握好最佳受孕时机。

受孕时间 10 忌

恶劣外界条件会伤害精子或卵子,这时勉强受孕,所形成的胎儿可能出现不测。为避免产生低智或者畸形儿应做到 10 忌:①忌情绪过度波动和精神受到创伤后(大喜、大悲、意外事故等)受孕;②忌烟酒过度、戒烟戒酒不足6个月受孕;③忌生殖器官(包括诊断性刮宫、人工流产、取放宫内节育器等)手术后不足6个月受孕;④忌产后恢复时间不足6个月受孕;⑤忌脱离有毒有害物质(例如农药、铅、汞、镉、麻醉剂等)时间不足3个月受孕;⑥忌照射X射线、放射线治疗、服用病毒性感冒或者慢性疾病用药后不足3个月受孕;⑦忌口服或者埋植避孕药停药时间不足3个月受孕;⑧忌长途出差、疲劳而归不足2周时间受孕;⑨忌奇热、暴风雨时受孕。因为雷电可以产生极强的射线,致使生殖细胞的染色体发生畸变;⑩忌月圆之夜性交受孕。

环境辐射与优生

现代社会,人类除面临大气、水源、噪音污染外,也不可避免地受到各种电器电磁辐射的无形伤害,科学家称其为第4种污染源。如手机、BP机、电脑、DVD、微波炉等家用电器及即将问世的信息电器视频游戏机等;电视机顶盒、X射线发生器、激光束也会产生电磁辐射。电磁辐射对妇女、儿童的影响较大,尤其是孕妇,会导致新生儿畸

形、白血病增多等。曾有报道两位孕妇长期使用电脑,结果双双产下畸胎,她们既无家族病史,孕期又没感染病毒及使用药物,怀疑与电脑屏幕电磁辐射有关。美国科学家利托韦斯发现手机释放的微波足以令发育中的鸡胚致畸。最新研究报告指出,怀孕早期的妇女每周使用电脑20小时以上,其流产率增加80%,同时也增加畸形胎儿的出生率。因此,妇女怀孕早期还是尽可能远离手机与电脑为好。



胎教与优生

胎教是优生的一个重要内容。胎教不单要在生命形成后进行,生命形成以前也需进行。这包括婚前接受优生优育的教育和指导,孕期生理、心理卫生营养以及胎教的训练。近年来,胎教在国内外逐渐受到重视,许多研究结果表明,受过胎教的婴儿智商高于未受过胎教的婴儿。胎教是临床优生学和环境优生学相结合的具体工作,目的是促进体能与智能优秀个体的出生。



孕妈妈心态与优生

夫妻感情融洽、家庭气氛和谐的情况下,受精卵就会“安然舒适”地在子宫内发育成长,生下的孩子就更健康、聪慧。母亲愉快乐观的情绪,会使血液中增加有利于健康发育的化学物质,所怀胎儿发育正常,分娩时也较顺利。反之,紧张、恐惧、焦虑、忧郁、悲伤的情绪,会使血液中有损于神经系统和其它组织器官的物质剧增,并可通过胎盘影响胎儿发育,甚至导致胎儿畸形、早产、未成熟等。当孕妇情绪过度紧张时,交感神经兴奋就会占优势,肾上腺皮质激素分泌增加,阻碍胎儿上颌的发育而造成腭裂的可能。由于孕妇食欲不振而导致血液中营养成分不足,常会出现早产或胎儿体质下降。临产时孕妇受精神刺激而极度不安时有可能发生滞产或产后大出血。

性格与优生

人的性格早在胎儿期已经基本形成。因此,在怀孕期注重胎儿性格方面的培养就显得非常必要。胎儿性格

的形成离不开生活环境的影响。母亲的子宫是胎儿的第一个环境,小生命在这个环境里的感受将直接影响到胎儿性格的形成和发展。孕妇在一个温馨和谐、慈爱的家庭环境中生活,她的内心笼罩在美满幸福的气氛中,小小的胎儿在妈妈的子宫里同样也被这温馨祥和所融化,胎儿长大成人以后,绝大部分是乐观、豁达、外向型的人。相反,孕妇如果在矛盾重重、顶嘴吵架不和谐的家庭环境下生活,或者小宝宝在准妈妈的心里总是不受欢迎的人,那么,孩子在长大成人以后,则表现为内向、孤僻,心胸狭小。可见,对胎儿的性格的形成必须加强认识,想要塑造、孕育一个性格完美的孩子,准妈妈的生活环境和心理环境是相当重要的。

父母行为与优生

孕妇的行为信息通过传递可以影响到胎儿。中国古人在这方面早有论述。古人认为,胎儿在母体内会接受母亲言行的感化,因此要求妇女在怀胎时应该清心养性、品行端正,给胎儿以良好的影响。相传中国古代周文王的母亲在怀文王时由于做到了目不视恶色、耳不听淫声、口不出拙言、坐立端正、以身胎教,因此文王生而贤明,深得人心。中国明代一位医生也认为“妊娠以后则需行坐端正,性情和悦;常处静室中多听美言,令人诵读诗书,陈说礼乐;耳不闻非言、目不观恶事,如此则生男女福寿敦厚、忠孝贤明。”可见早在古代时人们就已经懂得了母亲的良好行为对后代的影响。

孕妇的体质与优生

在中国传统医学中,早就建立了很好的孕前养生观。以中医的观点来看,孕前调理分为“身”、“心”两方面。中医强调五脏六腑要协调、阴阳平衡,不可过与不及,气血须充足。孕前调理对健康状况良好者可在预定怀孕前3~4个月开始;若自觉健康状况不理想者则有半年至1年的调理期较



怀孕期间,孕妈妈要清心养性,给胎宝宝良好的影响。

为理想。孕妇应该做到以下几点:①摄取营养良好的饮食。不吃刺激性食物(包含茶、咖啡、酒);食物种类要多、杂、粗、原味、多变化,奇怪或少见的及大量加工的食物不可多吃,更不可暴饮暴食。②生活规律化,起床、睡觉、运动、工作,最好做到规律而内容丰富。这样的生活会增加受孕机率,养出脾气好、风度从容的孩子。③充足的睡眠。④愉快的心情。⑤多吃鱼虾、山药,有补肾、调理先天精气的作用。



遗传与优生

■ 先天和后天的各种因素都可以影响人口的质量,遗传性疾病是影响人口质量的首要因素。遗传性疾病是指由于遗传物质出现异常而引起的疾病。它不仅威胁着千万人的健康,也将贻害子孙后代。预防和发现遗传病,阻断遗传病的延续,是优生学研究的主要课题。



人体细胞与遗传物质染色体

人体是各种器官组成统一的相互协调的整体,而细胞则是生命的基本单位。人体细胞内有46条(23对)染色体,其中44条男女都一样,被称为常染色体;其余2条男女不一样的染色体被称为性染色体。一般来说,性染色体决定人的性别。男性的性染色体为XY,女性的性染色体为XX。唯独在生殖细胞精子和卵子内只有23条染色体,当精子和卵子相结合成一个新生命——受精卵时,又成了46条染色体。所以就子女的46条染色体而言,其中23条来自父亲,23条来自母亲。因此,来自父母双方的特性共同控制着胎儿的特征及健康情况。基因是染色体携带的遗传的基本单位,是贮藏遗传信息的地方。染色体和基因是遗传的决定性物质,在遗传中起着十分重要的作用。

遗传性疾病

遗传疾病是指由于遗传物质改变(如基因的突变或染色体畸变)而造成的疾病。基因掌握着遗传的“大权”,它们可以从结构上、形态上、数量上改变。在人的23对染色体上约有5万对基因,经常由于某种原因出现异己分子,这是很自然的。我们每个人都有可能程度不同的带有几个或几种的遗传病基因,并不表现出异常症状,只是因为受孕时父母

其中一方的某个基因有异常,又被另一方正常的而取代,也就是被正常的基因所掩盖。例如,父亲的某个基因是异常的,而母亲与之相对应的基因则是正常的,这样结合后所生的孩子绝大多数是表现正常的。

遗传与智商的关系

智商与遗传的关系,常规下高智商父母的子女智商往往也比较高,显示比较聪明,反之亦然。在临床上据统计观察,父母智力有缺陷的孩子有可能表现智力发育不全或精神缺陷约占半数以上。遗传固然重要,但后天因素,如社会环境的影响和后天的努力对于智商的作用也是不可低估的。

父母血型与优生

每个人的血型在妈妈的肚子里就确定了,当然这也是父母基因遗传的结果,而且是终身不变的。人类有两种血型体系,即ABO与Rh两系。其中ABO系又分为A、B、AB与O四种血型。血型的形成决定于细胞膜上的抗原类型。Rh系包括两种类型,即Rh阳性和Rh阴性。这是根据红细胞膜上有无Rh抗原来分的。有Rh抗原即为Rh阳性。相反,没有Rh抗原的就是Rh阴性。Rh系产生溶血的道理与ABO系一样的。这种血型在中国分布比较少,中国人多见于ABO类型。

父母子女血型联系表

父血型	母血型	子女可能血型	子女不可能血型
A	A	A、O	B、AB
A	O	A、O	B、AB
A	B	A、B、AB、O	—
A	AB	A、B、AB	O
B	B	B、O	A、AB
B	AB	A、B、AB	O
AB	O	A、B	AB、O
AB	AB	A、B、AB	O
O	O	O	A、B、AB
B	O	B、O	A、AB





第 2 章 妊娠期的养护

妊娠期是女性的一个特殊时期，其生理情况与平时大不一样。为了适应妊娠期的生理变化，准妈妈多了解妊娠知识，合理安排日常生活，对保证母亲安全和婴儿健康是很有利的。同时，为减轻妊娠期病痛，健康、顺利完成妊娠，孕妇也需要积极到医院做相关检查。



怀孕期间的检查

要孕育一个资质优异的宝宝，孕妇必须定期进行检查。包括检测体重、血压、尿糖、尿蛋白、子宫底高度、腹围大小等。这些检查虽然简单，但却非常重要。孕期检查的时间应从确定妊娠开始，最迟不超过妊娠3个月。



怀孕征兆

平时月经周期有规律的健康育龄妇女，在没有采取有效的避孕措施的情况下，有过性生活，月经没有按时来，月经期过10日或10日以上就很有可能是怀孕了。若停经达8周，妊娠的可能性更大。约半数妇女在妊娠早期，会出现头昏、乏力、嗜睡、食欲不振、喜吃酸性食物、厌油腻、恶心、晨起呕吐等反应，还有尿频、便秘、乳房不适等，这些现象医学上称之为早孕反应。另外，可根据基础体温判断是否怀孕，排卵后体温会升高 $0.3\sim 0.5^{\circ}\text{C}$ ，直至月经前1~2天或月经第1天。如果基础体温上升，月经到期未来，基础体温持续不降达16天之久，则受孕可能性较大。如持续3个月，基本可以肯定是怀孕了，但也需要排除其他可使体温升高的因素。

早孕检查

及早发现是否受孕，极为重要。因为怀孕初期正是胎儿所有器官开始形成的时候，加上胎儿还相当脆弱，最容易受到内外如病毒、细菌感染、药物刺激、X射线、B超的超声波、尼古丁、酒精、化学药品等的侵害。如未

能及早发现怀孕，胎儿就得不到及时有效的保护而容易引发各种畸变。若感觉有怀孕迹象，应该及早到产科医师那里接受检查。受孕的信息越早知道越好，最好是在停经后一两天内到医院做早孕检查。当然，自己也可以做检测。自己检测的方法很简单，可到市场上购买早孕妊娠试纸或者试剂，按照其使用说明进行操作，如果表现为阳性则证明已经怀孕。从这时起就应采取措施，细心保护小生命了。

用妊娠试纸诊断是否怀孕

凡月经正常的女性，当出现月经来潮日晚了几天而发生妊娠时，使用妊娠诊断试纸来验证几乎全是呈阳性。不过，在使用这种试纸时其灵敏度一定要高，试纸要新，使用方法须正确得当，并且，使用前提是月经正常。药店内出售这种试纸大部分是一次用量，不可重新再做，因此在使用前一定要仔细阅读使用说明书。另外，有时在妊娠的极早期也会出现显示阴性的现象。这种方法对妊娠的早期发现是有帮助的，但要了解妊娠状况是否正常还应到妇产医院做专项检查。

产前检查要从怀孕早期开始

产前检查应从怀孕早期开始，而且首次检查应详细全面，这是非常重要的。有以下5点重要性：①医生需要了解孕妇是否有不适合继续妊娠的情况，如严重的心脏病、肝脏疾病、肾脏疾病、血液病、糖尿病、急性感染性疾病、接触毒物或放射线等，若有此类情况，在怀孕早期行人工流产术终止妊娠，对身体损害较小。②有助于确定妊娠是否正常及妊娠周数。特别是月经周期不规律者，怀孕早期子宫的大小及B超检查对推算预产期有重要的参考价值。③可以了解生殖器官有无异常，如炎症、肿瘤、子宫阴道畸形等。一旦到怀孕中、晚期，由于子宫增大，占据盆腔，会使肿瘤和畸形的诊断变得非常困难。④怀孕早期的血压和体重能代表非孕时的水平，可作为孕妇的基础值，对某些妊娠晚期并发症的监测、诊断有重要的参考价值。⑤尽早地接受孕期保健指导，能减少妊娠并发症的发生。

怎样定期进行产前检查

一般妊娠过程历时38~40周，在这段时间里，胎儿逐渐长大并成熟，同

确认怀孕后需做哪些检查

确认怀孕后，在第1次或第2次就诊时，医生根据孕妇具体情况做如下检查，包括：血常规、乙型肝炎抗体测定、尿常规和涂片、甲胎蛋白测定、梅毒检查、超声波检查、宫颈涂片检查、Rh因子检查、风疹抗体滴度、血型及乳房X线片（如你超过35岁并且以前没检查过，许多医生妊娠期不要求做这项检查）。将检查结果告诉医生，医生会提供帮助，如风疹抗体阴性，表明孕妇对这种病没有抵抗力，妊娠期要避免接触这种病人，下次妊娠前先接种疫苗。





用测孕棒诊断是否怀孕。

时孕妇的身体也会发生一系列变化，而且妊娠过程中还可能出现各种各样的并发症，如先兆早产、妊娠高血压综合征、前置胎盘、胎儿发育迟缓、胎位异常等。因此，只有定期连续的检查，才能随时了解胎儿在宫内的生长发育情况以及孕妇的身体状况，以便尽早发现异常，及时治疗和纠正。所以，孕妇一定按医生的要求定期进行产前检查。一般情况下，怀孕12周内检查1次，以后每4周检查1次，怀孕28周后每2周检查1次，怀

孕36周后每周检查1次至住院待产。整个妊娠期大约需检查13次左右。若为高危妊娠，则应根据医生的建议相应增加检查次数。

为什么要进行风疹检查

母体在怀孕12周之内的妊娠早期，如果患有风疹，很有可能产下先天性异常儿，其比例是非常高的，应特别引起注意。如果曾经患过，有了免疫力的母亲一般不会再患第2次风疹。不过也有再度感染风疹的危险性。因此，孕妇应尽可能在妊娠前进行风疹抗体检查，如果是阴性，应注射风疹疫苗，使妊娠后有此免疫力。如果在妊娠后进行风疹检查，结果是阴性的话，那是不能注射风疹疫苗的，只能加强预防感染的措施，这一点应特别注意。如果已得了风疹，出现38℃左右的体温，并在身体上出现疹子，一般3~4天后便自然消失，多数成人患者的症状比较重些。

检查血型

妊娠时,由于某种原因母亲有可能要进行必要的输血,必须事先检查血型。特别应知道母体与胎儿之间是否有母子血型不合情况。一般血型不合有两种情况:①Rh血型不合。由于母体是Rh型阴性,在腹内的胎儿是Rh阳性。如果在分娩时致使胎盘绒毛损伤破裂或者其他的情况下,Rh凝集原通过胎盘进入母体,就会刺激母体产生抗Rh凝集素,一旦这种免疫性抗体经胎盘进入胎儿体内,会导致严重的溶血现象,发生新生儿溶血,甚至流产或死胎等。所以,了解Rh型血型是否符合是非常重要的。②ABO血型不合。胎儿血型是由双亲血型所组合的,可能会发生母亲与胎儿之间的血型不合。但是和Rh血型不同,这种不合不一定会发生什么障碍。这主要根据母亲的健康情况和营养状态所决定,即使发生障碍,要比Rh血型不合所发生的障碍轻得多。

为什么要测量骨盆

分娩时胎儿通过的通道称为“产道”。其中子宫颈和阴道、外阴部,由于是肌层组成的柔软部分,所以分娩时有相应的伸缩性,但是骨盆是硬骨

头,没有伸缩性。由此可见,骨盆的大小对分娩有很大影响。测量骨盆可以估计骨盆腔的大小,预测分娩时足月胎儿能否顺利通过。一般来说,高大的女子,骨盆也大,胎儿也较大;瘦小的女子,骨盆也小,胎儿也较小。但也不能一概而论,也会有个别特殊的情况。骨盆是产道的重要部分,常称为“硬产道”。分娩的快慢、是否顺利,都与骨盆的形状和大小有密切关系。骨盆形态虽正常,但径线短,也可能发生难产现象;相反,骨盆虽异常,但径线长,分娩也不一定有困难。所以在分娩前对骨盆进行详细检查是很重要的。一般在第1次产前检查时医生就会测量骨盆的各径线,在孕妇记录卡上记录以便查考。

为什么要进行弓形体检查

弓形体病又叫住血原虫病,属于原虫病的一种。在妊娠过程中如果感染,母体虽然不出现什么症状,可是对胎儿却有影响,会引起胎儿发育障碍、视力和听力障碍等。感染的原因主要是由于孕妇没有注意卫生。猪肉要完全煮熟才可吃。一定不能接触猫的排泄物。因此,妊娠期应进行血液毒性抗体检查。如果是阳性,但是在妊娠前感染的,现已成为慢性患



检查血压

原先血压正常的准妈妈,可能在妊娠中期以后发生合并症,最常见的就是妊娠性高血压。只要做产前检查,高血压是很容易被诊断的。血压表示为两个值——收缩压及舒张压,正常的孕妇,收缩压介于110~140毫米汞柱之间,舒张压则介于60~90毫米汞柱之间。因此,如果收缩

压大于140毫米汞柱、舒张压大于90毫米汞柱,这说明孕妇血压升高了!到底妊娠性高血压会有什么危险呢?通常它们会在怀孕20周以后才会出现。起先仅仅是血压的上升而已。但是随着周数增加,血压逐渐上升,同时,也会开始出现蛋白尿。如果尿中流失的蛋白质太多,超过食物中的摄取量,孕妇便会出现血中蛋白不足的症状,最明显的就是全身水肿。由于供应胎儿氧分的子宫血流量明显减少,使胎儿发育会迟缓,羊水也会减少。这种合并妊娠性高血压、蛋白尿及全身水肿的情况,以往称作“妊娠毒血症”,现在则称作“先兆子痫”。如果血压过高,血管收缩太厉害,会造成大脑缺氧、功能失调,引起大抽搐的癫痫现象,就称作“子痫症”。一般而言,妊娠性高血压出现愈早,愈会导致严重合并症。而其发生先兆子痫的概率也愈大。同时,胎儿发育也会明显迟缓,有时甚至胎死宫内。产前检查时测量血压,可以及时发现高血压以及“先兆子痫”,对孕妇帮助很大。



者,对胎儿则无影响,如果是在妊娠过程中感染的,那就有问题了。

肝功能与HP抗原的检查

肝功能与HP抗原检查已作为妊娠常规检查,一旦发现母体患病毒性肝炎就应及时隔离、积极治疗。如果母体带有B型病毒性肝炎,那将会通过胎盘传染给胎儿。有的人即使带有这种病毒,但本人并不出现任何症状,只是长期的病毒携带者,这些人到处散播病毒,当孕妇抵抗力降低时,就易患此病。因此妊娠早期做此检查是非常必要的,以便及时治疗,并考虑是否可以继续妊娠,以保证母子平安。



怎样判断子宫的大小

判断子宫的大小有以下几种方法：①妇科检查：通过双合诊检查了解子宫的大小，对了解是否妊娠及妊娠是否符合停经月份等有重要意义，一般适用于怀孕早期的检查。②测量宫高及腹围：随着妊娠月份的增加，子宫逐渐增大，怀孕12周以后子宫增大超出盆腔，在腹部可以摸到子宫的轮廓。子宫的大小对估计妊娠月份及胎儿的大小有一定的参考价值，一般根据宫高和腹围来判断子宫的大小。宫高是指耻骨联合上缘至子宫底最高点的距离，代表子宫长径，腹围（平脐水平）代表子宫横径及前后径，综合起来能较准确地估计子宫的大小，通常适用于怀孕中期以后。③B超检查：B超检查得到的结果较手法检查更为可靠，但需借助B超检查仪，应用起来不太方便，所以不作为常规检查采用。另外，对于怀孕中期以后的子宫，B超测量有一定的困难。所以，了解子宫的大小要根据怀孕时间、医院的设施等选择适当的方法。

几项特殊检查

准妈妈在怀孕期间一般检查15次，并且还需要一些“特殊检查”项目：包

孕妇的健康是胎儿健康生长的保证。除了必要的孕期检查、调理、治疗外，孕妇的心理健康对胎儿的生长也起着非常重要的作用。育儿专家告诉孕妇，清心、养性、静心养胎就是这个道理。

括16~18周的“母血筛检唐氏综合征”；15~20周“羊膜穿刺检查”；24~28周的“50克葡萄糖耐量试验”，即“妊娠糖尿病筛检”；还有20~24周可做脐静脉穿刺术。不过，“筛检”当然是建议所有孕妇都要做。此外，20~24周，还可以做腹部的超声波检查，看看胎儿有无重大的先天异常。这些是准妈妈们要了解到的特殊检查。