

YUNCHANFU
BAOJIAN
QUANSHU

◎ 李增庆 主编

孕产妇保健全书



金盾出版社
JINDUN CHUBANSHE

孕产妇保健全书

主 编

李增庆

副主编

刘寿桃 李倬珍 张 静

编著者

于志强	方为民	尹 伶
王绍海	王金东	冯卫彤
代国红	孙国强	朱向阳
古 衍	余燕芳	郑 洁
郑秀华	李 武	周紫琼
	张建端	姚飞雁
	兆琼华	赵 坤
	董瑞卿	胡天兰



金盾出版社

内 容 提 要

本书由华中科技大学同济医学院妇幼保健专家李增庆教授联袂精英编著。全书共分34章,对如何做好孕产妇产保健,顺利孕产一个健康宝宝作了精辟的阐述,包括婚前检查、孕产准备、孕期保健、产前诊断、孕期并发症防治、分娩和产褥期保健,以及新生儿护理和母乳喂养等知识。其内容全面,图文并茂,通俗易懂,是孕产妇及其家人的良师益友,也是妇幼保健人员和基层医师必备参考书。

图书在版编目(CIP)数据

孕产妇产保健全书/李增庆主编. —北京:金盾出版社,2010.2
ISBN 978-7-5082-5945-1

I. 孕… II. 李… III. ①孕妇产保健—基本知识②产妇产保健—基本知识 IV. R715.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 145676 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京印刷一厂

彩页正文印刷:北京天宇星印刷厂

装订:北京天宇星印刷厂

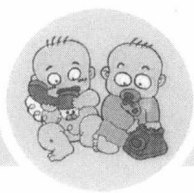
各地新华书店经销

开本:705×1000 1/16 印张:29.75 彩页:4 字数:483千字

2010年2月第1版第1次印刷

印数:1~11000册 定价:58.00元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

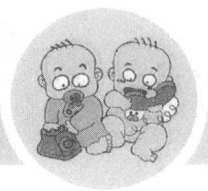


前言

要生育一个聪明健康的宝宝,必须了解女性和男性的生殖器构造、受孕的生理过程,还要做好孕前检查和准备,选择最佳受孕时间与受孕条件,更重要的是做好孕期保健和胎教,做好分娩和产褥期保健,做好新生儿护理和母乳喂养。

鉴于现代环境污染严重,生活节奏加快、竞争激烈、心理压力大等问题越来越突出,广大育龄夫妇如何才能生育一个健康、聪明、活泼、可爱的孩子,就要学习科学生育知识,在孕产保健过程做好以下保健措施:①孕产、哺乳期妇女对营养的需要量大增,但是营养过剩或不足,对准妈妈和胎儿的健康都是不利的,因此科学补充营养对孕产妇尤其重要。②各类中、西药物的药理毒性对孕产妇尤其是胎、婴儿的影响至关重要,孕期用药稍有不慎就会造成严重的不良后果,因此孕期用药必须慎之又慎。③口腔保健是孕产妇保健不可缺少的一个环节,忽视牙的健康和口腔感染是导致早产与低体重儿出生的重要原因之一,所以在整个孕产期必须遵医嘱做好口腔保健。④重视环境污染和社会因素对孕妇与胎儿的影响,避免电离辐射、气温、噪声等对孕妇和胎儿的伤害。⑤孕期可能会有许多并发症,在孕期保健中都必须引起高度重视,如妇科疾病合并妊娠的处理,内、外科疾病与妊娠的相互影响,以及出生缺陷的筛查、预防措施等。

受男尊女卑的封建社会影响,自古以来都认为怀孕生孩子似乎只是女人的事。现代社会则要求丈夫和妻子一起承担妊娠面临的各种问题,丈夫必须认识到在妻子孕、产期中应尽的责任和积极作用,为妻子的孕产期营造一个舒心、安静的良好氛围。



本书共分 34 章,详细介绍了与怀孕、分娩、育儿有关的婚前保健、孕前保健、孕期保健、分娩期保健、产褥期保健、哺乳期保健、新生儿期保健等知识。准备生育儿女的年轻父母,熟读书中介绍的孕产保健知识,并参照其做法,一定会平安度过孕产期,生育一个聪慧健康的小宝宝。

经过夜以继日的艰苦工作,《孕产妇保健全书》终于面世。这本书倾注了编著者大量的心血,有的甚至为此付出了健康的代价。但是,能帮助广大妇女获得全面的孕产保健知识,为孕、产妇和胎、婴儿的健康,为中国出生人口素质的提高,为中华民族的繁荣昌盛作出贡献,乃是令人值得欣慰的。本书难免存在缺点和不足,敬请广大读者和专家赐教,以便有机会再版时修正。

华中科技大学同济医学院
妇产科学与妇女保健学教授

李增庆

目 录



第1章 概述	(1)
一、女性与男性的生殖器官	(1)
(一)女性生殖器组成	(1)
(二)男性生殖器组成	(2)
二、受孕生理过程	(3)
(一)精子与卵子的形成	(3)
(二)受精卵与受孕过程	(4)
第2章 婚前保健	(6)
一、婚前保健的重要性	(6)
二、婚前医学检查	(7)
三、婚前卫生指导	(12)
四、婚前卫生咨询	(13)
第3章 孕前准备	(15)
一、选择最佳受孕年龄与时机	(15)
二、受孕生理、心理与保健	(17)
三、不宜怀孕的情况	(19)
(一)生理状况不佳	(19)
(二)心理状况不佳	(20)
(三)接触过环境中的不良因素刺激	(21)
(四)过度性生活	(21)
(五)工作或生活过度紧张	(22)
(六)不良嗜好未戒断	(22)
(七)有异常孕产史	(22)
(八)停用避孕药时间太短	(22)



(九)经济困难	(22)
四、孕前体检	(22)
第4章 环境和社会因素对孕产妇与胎儿健康的影响	(25)
一、环境中物理因素对孕产妇与胎儿的影响	(25)
(一)环境放射线的影响	(25)
(二)非电离辐射	(27)
(三)高温热的致畸作用	(29)
(四)气候、气压等对生育的影响	(30)
(五)振动对生殖功能及胚胎发育的影响	(31)
(六)噪声的影响	(31)
二、环境中有害化学因素对孕产妇与胎儿的影响	(32)
三、室内环境对孕妇与胎儿健康的影响	(35)
四、生活设施对孕妇与胎儿健康的影响	(37)
五、操作电脑与妊娠	(39)
(一)视屏作业可能产生的影响	(39)
(二)电脑对胎儿的影响	(40)
(三)电脑操作危害因素的防护措施	(41)
六、婚姻与孕产妇健康	(42)
七、职业对孕妇与胎儿健康的影响	(44)
八、吸烟对孕妇与胎儿健康的影响	(44)
九、孕妇嗜好饮酒与胎儿酒精综合征	(47)
第5章 早期妊娠诊断与妊娠反应	(48)
一、早期妊娠的诊断	(48)
(一)停经及症状	(48)
(二)妊娠试验	(49)
(三)早期妊娠的超声诊断	(50)
(四)黄体酮试验	(51)
二、妊娠反应及其处理	(51)
(一)早孕反应的原因与表现	(51)
(二)与妊娠反应有关的心理行为	(52)
(三)一般反应的对症处理	(53)

(四) 妊娠剧吐的处理	(53)
第 6 章 孕早期营养	(55)
一、孕早期需补充叶酸	(55)
二、孕期营养补充的种类	(57)
(一) 糖类与热能	(57)
(二) 蛋白质	(57)
(三) 维生素	(58)
(四) 钙和微量元素	(59)
三、孕早期的合理膳食	(61)
四、孕妇食物禁忌	(62)
第 7 章 孕期用药	(65)
一、胎儿各期发育特点与药物致畸	(65)
二、影响药物进入胚胎或胎儿体内的因素	(66)
三、孕期用药原则与分类	(67)
四、各类药物的药理毒性对胎儿的影响	(69)
第 8 章 妊娠早期保健	(75)
一、妊娠早期生理和心理特点	(75)
二、妊娠早期保健措施	(79)
三、孕期生活指导	(82)
四、预防接种与妊娠	(83)
第 9 章 产前检查与产前诊断	(85)
一、产前检查的内容及意义	(85)
二、胎产式、胎先露及胎方位	(87)
三、测量骨盆	(88)
四、胎儿发育成熟度检查与监护	(91)
五、产前诊断	(93)
第 10 章 自然流产	(96)
一、自然流产与胚胎停育	(96)
二、自然流产与胚胎停育的原因	(97)
三、自然流产与胚胎停育后的检查	(100)
四、自然流产的症状及防治措施	(101)

第 11 章 妊娠中期保健	(104)
一、妊娠中期生理和心理变化	(104)
二、妊娠中期的营养需要	(106)
三、妊娠中期监测与家庭自我监护	(108)
四、妊娠中期保健措施	(109)
五、乳房保健	(111)
六、创造和谐的家庭氛围	(113)
第 12 章 妊娠晚期保健	(116)
一、妊娠晚期生理变化特征	(116)
二、妊娠晚期心理特征	(119)
三、妊娠晚期的营养需要	(119)
四、妊娠晚期监测与家庭自我监护	(120)
五、妊娠晚期保健措施	(122)
六、高危妊娠评分及筛查	(124)
第 13 章 孕期逐月保健	(127)
一、孕 2 个月保健	(127)
二、孕 3 个月保健	(129)
三、孕 4 个月保健	(131)
四、孕 5 个月保健	(134)
五、孕 6 个月保健	(136)
六、孕 7 个月保健	(139)
七、孕 8 个月保健	(142)
八、孕 9 个月保健	(145)
九、孕 10 个月保健	(149)
第 14 章 高龄初产妇保健	(153)
一、高龄初产妇概况	(153)
二、导致高龄初产妇增加的因素	(154)
三、高龄初产妇在产科学上的特殊性	(155)
四、高龄初产妇与剖宫产	(158)
第 15 章 妊娠中晚期产科并发症	(162)
一、妊娠高血压疾病	(162)

二、多胎妊娠的诊断和处理	(166)
三、胎膜早破与早产	(171)
四、前置胎盘	(173)
五、胎盘早剥	(176)
六、妊娠期宫颈功能不全	(177)
七、过期妊娠与羊水量异常	(177)
八、胎位不正与下肢静脉曲张	(179)
第 16 章 胎儿生长受限	(181)
一、胎儿生长受限的病因	(181)
二、胎儿生长受限的类型	(182)
三、胎儿生长受限的诊断标准	(183)
四、胎儿大小的自我判断方法	(183)
五、胎儿生长受限的处理	(185)
第 17 章 孕产妇口腔保健	(187)
一、正常口腔应用解剖生理	(187)
二、妊娠期妇女口腔状况变化	(189)
三、妊娠期易患的口腔疾病	(190)
四、妊娠期妇女口腔疾病的治疗	(192)
五、口腔科常用药物使用原则	(194)
六、妊娠期妇女口腔保健	(196)
第 18 章 自然分娩与剖宫产	(200)
一、孕妇分娩前的准备	(200)
二、孕妇分娩的生理和心理特点	(202)
三、产科异常	(207)
(一)初产妇临产时胎头浮动	(207)
(二)产程延长	(207)
(三)子宫破裂	(208)
(四)羊水栓塞	(208)
(五)产科弥散性血管内凝血	(210)
(六)脐带异常	(210)
(七)产后出血	(211)

四、胎儿窘迫与新生儿窒息	(213)
五、分娩镇痛	(216)
六、异常分娩	(219)
七、会阴切开术	(220)
八、剖宫产	(222)
(一)剖宫产的影响因素	(222)
(二)剖宫产适应证	(224)
(三)剖宫产术前术后处理	(225)
九、新生儿预防接种	(226)
第 19 章 瘢痕子宫妊娠与分娩	(229)
一、瘢痕子宫再次妊娠的危险	(229)
二、瘢痕子宫再次妊娠时子宫破裂的表现	(230)
三、瘢痕子宫如何选择分娩方式	(231)
四、再次妊娠的时机与节育手术	(231)
第 20 章 产褥期保健	(233)
一、产褥期生理变化特点	(233)
二、产褥期可出现的病理特征	(236)
三、产褥期心理卫生	(241)
四、产褥期母乳喂养及常见问题处理	(243)
五、产褥期卫生要求	(250)
六、产后定期检查	(251)
七、产褥期营养	(252)
八、产后运动与康复	(253)
九、产后性生活与避孕	(256)
十、产后护理与保健	(257)
第 21 章 哺乳期保健	(259)
一、哺乳期乳房的特点	(259)
二、哺乳期妇女的心理特点	(261)
三、哺乳期营养与乳汁分泌	(261)
四、哺乳期妇女常见问题	(265)
五、哺乳期用药	(269)

六、哺乳期“性”福	(273)
七、哺乳期健美	(274)
第 22 章 丈夫在优生和妻子孕期保健中的作用	(278)
一、丈夫在妻子受孕前的自我保健	(278)
(一)避免影响精子质量的因素	(278)
(二)养护好精子	(280)
(三)有良好的生活环境和方式	(283)
(四)制订好家庭理财计划	(283)
二、丈夫在妻子孕产期保健中的作用	(284)
(一)丈夫在妻子孕早期保健中的作用	(284)
(二)丈夫在妻子孕中、晚期保健中的作用	(285)
(三)丈夫在妻子待产期的作用	(287)
(四)丈夫在妻子分娩中的作用	(289)
(五)丈夫在妻子产褥期与哺乳期保健中的作用	(291)
第 23 章 女性生殖器炎症与妊娠	(293)
一、妊娠期念珠菌外阴阴道炎	(293)
二、妊娠期滴虫阴道炎	(296)
三、妊娠期细菌性阴道病	(297)
四、妊娠期支原体与衣原体感染	(298)
第 24 章 性传播疾病与妊娠	(301)
一、乙型肝炎与妊娠	(301)
二、艾滋病与妊娠	(304)
三、人乳头瘤病毒感染与妊娠	(311)
四、淋病与妊娠	(314)
五、梅毒螺旋体感染与妊娠	(315)
第 25 章 母婴传播疾病与妊娠	(317)
一、TORCH 综合征	(317)
二、人巨细胞病毒感染与妊娠	(319)
三、单纯疱疹病毒感染与妊娠	(321)
四、风疹病毒感染、弓形虫病与妊娠	(323)
五、人类微小病毒 B19 感染与妊娠	(324)

· 六、其他病毒感染与妊娠	(328)
第 26 章 妇科疾病与妊娠	(329)
一、异位妊娠	(329)
二、多囊卵巢综合征与妊娠	(332)
三、高泌乳素血症与妊娠	(335)
四、有排卵功能失调性子宫出血与妊娠	(337)
五、女性生殖器官发育异常与妊娠	(338)
第 27 章 妇科肿瘤与妊娠	(341)
一、子宫肌瘤与妊娠	(341)
二、卵巢囊肿与妊娠	(342)
三、宫颈癌与妊娠	(343)
第 28 章 妊娠中晚期内科合并症	(345)
一、妊娠合并糖尿病	(345)
(一)妊娠妇女糖代谢的特点	(345)
(二)妊娠期糖尿病对母儿的影响	(346)
(三)妊娠期易患糖尿病的人群	(347)
(四)妊娠期糖尿病的筛查与诊断	(348)
(五)妊娠期糖尿病饮食调控	(349)
(六)产科处理	(351)
(七)妊娠期糖尿病的预防	(351)
二、妊娠合并心脏病	(351)
三、妊娠合并贫血	(354)
四、ABO 溶血病	(357)
五、妊娠合并肾脏病	(361)
六、妊娠期肝内胆汁淤积症	(362)
七、妊娠急性脂肪肝	(365)
八、慢性高血压合并妊娠	(366)
第 29 章 妊娠期合并外科疾病	(368)
一、妊娠合并阑尾炎	(368)
二、妊娠合并痔疮	(369)
三、妊娠合并腹股沟疝	(371)

四、妊娠合并甲状腺癌	(372)
五、妊娠合并乳腺癌	(373)
六、妊娠合并肠梗阻	(375)
七、妊娠合并肾结石	(376)
第 30 章 超声在孕产妇保健中的应用	(378)
一、产科超声检查的安全性与适应证	(378)
二、妊娠早期的超声应用	(379)
三、妊娠中晚期的超声检查	(381)
四、正常胎儿的超声检查所见	(383)
五、产前介入性超声检查	(383)
六、产后超声检查	(384)
第 31 章 新生儿特点与保健	(386)
一、新生儿的医学命名与分类	(386)
二、新生儿特点	(387)
三、新生儿保健	(391)
(一)新生儿用品筹备	(391)
(二)新生儿居室要求	(392)
(三)新生儿喂养	(393)
(四)新生儿护理	(399)
(五)早期教养	(403)
(六)新生儿抚触	(404)
(七)新生儿警告性体征	(406)
四、新生儿疾病筛查与家访	(406)
第 32 章 新生儿常见疾病防治	(409)
一、早产儿护理	(409)
二、巨大儿护理	(412)
三、新生儿缺血缺氧性脑损伤护理	(414)
四、新生儿寒冷损伤综合征	(415)
五、新生儿黄疸	(419)
六、新生儿肺炎	(421)
七、新生儿腹泻	(423)

八、新生儿败血症	(425)
第 33 章 出生缺陷	(427)
一、出生缺陷概述	(427)
二、出生缺陷监测	(429)
三、出生缺陷的原因与发病因素	(429)
四、常见先天性畸形	(431)
五、出生缺陷产前超声显像诊断	(436)
六、出生缺陷的预防	(437)
第 34 章 不孕不育与试管婴儿	(439)
一、不孕不育的定义与分类	(439)
二、不孕与不育的原因	(440)
三、不孕不育的诊断和治疗	(441)
(一)男方检查	(441)
(二)女方检查	(441)
(三)治疗	(443)
四、免疫性不孕不育	(445)
(一)男性自身免疫性不育	(446)
(二)女性自身免疫性不孕	(448)
五、试管婴儿	(448)
六、试管婴儿的并发症	(451)
七、试管婴儿孕妇的保健	(454)
八、试管婴儿技术中伦理道德法律	(456)

第 1 章

概 述

一、女性与男性的生殖器官

男性与女性的生殖系统均分为内生殖器和外生殖器两部分。

(一) 女性生殖器组成

1. 女性外生殖器

女性外生殖器包括阴阜、大阴唇、小阴唇、阴蒂、阴道前庭和会阴。阴阜隆起,上有阴毛;大阴唇肥厚;小阴唇有色素沉着。

2. 女性内生殖器

女性内生殖器包括卵巢、输卵管、子宫和阴道(图1,图2)。

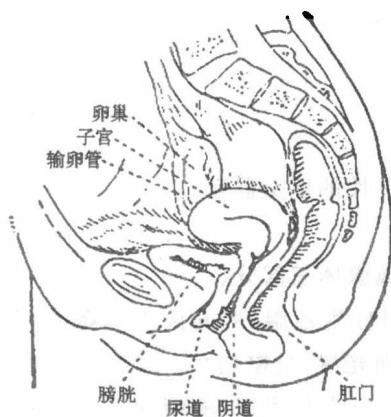


图1 女性性器官(纵断面)

(1) 阴道: 阴道为性交器官, 是月经血排出的通道, 亦是胎儿娩出的产道。阴道呈上宽下窄, 前壁长 7~9 厘米, 与膀胱、尿道相邻; 后壁长 10~12 厘米, 与直肠贴近。上端包绕宫颈, 下端开口于阴道前庭。阴道壁由弹力纤维、肌层和黏膜组成。阴道肌层由外纵及内环的两层平滑肌构成, 肌层外覆纤维组织膜, 其弹力纤维成分多于平滑肌纤维。阴道分泌物为酸性。

(2) 子宫: 子宫为一壁厚、腔小、以肌肉为主的空腔器官。腔内覆盖黏膜称子

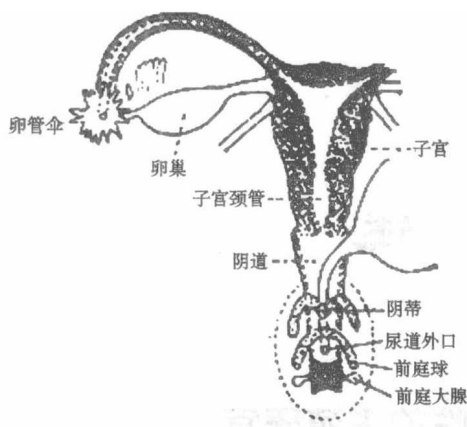


图2 女性性器官模式图

宫内膜,受性激素影响发生周期性变化并产生月经。子宫分为宫体与宫颈两部分,宫体明显增大,子宫颈占子宫全长的1/3。子宫长7~8厘米,宽4~5厘米,厚2~3厘米,重50~70克,宫腔容量约5毫升。子宫是孕育胎儿的器官,妊娠期子宫变得宽大,才能容纳胎儿,在分娩期子宫收缩将胎儿及其附属物娩出。

(3)输卵管:输卵管为一对细长而弯曲的管,是卵子与精子结合的场所和运送受精卵的管道,自两侧子宫

角向外伸展,即内侧与宫角相通,外端1~1.5厘米(伞部)游离,与卵巢接近,全长8~14厘米。青春期后管腔变宽、增粗,出现蠕动,黏膜有分泌作用,并有纤毛形成。输卵管是输送卵子、精子和受精卵的通道。

(4)卵巢:卵巢为一对椭圆形的性腺,具有生殖和内分泌功能,产生和排出卵细胞(又称卵子),同时又是内分泌器官,分泌性激素(主要是雌激素与孕激素)。生殖年龄的女性卵巢约4厘米×3厘米×1厘米大小,重5~6克。女婴出生时卵巢就是一个完整的器官,含15万~50万个原始卵细胞,称为原始卵泡。女性一生中只有300~400个卵泡有机会发育成熟。

(二)男性生殖器组成

1. 男性外生殖器

男性外生殖器包括阴囊和阴茎,后者是男性的性交器官。

2. 男性内生殖器

男性内生殖器包括睾丸、输精管道和附属腺体三部分。

(1)睾丸:睾丸是产生精子和雄激素的男性生殖腺,睾丸位于阴囊内,左右各一。睾丸为略扁的卵圆形实质性器官,表面光滑,呈橙白色。睾丸可分为内、外两面,上、下两端和前、后两缘。前缘游离,后缘与附睾、输精管下段接触,又称睾丸系膜缘,有血管、神经和淋巴管等出入,成年人睾丸的容积是12~25毫升(图3,图4)。