



环 保 · 生 活 · 健 康 系 列



婴儿的诞生

How Your Baby Is Born

如 何 准 备 迎 接 婴 儿 的 来 临

AMY B. TUTEUR, M.D. 编著

TERRY TOYAMA and FRAN MILLER 绘图

YOUR PREGNANCY QUESTIONS ANSWERED:



How the



cervix dilates to 10

centimeters

How



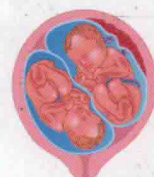
and why amniocentesis is performed



How twins and breech babies are

delivered

How babies



receive oxygen inside the uterus and more



环 保 · 生 活 · 健 康 系 列

婴 女 | How Your Baby Is Born 儿的诞生

如 何 准 备 迎 接 婴 儿 的 来 临

AMY B. TUTEUR, M.D. 编著
TERRY TOYAMA and FRAN MILLER 绘图

广 东 人 民 出 版 社
纬 辉 电 子 出 版 公 司 合 作 出 版

1995

CHINESE EDITION

© 1995 by World Fair Publishing. Authorized translation of the English edition

© 1994 by Ziff-Davis Press, USA. This translation is published and sold by permission of Ziff-Davis Press, USA, the owner of all rights to publish and sell the same, through Leed & Wood Co. Ltd..

Original title HOW YOUR BABY IS BORN

A Ziff-Davis Press Book

Copyright © 1994 by Ziff-Davis Press.

Ziff-Davis Press, ZD Press, are trademarks of
Ziff Communications Company.

《婴儿的诞生》是《环保·生活·健康》系列之一，
1995年由广东人民出版社与纬辉电子出版公司联合出版中国简体版，
原英文版 How Your Baby Is Born 由 Ziff-Davis 出版社于 1994 年出版，版权所有。

婴儿的诞生 HOW YOUR BABY IS BORN

编著者：Amy B. Tuteur, M.D.

绘图者：Terry Toyama and Fran Miller

译者：陈怀远 丁孝弘 马剑波

编审者：吴新

责任编辑：黄彦辉

责任技编：孔洁贞

合作出版：广东人民出版社

广州市大沙头四马路 10 号

电话：020-3863888 转

纬辉电子出版公司

香港北角英皇道 499 号 B 座地下

电话：2564 3112

发行：广东人民出版社发行部

广州市大沙头四马路 10 号

电话：020-3818687

020-3863888-3076

制作：纬辉电子出版公司

印刷：深圳中华商务联合印刷有限公司

深圳市车公庙工业区 205 栋二楼

787×1092 毫米 16 开本 15 印张 4 插页 300,000 字

1995 年 12 月第 1 版 1995 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 7-218-01656-1/R·29

人民币定价 58.00

这本书，也像一个婴儿，其成书过程花费了9个月。然而并非像我的孩子们那样是通过我丈夫和我两人的比较简单的房事而实现的，《婴儿的诞生》这本书是通过许多人的跨国合作而完成的。

我要感谢 Ziff-Davis 出版社的各位对此书慷慨地花费时间和精力的人们。感谢 Cindy Hudson 从一开始就对本项目表示信任。感谢 Eric Stone 不断给予的建议和鼓励。还要非常感谢 Valerie Haynes Perry，她客气而严格地对此书进行了有价值的编辑。感谢 Kayla Sussell，医学博士 Rima Goldman，以及 Cort Day 等各位提供的技术方面和编辑方面的帮助。特别要感谢 Fran Milner 和 Terry Toyama 为本书而创作的精美插图。更难能可贵的是，他们是从我所提供的草图下手的。草图中仅仅是一些粘贴的婴儿图形在粘贴的母体图形内的成长过程。

感谢我的朋友们和同事们，其中包括 Susan Wilcove, Joyce Kozol, Cindy Gray, 领有执照的助产士 Linda Levie, 医学博士 Sibel Bessim 和 Vanessa Barss。他们各自审阅了一部分手稿并提出了宝贵意见。

产科医生是学成的，不是天生的。感谢波士顿的 Beth Israel 医院的护士们和医生们培训了我。我还要感谢 Brigham 及妇女医院和“Harvard 社区卫生计划”的各位助产士、护士和医生们，他们是我的同事和战友，共同致力于为健康的产妇助产出健康的婴儿。我深深地感谢成千位就医者及其家庭，他们使我有机会共享婴儿降生的温馨时刻。从她们那里，我得到了许多关于胎儿降生及其过程的个人经验。

最后也是最重要的是，我要感谢我的丈夫 Michael 逐字逐句地阅读了本书并提出了意见。无论是在医学院，在住院医生任期，还是在我们3个孩子降生之时（马上就会有第4个了），他总是在我身边，在同一屋檐下。要知道，能让自己的丈夫为你的著作进行修订，那的确是厚爱！

有些人旅行时总是随身带着一本导游手册。他们盯着地图，研究当地习俗，并且试图学点当地语言。这些补充知识能使他们的旅途更加舒坦，更加愉快。

你可以把《婴儿的诞生》这本书设想成是你整个分娩过程中的导游手册。虽然旅途很短——从你的子宫到出世并到你的怀抱里只不过是几英寸的历程，可是你和你宝宝的这段历程却是新鲜而奇妙的。好比一本导游手册，《婴儿的诞生》这本书向你提供详图，介绍“当地习俗”并教你学说简单的“当地语言”。在这本书中，彩色的插图就好比是地图，会告诉你有关去医院检查的一些常识和手续，并在你的词汇里增添一些诸如“（经腹壁）羊膜穿刺术”和“胎盘”之类的术语。

在看医生之前，请先读读这本书。随身带着它去医务所及助产士办公室，并且用书中的插图使他的解释更清楚。的确，医生可能会发现，这些插图有助于他更明白地回答你的问题。随身带着这本书去医院及产科中心，你会觉得这里不再使你感到陌生或恐惧。本书可以帮你作出种种决定，以确保获得你所期望的分娩结果。

就像传统的导游手册那样，这本书的目的是帮助你更熟悉妊娠、阵痛和分娩等新环境和新经验。你需要在经受（经腹壁）羊膜穿刺术之前就早已对此手术的过程有所了解。如果你的胎儿是臀位，你就应该了解其含义而不致对此术语感到惊慌。当你进入医院产房时，你应能识别各种设备和器具以及它们的用途。更重要的是，你应对这种新环境和经历既不会感到恐惧，也不会感到受威胁。

同时，正像导游手册不可能准确告诉你应该看些什么和做些什么才能够使旅途最愉快一样，这本书也不可能告诉你必须做些什么才能够得到最佳的分娩感受。这是因为，像一次旅行一样，在某人看来是高兴的，在另一人看来却是扫兴的。走向为人父母的历程是一段地地道道的个人历程。这本书可用来帮助你选择方案并作出取舍。你是否希望在阵痛和分娩时尽量减少干预？现代化医院的高技术设备和工具，是否能在你产生焦虑之时，给你提供某种安全感？良好的分娩感受对你而言意味着什么？用这本书来判断吧！然后，不要不好意思将选择告诉产科医生和助产士。因为如果你事先不同医生交流，那么他就不可能知道你的要求。

与传统的导游手册不同的是，本书是希望每个人都能就地解决问题，使母子安康。在大多数情况下常常毋需作特殊努力就能使母子平安。但令人遗憾的是，我们不可能预料哪些阵痛可能造成困难，哪些婴儿可能难以经受住这种极度的紧张。最重要的是，是灵活对待这一切。可能出现这种情况：即你的婴儿所需的医疗干预要比你原来所设想的多。这也许令人失望，不过这也算不了什么——要记住：你的最大愿望是孩子健康。

《婴儿的诞生》一书包括下列四部分：妊娠；阵痛与分娩；普通助产术和新生儿。尽管每一部分都是按时间顺序来编排的，但阅读其中各章节时却不必按顺序。每一章都是自成一体，而不依赖书中其他部分的信息。

本书并不包含妊娠时可能遇到的每一种情况，也没有逐一介绍产科的每种可能遇到的过程。这是因为，掌握产科学的实践须通过多年的学习和实践，没有哪本书能够包罗这门学科的全部内容。

本书的内容不能取代你向产科医生及助产士的谘询。你可以把阅读《婴儿的诞生》一书比作是同一位有经验的旅行者规划一次长途而又面广的旅行。每一次妊娠、阵痛和分娩都有其独特之处，正如每个婴儿都各有其特点一样。只有熟悉你的情况的每一细节的人才能够就你的分娩问题向你提出建议。然而，本书详细解说了一些最常见的问题和产科实践，从而使你能作为一位充分的参与者来商讨可能需要做出的任何决断。

导游手册的根本目的是使你的旅途尽可能便利、愉快。《婴儿的诞生》一书，目的也是如此。一个新生命的诞生简直是个奇迹。尽情欣赏你在这个奇迹中所起的作用吧！庆贺你在自己体内创造和养育这个新生命的功绩吧！作好准备，让你的孩子降生人世，来分享人间的激情和母爱。

致谢	ix
概论	x



第一部分 妊娠

1

第一章

妊娠早期	5
------------	---

第二章

妊娠中期	9
------------	---

第三章

妊娠后期	15
------------	----

第四章

评估胎儿	21
------------	----

第五章

评估孕妇	29
------------	----

第六章

胎儿异常检查	35
--------------	----

第七章

羊膜穿刺术	39
-------------	----

第八章

早期出血	45
------------	----

第九章

早产的检测与治疗	51
----------------	----

第十章

先兆子痫	57
------------	----

第十三章

初期阵痛现象	79
--------------	----

第十四章

子宫如何收缩	85
--------------	----

第十五章

医生如何检查子宫颈	91
-----------------	----

第十六章

分娩阵痛的活跃期	97
----------------	----

第十七章

胎儿生出	103
------------	-----



第二部分 阵痛与分娩

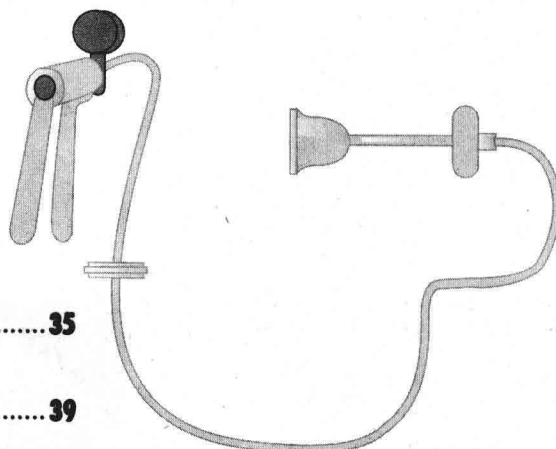
63

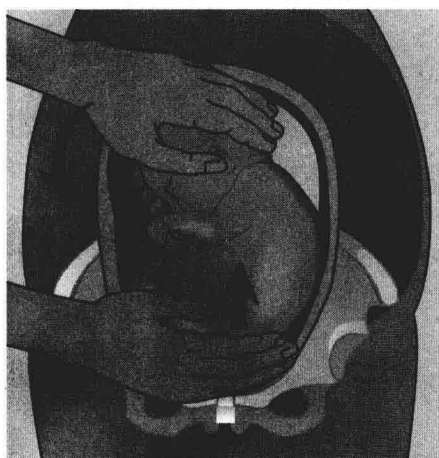
第十一章

阵痛之前	67
------------	----

第十二章

胎位	73
----------	----





第三部分 普通助产术

117

第十八章

胎儿监护仪是
如何工作的 121

第十九章

分娩诱导 129

第二十章

为何要人工破膜及
如何破膜 135

第二十一章

为何及怎样做
会阴切开术 141

第二十二章

如何用产钳接生 147

第二十三章

如何用真空法接生 153

第二十四章

减轻痛苦 159

第二十五章

如何剖腹接生 169

第二十六章

臀位胎儿：胎位倒转
与产出术 179

第二十七章

如何接生双胞胎 187



第四部分 新生儿

193

第二十八章

你的宝宝是怎样
开始呼吸的 197

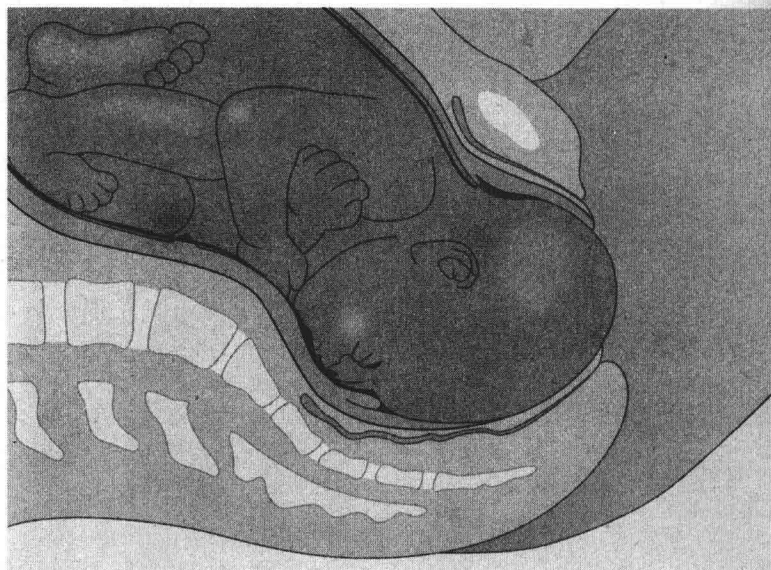
第二十九章

如何评估新生儿 203

第三十章

如何开始人乳
哺育你的宝宝 209

索引 215



1

妊娠 Pregnancy



- 第一章：妊娠早期
5
- 第二章：妊娠中期
9
- 第三章：妊娠后期
15
- 第四章：评估胎儿
21
- 第五章：评估孕妇
29
- 第六章：胎儿异常检查
35
- 第七章：羊膜穿刺术
39
- 第八章：早期出血
45
- 第九章：早产的检测与治疗
51
- 第十章：先兆子痫
57

恭

喜！你有喜了！你可能很兴奋、很惊讶、也很紧张，也许这三种情绪都兼而有之。你可能在想像将自己的宝宝搂在怀里的那个时刻吧！你也许正在筹备挑选婴儿用具，筹划分娩。在 90 年代，可供选择的分娩方案太多了！不过，在筹划这件大事之前，对你的妊娠还需作出一些决定。

本篇描述了正常的妊娠过程，常规的产前检查，以及某些先进技术。你的胎儿生长发育得怎样？妊娠期间你的身体如何变化？在第 1、2、3 章里描述了妊娠的基本情况及其某些术语。

为什么你要定期拜访产科医生和助产士？产前检查时会发生什么情况？第 4、5 章介绍如何监测妊娠情况；你在拜访产科医生和助产士时可能进行的测量和检验。还介绍了妊娠期间将要进行的种种例行检查，以及一旦发现可能存在问题时应做的更先进的检查。例如，第 6、7 章中介绍的甲种胎儿蛋白 (AFP) 检查和（经腹壁）羊膜穿刺术。甲种胎儿蛋白测定是通过检验母体血液中某些激素的浓度而检查出某些异常现象的方法。（经腹壁）羊膜穿刺术是直接分析胎儿染色体的一种方法。

值得庆幸的是，大多数的妊娠都不会发生问题，但最好还是要预防。要是万一发生意外呢？第 8、9、10 章将深入探讨妊娠中出现的一般问题，并且还要谈谈诊断和治疗。

任何医疗检查都可能引起焦虑不安，但如果你了解检查的目的和方法，就可能减少顾虑。妊娠期间一般进行两类检查：荧光屏检查和诊断检查。荧光屏检查是定期安排的。许多人被同时安排进行检查，用以探查出可能存在的问题。对结果进行分析是把你的测得值同其他人的测得



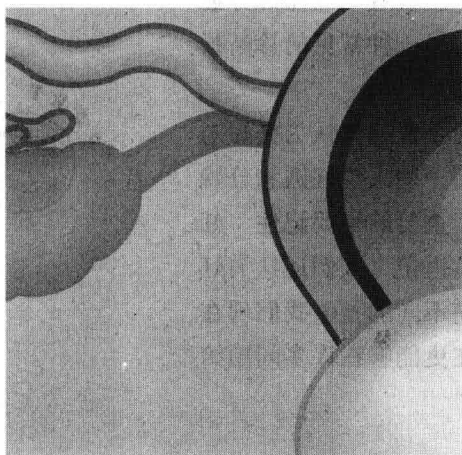
值进行比较。如果你的结果同平均值有着显著的差别，那么你就可能在该次荧光屏检查项目方面存在着问题。如果情况如此，最好是进行一次诊断检查，以确诊你是否真有问题。

荧光屏检查是这样设计的：它倾向于使诊断出的征候偏高而非偏低。也就是说，被要求进行诊断检查的妇女人数要大大多于被确认存在问题的妇女人数。这是有意安排的，使检查面比需要的大一些，这是一种预防措施，以防万一遗漏了需要治疗的某位患者。也就是说，如果你的一次荧光屏检查结果异常，你也用不着惊慌，因为你并不见得真有问题。当然，要求孕妇不慌张，就好比要求她别呼吸——这实际上是不可能的。

如果你的医生估计存在某个问题，他或她会安排诊断检查。这些检查的结果实际上就是一次诊断。这些检查包括超声波检查（它能部分显示正在发育中的胎儿）和（经腹壁）羊膜穿刺术。另一种常见的诊断检查是通过验血来确定葡萄糖浓度，以排除妊娠糖尿病。

也许你会问：干吗要进行产前检查？毕竟，现今普遍都认为妊娠对孕妇和胎儿实际上是没有危险的。甚至还可能听到一些人说妊娠和分娩是“自然现象”，意思是说，不会出事故。可是，重要的是要记住：妊娠方面出的问题也是“自然的”。事实上，直到本世纪，人们还认为妊娠无论对孕妇还是对胎儿都是危险的。现在与以前不同的是，我们现在已能很仔细地监控孕妇妊娠方面的问题。我们现在更能够在许多问题给母亲和婴儿造成伤害以前就较早地消除了隐患。







妊娠早期

First Trimester

妊娠早期包括前胚胎期，即第 3 至第 10 周期间。你可能会纳闷：第 1 周至第 2 周是什么情况？妊娠期的计算通常是以该孕妇的最后那次月经期为基准。这是因为多数妇女并不知道究竟是何时受孕的，但她们通常能记得自己最后那次月经期的第一天。

预产期的计算方法是在最后那次月经期的第一天加上 280 天（40 个星期）。产科医生和助产士实际上当然不会去做这种加法。他们运用“妊娠推算轮”（a pregnancy wheel）来推算，这种用塑料或硬纸片制作的轮盘，能指示出日历上的任何一个日子，加上 40 周就得出预产期。预产期并不是绝对的：只有 16% 的婴儿恰好在预产期出生。绝大多数的婴儿则是在 38 周至 42 周之间出生的。

妊娠早期，多数活动是在内部进行，而且这些活动还不少呢！孕妇不会明显显示妊娠，起始时甚至感觉不到已怀孕，但很可能会出现许多由妊娠引发的症状。这是因为发育着的胎盘产生激素，这些激素对母体器官产生各种效应。例如，妊娠早期，胎盘产生的激素已经开始对乳房起作用，从而为哺乳作准备。乳房的胀大可能导致暂时的乳房触痛感。人们都知道妊娠引起的恶心（孕妇晨吐〔morning sickness〕），而疲劳和体重增加也是很常见的。你甚至还会注意到，在妊娠期间，你会显得更漂亮。由于妊娠而引起血流量加快，毛发会生长得较快、较密。但分娩过后又会回到原样，这却令人遗憾。

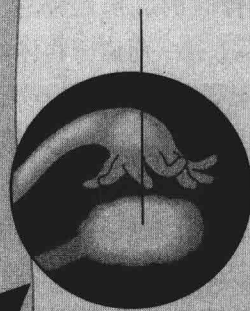
妊娠早期，胎儿经历着最复杂而重要的生长期。事实上，在这个时期内，人的生长速度比在妊娠的任何其他时期——童年或青春期等都快。受精卵不断地分裂着，分裂的细胞构成胚胎和胎盘。到 12 周时，全部外部结构和内部器官都已形成。胚胎能被轻易识别出是人的胚胎，并已经开始在羊膜囊内活动着。此后的 28 周内，胎儿成长着，并且各器官系统也在长成，但还没有发展新的结构。

妊娠早期：子宫内的胚胎

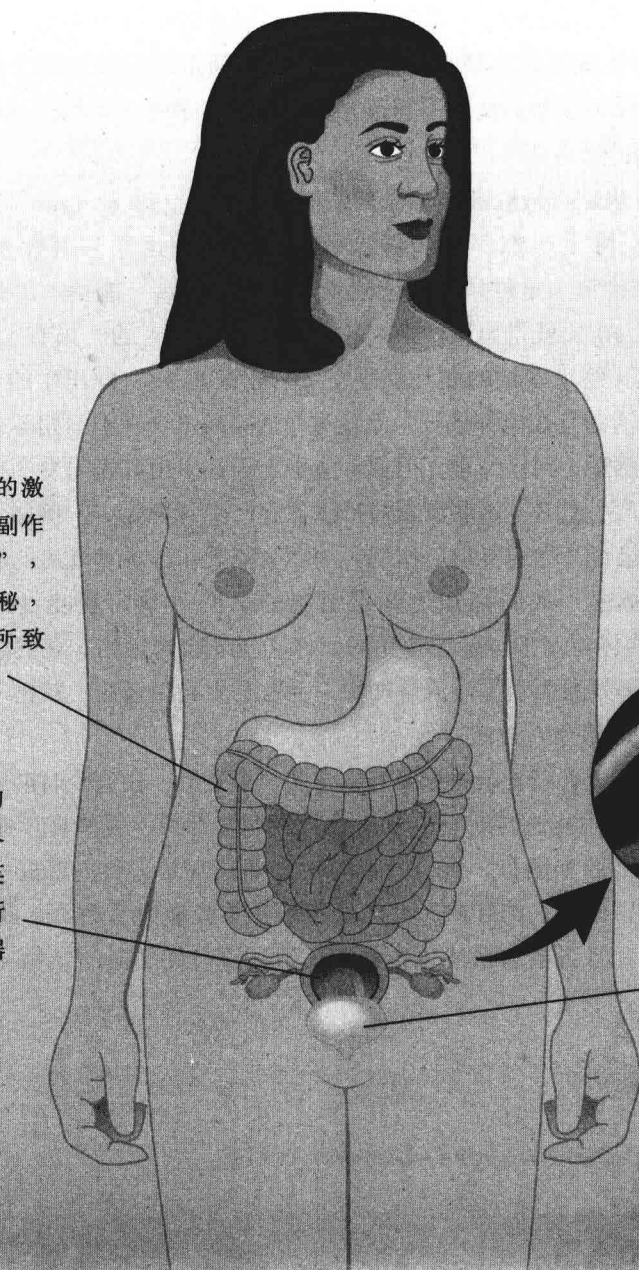
胃肠道 妊娠期产生的激素影响着消化系统。副作用不只是“孕妇晨吐”，还可能包括肿胀，便秘，以及（因胎儿生长所致的）心口灼热。

子宫 胚胎在子宫内的羊膜囊里受到保护。尽管胚胎的长度只有2英寸，但稍后却具备了所有外部结构和内部器官。

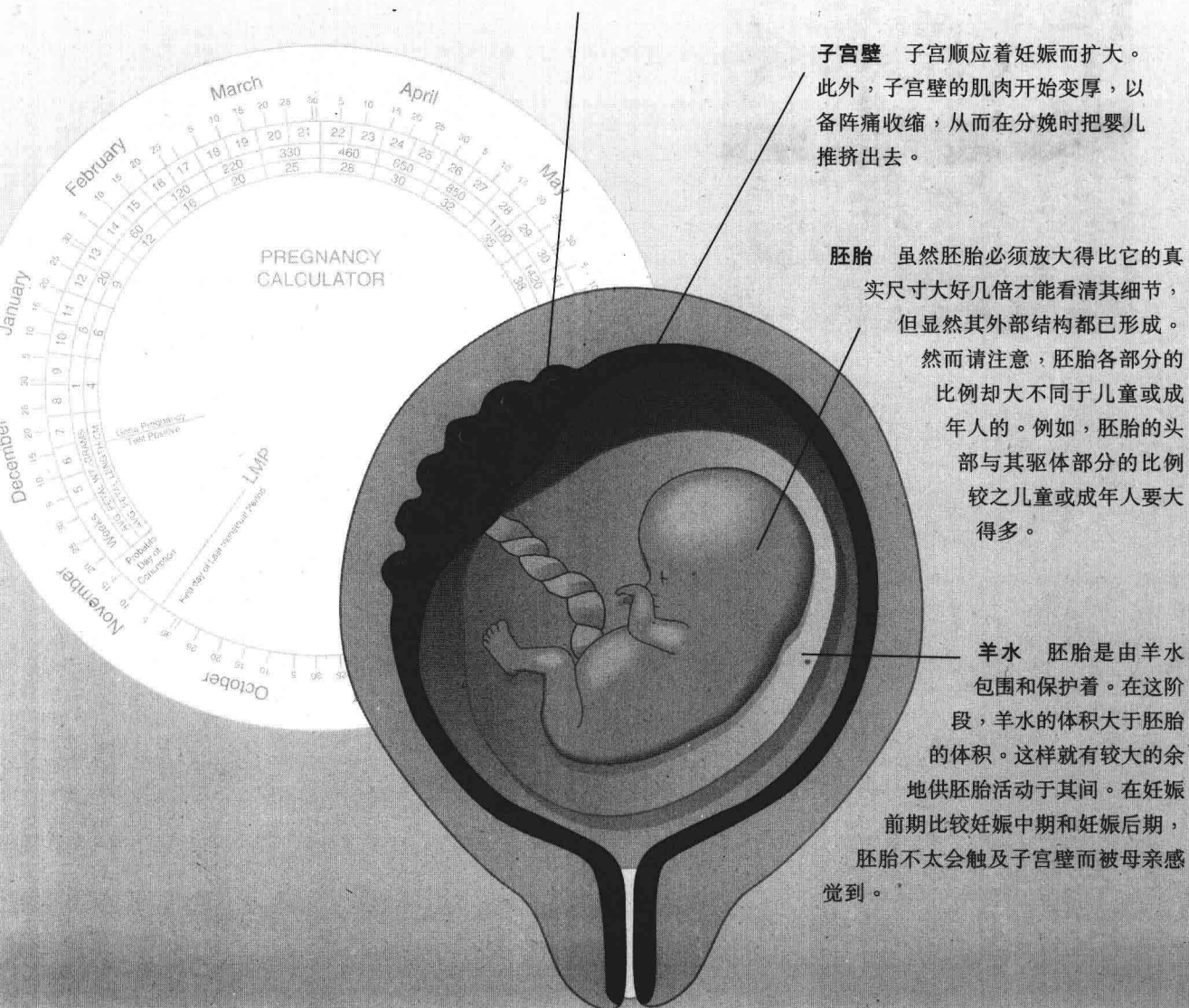
卵巢 在最初几周，卵巢产生激素支持妊娠。产生卵子的部位变成黄体，它是一个微小的激素制造厂，给母体供应所需的激素，直到胎盘能取代它。黄体能够长大，变成卵巢上的一个包裹，在前三月期作超声波检查时常常能看到它。这是一个正常现象，不必担心。

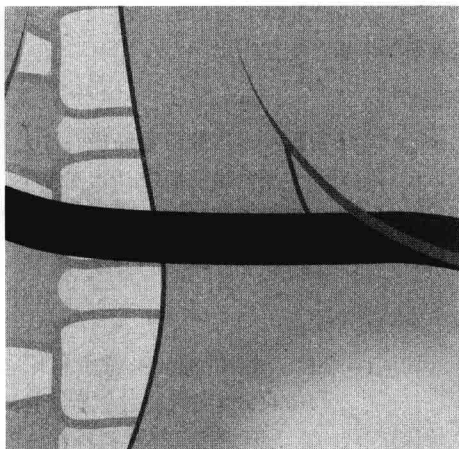


膀胱 注意瞧，子宫距离膀胱有多么近。难怪孕妇老想排尿——不断胀大的子宫的确在挤压膀胱。



胎盘 胎盘随着胚胎发育。除去从母体血液中吸取氧和营养物之外，胎盘还产生激素以供妊娠。胎盘所产生的激素之一是绒毛膜促性腺激素 (HCG)。它是由确定妊娠的验血测出的。即使在母亲月经要来的前一天进行验血，也能诊断出妊娠。换言之，只是在受精卵已经植入之后，才能在母体血液内测出绒毛膜促性腺激素。尿妊娠检验也能测出 HCG，然而其灵敏度低于验血的灵敏度，并且只有在月经期该来而未来时才能测出。







妊娠中期

Second Trimester

许

多妇女认为妊娠中期（即第 13 周至 26 周）是妊娠期的最佳阶段。其原因是：初期几个月的症状大都消除，并且妊娠后期的不舒适状态还没有到来。

现在，大家都能看出你是怀孕了！如果你还没有开始穿孕妇衣服，那么现在也差不多到了该穿的时候了。

每个星期你那发育着的宝宝——而今公认是胎儿——会长得更大一点儿了。在产前每次看医生时，产科医生都测量胎儿的生长情况，不过是间接测量。他或她是用卷尺测量，以测定从耻骨到子宫顶（又称宫底）的距离。

在妊娠中期，孕妇第一次注意到胎动，一般是在第 16 周至 20 周之间的某个时刻。然而，反射活动则是在胚胎期开始的，而且在孕妇感到以前，胎儿就开始活跃了。妊娠早期，胎动较弱，并且有较大的空间供其活动。因此，不至于发生胎儿用大力来踹子宫壁，致使妈妈都会有感觉到。

有经验的孕妇记得过去妊娠时的那些初始胎动，并且对即使是最微弱的胎动也能感到协调。这就是为什么她们能较早注意到胎动的缘故。在此妊娠期的稍后阶段，胎儿强健了许多，并且受到较大的约束。事实上，胎动变得如此激烈，以致从孕妇的腹壁都可以看出来。这些胎动能令其未来的母亲半宿难眠——未来的父亲如果同睡一床，离胎儿母亲很近，那么他也会难以入眠。

在整个妊娠中期，活命器官继续成熟。早于 24 个星期出生的婴儿被认为是不能成活的（太幼小，难幸存）。这是因为他们的肺发育还不够，难以呼吸氧气。到妊娠中期的最后几个星期，肺部才逐渐获得这种关键的肺活量。如果在新生儿强化护理装置内予以适当照料的话，26 周后出生的大多数婴儿能存活下来。这种早产婴儿的体重可能只有两磅，并且可能有极严重的问题。