

主审：韩福金 周淳丽
主编：巩向玲 赵阁芳
隋媛媛 薛虹
姜晓静

让我们的宝宝 完美无缺

——出生缺陷预防与优生

学苑出版社

主审：韩福金 周淳丽
主编：巩向玲 赵阁芳
隋媛媛 薛虹
姜晓静

让我们的宝宝 白蛋白不缺

——妊娠期预防与优生

学苑出版社

图书在版编目(CIP)数据

让我们的宝宝完美无缺: 出生缺陷预防与优生 / 巩向玲等
主编. —北京: 学苑出版社, 2009. 9
ISBN 978-7-5077-3435-5

I. 让… II. ①巩… III. ①先天性畸形-新生儿疾病-预防(卫生)-普及读物②优生优育-普及读物 IV. ①R726.2-49
②R169.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 175612 号

责任编辑: 付国英 陈 辉

出版发行: 学苑出版社

社 址: 北京市丰台区南方庄 2 号院 1 号楼

邮政编码: 100079

网 址: www.book001.com

电子信箱: xueyuan@public.bta.net.cn

销售电话: 010-67675512、67678944、67601101(邮购)

经 销: 新华书店

印 刷 厂: 北京市广内印刷厂

开本尺寸: 850 × 1168 1/32

印 张: 7.375

字 数: 180 千字

印 数: 0001—5000 册

版 次: 2009 年 9 月第 1 版

印 次: 2009 年 9 月第 1 次印刷

定 价: 15.00 元

《让我们的宝宝完美无缺》

编写人员名单

主 审	韩福金	周淳丽	
主 编	巩向玲	赵阁芳	隋媛媛
	薛 虹	姜晓静	
副主编	刘 琳	车美芳	张清华
	房艳春	侯克霞	王伟红
	王玉云	郭兆旭	柳春华
	姜 鹏	管 丽	薛 芳

编写说明

近十几年来，先天性疾病已成为影响孩子健康的主要问题之一。我国每年约有20万到30万的先天性畸形儿出生。出生缺陷，给患儿家庭带来巨大的经济负担和沉重的精神打击，同时也给社会和国家造成沉重负担。

预防措施的采取积极，可以显著减少出生缺陷的发生，可以有效降低出生缺陷的危害。相关调查研究已经证实，妇女在孕前和孕早期每天服用0.4毫克叶酸就可以预防大部分胎儿神经管畸形的发生。即便出生缺陷已经发生，如果发现早、处理及时得当，有些也是可以得到矫正或改善其生存质量的。

本书以门诊常见的各类优生咨询为出发点，从什么是出生缺陷、常见出生缺陷的诊断和治疗、出生缺陷三级预防以及与出生缺陷预防有关的各类政策法规等五个章节详细介绍了出生缺陷及其三级预防知识。期望现在和未来的父母们都能够采取切实的预防措施，让所有的孩子都能健康、快乐、完美无“缺”。

本书在编撰过程中虽力求严谨，但不当之处在所难免，敬请广大读者和同道指正，以便再版时予以修订。

如果读者还有从本书中没有找到答案的问题，可以访问青岛经济技术开发区生殖健康网（www.qk365.net），或拨打86995101、86996631咨询电话，获取进一步的帮助。

本书编委会

2009.1.1

目 录

第一章 优生门诊经常遇到的优生咨询.....	1
第一节 出生缺陷.....	1
第二节 孕前优孕.....	4
第三节 孕期优生	11
第四节 新生儿避免出生缺陷危害的措施	18
第二章 正确认识出生缺陷	22
第一节 出生缺陷定义	22
一、认识出生缺陷	22
二、人们对出生缺陷的认识过程	23
三、我国出生缺陷的概况	24
第二节 出生缺陷的常见危险因素	27
一、遗传因素	27
二、不良环境因素	34
三、营养不良或过盛	42
四、不良生活习惯	48
第三节 出生缺陷与胎儿发育的关系	49
一、宫内宝宝成长阶段	49
二、胚胎期宝宝的发育	50
三、胎儿宝宝的发育	53
四、胎儿发育容易发生出生缺陷的阶段	57
第三章 常见的出生缺陷	60
第一节 神经系统畸形	60

一、神经管畸形	60
二、小头畸形	63
三、先天性脑积水	64
第二节 五官畸形	65
一、唇腭裂畸形	65
二、眼部畸形	67
三、耳部畸形	68
第三节 消化系统畸形	69
一、先天性小肠闭锁或狭窄	69
二、先天性巨结肠	70
三、先天性食管闭锁	70
四、先天性直肠肛门闭锁	70
第四节 先天性心脏病	71
一、先天性心脏病的定义	71
二、常见的先天性心脏病类型	72
第五节 泌尿生殖系统畸形	74
第六节 遗传代谢病	76
第七节 其他畸形	79
一、皮肤畸形	79
二、联体双胎	80
三、单基因遗传病	81
四、染色体病	81
五、肢体畸形	82
第四章 出生缺陷三级预防措施	85
第一节 出生缺陷一级预防（孕前保健）	
——防止出生缺陷的发生	85
一、合理营养	85
二、营造健康的社会心理环境	86

三、选择最佳生育年龄和受孕时机	87
四、一级预防干预措施	88
第二节 出生缺陷二级预防（孕期保健）	
——减少出生缺陷儿的出生	91
一、孕早期保健	91
二、孕中期保健	97
三、孕晚期保健	106
第三节 出生缺陷三级预防	
——积极参加新生儿筛查，及早发现出生缺陷儿	
.....	109
一、新生儿疾病筛查	109
二、进行新生儿疾病筛查的有效时机	109
第五章 生殖健康保健——预防出生缺陷的基础	111
第一节 女性生殖系统简介	111
一、阴道	111
二、子宫	112
三、输卵管	113
四、卵巢	113
第二节 常见生殖道感染	114
一、生殖道感染	114
二、常见生殖道感染性疾病	115
第三节 性传播性疾病	118
一、了解性病	118
二、正确对待性病	119
三、常见性传播疾病	120
第四节 避孕知情选择	123
一、避孕的原理和方法	124
二、避孕方法的选择	124

三、有关常用避孕方法——宫内节育器的几点说明	127
四、其他避孕方法简介	130
第六章 相关法律法规和文件	136
中华人民共和国母婴保健法	136
中华人民共和国母婴保健法实施办法	142
中华人民共和国人口与计划生育法	151
计划生育技术服务管理条例	159
《中国提高出生人口素质、减少出生缺陷和残疾行动 计划（2002~2010）》	167

第一章 优生门诊经常遇到的优生咨询

第一节 出生缺陷

1. 我的邻居生了一个“怪胎”，这是怎么回事？

“怪胎”是老百姓的一种说法，医学上叫做“出生缺陷”。出生缺陷是孩子在妈妈肚子里还没有生出来之前就得的各种病和异常的一个总称。得了出生缺陷的孩子，或是身体的某些部分，如胳膊、腿、鼻子、眼睛、心脏等长得和正常的孩子不一样，或是某些器官，如鼻子、眼睛、耳朵等的功能和正常的孩子不一样。

2. 我国每年有那么多出生缺陷的孩子出生，造成出生缺陷的原因有哪些？

常见的导致出生缺陷的原因有三类。一是母亲在怀孕前和怀孕期间微量营养素不足，如叶酸、碘缺乏等。二是环境致畸因素的影响，如：妇女在怀孕期间感染了风疹、巨细胞等病毒或梅毒螺旋体；接触了汞、铅、苯、农药、X射线等有毒有害物质；使用了某些致畸药物。三是遗传因素，主要是家族中有遗传病史。

3. 婆婆说：“每年有成千上万的孩子出生，哪儿有那么巧就轮到我们家孩子有问题。”这是真的吗？

这种侥幸心理万万要不得。虽然不是每个孩子都会得出生缺陷，但每个孩子都有可能得出生缺陷。如果因为你的疏忽让这个

可能落到了你家，那你们一家的生活和孩子的一生都会因此而改变，幸福的家庭将蒙上永远挥之不去的阴影。

4. 孩子最容易得的出生缺陷有哪些？

身体的任何部分都有可能出问题，但我们现在看得比较多的出生缺陷有先天性心脏病、神经管畸形（主要包括无脑儿和脊柱裂）、唇腭裂、先天愚型（医学上叫 21-三体综合症），多指（趾）和脑积水等。

5. 出生缺陷对孩子有哪些危害呢？

患有严重出生缺陷的孩子可能还没生下来就死在妈妈肚子里，或生出来以后很快死亡；有的即使活下来了也会留下严重的后遗症，造成终生残疾；较轻的出生缺陷有的可以进行治疗或手术，但可能会留下后遗症。有出生缺陷的孩子不仅身体上受到很大影响，他们的家庭遭受的精神打击可能会更大。

6. 孩子出生是“一字脚”，怎么办？

“一字脚”在医学上叫马蹄足，是一种较常见的先天性畸形。一旦发现孩子患有马蹄足，应及早治疗，孩子出生 6 个月以内治疗效果比较好，多数可以治愈。

7. 先天性耳聋的孩子还能恢复听力吗？他有可能学会说话吗？

对于先天性耳聋的患儿，应从婴儿时期开始进行听力、语言方面的功能训练，越早干预，恢复的可能性越大。随着孩子听力的恢复，因耳聋造成的语言障碍也会逐渐克服，他会开口叫你“妈妈”的。这种功能训练可以在有条件的医院进行，也可以到当地残联的聋儿康复中心进行。

8. 遗传病能预防吗？

目前对大多数遗传病还没有办法治疗，但是一部分遗传病是可以预防的。通过婚检或孕前的遗传咨询、孕期产前诊断、孩子出生后的检查等措施，是可以避免一部分遗传病发生的。

9. 我生孩子住院时，旁边一位妇女的孩子在出生时背上有一个鼓包，那是什么病呀？

那个孩子得的病叫“脊柱裂”，是孩子在妈妈肚子里时脊柱没有长好的结果。如果孩子的头没有长好就会发生“无脑畸形”。脊柱裂和无脑畸形又叫做“神经管畸形”。脊柱裂对孩子身体的影响很严重，有些可能在出生后一岁以内就死亡，轻的可能经过手术而短暂站立，但随着年龄增长会越来越严重，一辈子下肢瘫痪，站不起来，伴随大小便失禁。

10. 我同学的孩子得了先天性心脏病，10岁就夭折了，那是一种什么病啊，没有办法治好吗？

先天性心脏病是孩子在妈妈肚子里时，心脏没有发育好的一种出生缺陷。引起这种出生缺陷的原因目前还不是很清楚，可能与遗传、风疹病毒感染、接触有毒有害物质或微量营养素的缺乏有关。孩子出生后如果在哭的时候出现嘴唇发青，应尽快去医院检查心脏。如果查出来有先天性心脏病，就要积极治疗。很大一部分先天性心脏病经过手术是可以避免死亡的，但严重的先天性心脏病可能手术效果不太好。

11. 我见过一位脊柱裂患者，25年了他从未站起来走路，手术治疗能帮助他站起来吗？

很遗憾，目前这只能是个美好的愿望。因为脊柱裂是脊柱和脊柱里面的脊髓没长好，所以没有办法恢复。手术只能避免患脊柱裂的孩子死亡，但不能帮助他站起来。

12. 我生的第一个孩子是无脑儿，如果再怀孕，生的第二个孩子还会是无脑儿吗？

有可能。如果不采取任何预防措施的话，生的第二个孩子是无脑儿或脊柱裂的可能性更大，要比第一次生神经管畸形的可能性大十倍到二十倍。

13. 有些人生了有出生缺陷的孩子，心里感到内疚，甚至不敢再要孩子了，有必要吗？

大多数生了出生缺陷孩子的父母都感到很内疚，觉得自己做错了什么。其实到目前为止，大多数孩子得出生缺陷的具体原因还不知道。但是，如果准备生孩子，在怀孕前和怀孕后采取一些措施，孩子得出生缺陷的可能性就小；相反，如果有些事情没有注意，那么孩子得出生缺陷的可能性就大。所以尽可能多地了解孕育健康宝宝的知识对准备怀孕生孩子的夫妇是非常重要的。

14. 什么是出生缺陷三级预防措施？

一级预防措施是在孕前和孕早期采取的措施，以预防出生缺陷的发生；二级预防措施是在孕期采取的产前筛查和产前诊断，以避免严重出生缺陷儿的出生；三级预防措施是在新生儿出生后对新生儿疾病进行筛查，以早期发现应治疗的新生儿疾病和异常。

15. 现在我们国家对预防出生缺陷采取了哪些行动？

卫生部、中国残联从2002年7月开始在全国实施《中国提高出生人口素质、减少出生缺陷和残疾行动计划（2002～2010）》，每年在全国开展预防出生缺陷的宣传活动、对全国的妇幼卫生和医疗保健人员进行专业培训、推广落实预防出生缺陷的一、二、三级措施等。2005年卫生部确定每年的9月12日为“中国预防出生缺陷日”，以进一步宣传预防出生缺陷，提高公众的知晓度。

第二节 孕前优孕

1. 家居环境污染对孕妇和胎儿有害吗？

目前，由于家庭和写字楼装饰装修造成的室内环境污染已经

成为危害人们健康的重要因素。装饰材料中的游离甲醛可引起妇女月经紊乱和月经异常；装饰装修中使用的油漆、涂料、和胶粘剂造成的苯污染容易造成胎儿发育畸形和流产；建筑、装饰材料产生的放射性污染容易造成女性不孕和胎儿畸形。

2. 婚前保健的内容有哪些？

《母婴保健法》第7条规订婚前保健技术服务的法定内容为：婚前医学检查：对准备结婚的男女双方可能患影响结婚和生育的疾病进行医学检查；婚前卫生指导：关于性卫生知识、生育知识和遗传知识的教育；婚前卫生咨询：对有关婚配、生育保健等问题提供医学意见。

3. 婚前保健的意义有哪些？

①有利于男女双方和下一代的健康；②有利于提高出生人口素质；③有利于促进夫妻性生活的和谐；④利于有效地实现调节生育的计划。

4. 婚前卫生指导的内容是什么？

①有关性卫生的保健和教育。②新婚避孕知识及计划生育指导。③受孕前的准备、环境和疾病对后代影响等孕前保健知识。④遗传病的基本知识。⑤影响婚育的有关疾病的基本知识。⑥其他生殖健康知识。

5. 我和姨表哥从小一起长大，感情很好，身体也很好，可以结婚吗？

你和姨表哥是三代以内的旁系血亲，你们的结合属于近亲结婚。近亲结婚所生的孩子死亡率比非近亲结婚的高出3倍；得遗传性疾病的可能性比非近亲结婚的高出150倍，所以你们不可以结婚。

6. 我已经三十岁了，可工作太忙，想过几年再怀孕可以吗？

妇女最好的生育年龄是25~30岁，这个年龄段的女性身体和心理状况成熟稳定。如果妇女超过35岁以后才怀孕生孩子，

不仅会增加孩子发生先天愚型等出生缺陷的危险性，而且还容易发生自然流产、葡萄胎、早产；另外高龄妇女怀孕时也容易得高血压和糖尿病。所以建议你最好在 35 岁前怀孕生孩子。

7. 我平时不喝酒，但是我丈夫喜爱喝酒，会影响孩子健康吗？

你丈夫如果在你们准备怀孕时还大量喝酒，那么酒精会影响精子的质量，甚至导致出生缺陷的发生。所以建议你丈夫在你们准备怀孕时就开始戒酒，直到你怀孕。

8. 我准备要个宝宝了，应该怎样增补叶酸，您能给我一些建议吗？

好啊，建议你从准备要孩子时开始每天服用 0.4 毫克的叶酸增补剂，一直服用到妊娠满三个月，有条件的话也可以服用到生完孩子后喂奶的时候。

9. 为什么要从怀孕前增补叶酸，怀孕后再开始增补叶酸可以吗？

妇女怀孕后的两个月内是胎儿神经系统发育的关键时期，这个时候如果叶酸缺乏，神经管畸形发生的危险性就会大大增加。但在现实生活中，多数妇女知道自己怀孕是在受孕 30 多天以后，而这个时候再增补叶酸，已经错过了预防神经管畸形的关键时期。更何况，我国妇女体内普遍缺乏叶酸，而纠正叶酸缺乏的状态，是需要一定的时间的。因此叶酸的增补应该从怀孕前三个月开始而不能等到怀孕后。

10. 我两年前做过婚前保健，现在要怀孕还需要做孕前保健吗？

当然需要。孕前保健和婚前保健在内容上有一些相近，但重点不同。更重要的是，你已经结婚两年了，工作环境、生活习惯、身体状况和心理适应发生了很多变化，在准备怀孕的时候，做一下健康咨询及健康体检是很有必要的。

11. 我们俩的身体一直很好，结婚前还需要做婚前保健吗？

婚前保健的目的是为了对准备结婚的青年男女提供心理指导、卫生指导和婚前医学检查，及时发现男女双方可能存在的影响结婚和生育的健康问题，并给予纠正或采取预防措施，以保障婚后双方的健康及未来胎儿的健康。你们平时看起来是很健康，但有些情况表面看不出来，比如是否携带乙肝病毒等只有通过检查才能发现。假如真有情况，在结婚前做好检查和处理，就可以避免传染给对方和下一代。

12. 我想要一个健康的宝宝，怀孕前要做哪些准备呢？

首先，你要确定自己不是近亲结婚和大龄生育；其次，如果有慢性病或传染病要赶紧治疗；接下来你要注意改善饮食，加强营养，增补叶酸、碘等营养素；最重要的是要养成良好生活习惯，戒烟酒，远离毒品，保持精神愉快；避免接触有毒有害物，不乱用药。必要时在怀孕前三个月接种完风疹和乙肝疫苗。

13. 我曾经生过一个脊柱裂孩子，现在打算再怀孕应该怎么办？

你这种情况再怀孕孩子是脊柱裂的可能性要比第一次大，应该采取有效的预防措施。建议你加大叶酸增补剂的剂量，每天服用0.8毫克叶酸增补剂，从怀孕前三个月开始，一直服用到妊娠满三个月，也可以服用到生完孩子后喂奶的时候。

14. 我准备怀孕了，家里人建议我去做孕前保健，有必要吗？

怀孕前到医院做孕前保健是很有必要的，通过健康检查和咨询，在医生的指导下采取一些行之有效的措施，就能确保你们有健康的身体和良好的受孕条件。这就像种庄稼一样，有了肥沃的土地、精良的种子还愁没有好庄稼吗？所以我们提倡“生健康宝宝，从孕前做起”。

15. 准备怀孕前夫妻双方应做什么项目检查？

怀孕前夫妻双方要做一些遗传病的检查；乙肝、结核病、梅

毒、艾滋病等传染病的检查；影响生育的疾病如男性尿道下裂、隐睾，女性生殖道畸形或生殖道感染的检查；女性还要做慢性疾病如高血压、心脏病、糖尿病、甲状腺功能亢进的检查及风疹病毒、巨细胞病毒和单纯疱疹病毒感染等检查。

16. 我在纺织厂工作，车间里噪声很大，如果想要宝宝该怎么办？

怀孕期间接触强烈噪声，特别是大于 100 分贝的噪声，会造成孕妇妊娠高血压综合症和妊娠剧吐，造成胎儿早产、出生后体重低、听力受损，并可能对胎儿的脑发育产生不良影响。妇女在妊娠期间应暂时调离噪音强度超过 85 分贝的作业岗位，以保护胎儿神经系统的正常发育。如果你所在车间的噪音强度超过这个规定，应该向领导提出申请调换工作，离开有强噪音岗位后再怀孕。

17. 我知道有毒有害物质会引起出生缺陷，但生活中哪些是有毒有害物质？

对孕妇和胎儿有影响的有毒有害物质有：铅、汞、苯、砷、甲苯、二硫化碳、氯乙烯、苯乙烯、麻醉性气体和多种农药。含有这些物质的用品我们随处可见，如电池、油漆、塑料中含有铅，橡胶、油漆、工业胶水、涤纶、燃料、皮革中含有苯，温度计、血压计、日光灯中含有汞（即水银）以及汽车尾气等等。

18. 我家的猫咪和我最好，现在我准备怀孕了，非得要把它送走吗，为什么呀？

猫身上尤其是它们的粪尿中有弓形虫，当你与它们密切接触或处理它们的粪尿时，你很有可能被弓形虫感染。弓形虫可进入胎盘而造成胎儿先天感染，发生早期妊娠流产、胎儿畸形、早产及死胎。怀孕的妇女如果感染这种病后生下的婴儿，可能会患有先天性失明、脑积水等出生缺陷。所以你准备怀孕前最好将它们