

您想生育健美的孩子吗



WUSHE WUYU WUCIAO

编 者 的 话

生育一个健美聪明的孩子，这是人们的共同心愿。为了帮助大家如愿以偿，我们从全国各地计划生育刊物上挑选了有关的科普小品五十篇，分为选择配偶的科学知识、婚育年龄的科学知识、蜜月里的科学知识、避孕的科学知识、生男生女的科学知识、优生的科学知识、围产期的科学知识、优生优教的科学知识等八大类，并按照上述顺序汇编成这本小册子。

这本小册子里的科普小品，文字精炼、生动，科学性、思想性、趣味性都较强，你读后定能获得许多知识，受益不浅。

这本小册子中汇辑的文章，有个别地方编者作了一点小的修改，而未能征求作者的意见，特在此表示歉意。

一九八四年十月



选择配偶的科学知识

近亲分四等 恋爱要注意.....	(1)
近亲结婚容易引起哪些病?	(2)
“月亮儿女”和“鸵鸟人”	(3)
恋爱时为什么要了解对方父母身体情况?	(4)
同病不宜相恋.....	(5)

婚育年龄的科学知识

科学选择结婚年龄.....	(6)
最佳的生育年龄.....	(7)

蜜月里的科学知识

新婚当心“蜜月病”	(8)
怎样防治蜜月性膀胱炎.....	(9)

避孕的科学知识

这些方法避孕不可靠.....	(10)
多种多样的避孕方法供大家选择.....	(11)

生男生女的科学知识

生男育女决定于谁.....	(13)
---------------	------

“女儿村”的由来.....	(14)
---------------	------

优生的科学知识

尼古拉驾崩之谜.....	(15)
近亲婚配结苦果.....	(16)
为什么会发生胎儿畸形.....	(17)
患了哪些病不宜怀孕.....	(20)
酒醉忌同房.....	(21)
怀孕最佳季节.....	(21)
优生七字经.....	(22)
孕妇“五要”“十注意”.....	(22)
孕妇服药应当谨慎.....	(23)
注意孕妇营养,为养一个健康的孩子创造条件.....	(25)
烟危及后代.....	(26)
让你的孩子更聪明.....	(27)
孕妇情绪和胎儿智力.....	(28)
孕妇不应偏食.....	(29)

围产期的科学知识

为什么有些人怀孕后容易流产.....	(30)
孕妇有病该不该吃药.....	(30)
孕妇睡姿宜左侧.....	(32)
产妇为什么宜吃红糖.....	(32)

优生、优教的科学知识

宝宝问世母应知.....	(33)
--------------	------

婴幼儿卫生保健常识.....	(34)
嘴对嘴喂孩子不好.....	(35)
怎样预防婴幼儿消化不良症.....	(36)
喂奶的妈妈不能滥用药物.....	(36)
婴儿满三月 饮食添蛋黄.....	(37)
怎样断奶.....	(38)
婴儿喝奶少放糖.....	(38)
小儿不能多吃糖.....	(39)
治婴幼儿软骨病不能光吃钙片.....	(40)
防止小儿气管异物.....	(41)
学前儿童怎么会患近视眼?	(42)
孩子的牙齿为什么会变黄.....	(43)
你的小孩智能发育正常吗?	(44)
如何辨别婴儿的哭声.....	(45)
不带一米以下的儿童入影剧院.....	(46)
儿童在生活里学什么.....	(46)
孩子由谁带好?	(47)
曾子杀猪.....	(48)

近亲分四等 恋爱要注意

我国第五届全国人民代表大会第三次会议通过的《中华人民共和国婚姻法》明文规定：“直系血亲和三代以内的旁系血亲”禁止结婚。

什么是血亲呢？血亲就是近亲，根据人类遗传学家们的意见，近亲分为四等：

一等近亲：父女、母子之间。

二等近亲：祖孙(甥)之间和同胞兄弟姐妹（包括同父异母兄弟姐妹）之间。

三等近亲：叔舅姑姨同侄儿侄女、侄甥侄甥女之间。

四等近亲：堂表兄弟姐妹之间。

上面所说四个等级的近亲男女之间是禁止结婚的。因此，希望未婚男女谈恋爱的时候千万要注意。



近亲结婚容易引起哪些病？

• 魏 汉 杰 •

我国新婚姻法规定：“直系血亲和三代以内的旁系血亲”禁止结婚。直系血亲是指同一父母子女，旁系血亲是指同祖父母或同外祖父母的“姑表”、“姨表”兄弟姐妹，这些都称近亲。

近亲结婚容易引起隐性遗传病的发生，常见的有白化病，俗称羊白头，即头发、汗毛、眼毛、皮肤等都是白的。垂体性侏儒症，即头大、个矮、白痴，俗称傻瓜。苯丙酮尿症，即智力低下，出生三、四个月後，智力逐渐低下，表情呆滞，发育迟缓，说话、站立、走路的本能显著落后。血友病，仅有轻微损伤，即出血不止，其凝血时间异常延长，可能失血而死。此外还有精神病，先天性心脏病、聋哑、色盲等。

（原载哈尔滨市《计划生育通讯》）

“月亮儿女”和“鸵鸟人” 晓晶摘自《妇女生活》

在大西洋里，有一个与世隔绝的小岛，名叫林 亨伊 斯岛。相传在那里住着“月亮儿女”，他们有着雪白的皮肤和透明的头发，他们都有喜爱月亮害怕太阳的习惯。所以，白

天很少出外活动，一到风平浪静、月亮皎洁的夜晚，他们就聚集在沙滩上载歌载舞，尽情欢唱。1972年，一支考察队来到这里，发现这些“月亮儿女”都是近亲结婚所引起的“白化病”患者。

在非洲南罗得西亚的原始森林里，生活着一个与世隔绝、近亲婚配的部族。这个部族



△ 鸵鸟人

里的许多人的脚只长有两个趾头，形如鸵鸟的脚爪，故称“鸵鸟人”。



恋爱时为什么要了解

对方父母身体情况

吴旭东

这个问题的提出，有人会反对，恋爱与对方父母的身体情况有什么相干呢？由于近代遗传学的飞速发展，到目前为止，已经发现很多疾病与遗传有关。遗传：就是上一代的特征传给下一代。原来人的细胞核里都有四十六个染色体，每个染色体上又划分很多小段，这些小段就存在着遗传的基因。精子和卵子也都各有二十三对即四十六个染色体，在受精时都减半分裂各拿出一半染色体，结合而成新的二十三对即四十六个染色体。这就是受精卵，是下一代生命的开始。

遗传性疾病就是由基因传给后代的。受精卵既然是父母双方各半数的染色体，因此，父母任何一方有遗传性疾病就有可能传给下一代，有的显性，有的隐性。例如父母一方有精神分裂症，其子女可能健康，但是再下一代也可能出现一个精神分裂症。

青年男女在恋爱时，除了理想、情操、道德方面的标准以外，都希望找一个标致而又健康的对象。但是真正找到一个健康的对象也很不简单，因为遗传性疾病在很多情况下是隐性的，外表是健康的。但是有一条根本规律：就是任何人都是其父母所生，因此，了解对方的父母实属必要。过去在民间，虽然不谈遗传学，但是也懂得帮助子女选配对象时，要了解一下对方的父母、祖父母以及外祖父母的健康情况，这是很有道理的，是科学。

(原载贵钢《计划生育》报)

同病相怜是指同样遭遇或病痛的人，往往会互相怜惜，这本是人之常情。但是如果同病相恋，那就很不妥当了。因为男女青年中患有相同遗传性疾病的人结婚，后代就更容易患同样的疾病。

如果男女双方都患有同样的隐性遗传病，如先天性聋哑、先天性视网膜色素变性等，那么一般来说，他们生下来的后代就会全部和双亲一样得这类病。有一种很严重的糖尿病，患者从儿童期或成年期就开始得病，只有终生有规律地注射胰岛素才能控制。如果父母都是这种糖尿病患者，那么子女就会100%得此病。

假使青年男女都有显性遗传病，如尿崩

同病不宜相恋

戴宝柱

症、多襄肾神经纤维瘤等，那么他们婚后生下的孩子中，就有75%得这样的疾病。

除了显性和隐性遗传病外，另有一种多基因遗传病。这是由两对以上的基因决定的，其中又有环境因素的作用。精神分裂症、兔唇和腭裂畸形等就属于这类病。如果同病者结婚，在后代中，这种病的发病率就会大为增加。

总之，同病相恋是极其有害的。但有些先天性聋哑或盲人，考虑到婚后能长期和谐相处，不得已，只得与同种病人结合。对此，可以建议：类似上述残疾病人，可以与不同类型的病残者结婚，防止对后代造成遗传性危害。

(原载延边朝鲜族自治州《人口宣传》)

科学选择

结婚年龄

树岩辑



“男大当婚，女大当嫁”，古今中外，无不如此。那么，青年男女什么时候结婚比较合适呢？

这是大家普遍关心的问题，也是医学家和社会学家不断研究、探讨的问题。

我国新婚姻法规定：“结婚年龄，男不得早于二十二周岁，女不得早于二十周岁”。虽然男女达到了这个年龄，性发育已成熟。这一规定照顾到了青年人的生理和心理特点，符合广大青年的心意。但是，从医学角度来看，男二十二周岁，女二十周岁，并不是最合适最理想的婚龄。因为人的高级神经系统和骨骼系统的发育完善，都要比这个年龄延迟一些时候。据研究，女的身体高矮多到二十三至二十六岁左右才基本上定了型。一个人要完成骨骼钙化，一般也要到二十二至二十五岁。如果发育尚未完全成熟就结婚，这以后的发育和骨骼钙化势必会受到影响，尤其是怀孕以后，由于自身骨骼还未完成钙化，又要从身体里抽钙来供胎儿生长发育，这时

母子健康都是有害的。

法定的婚龄是结婚的最低年龄 即不到这个年龄不应结婚，不是说到了这个年龄就应该结婚，为了学习和工作，男女青年推迟结婚年龄，对国家、家庭、个人健康都有好处。但是，结婚也不宜太晚，因为三十二、三岁以后，生第一个孩子，女同志发生难产的机会就会增加。所以说，年龄太轻或年龄较大结婚都是不适宜的。

(原载延边朝鲜族自治州《人口宣传》)



最佳的生育年龄



据《黑河人口通讯》上的文章介绍：

“妇女在二十五至三十岁之间是生殖力最旺盛的年龄，卵子质量也最高，此时生出的孩子大多聪明健康”，“这时产妇得

难产的机会较少”。所以，妇女的最佳生育年龄是二十五至三十岁。

(六彩摘录)

新婚当心“蜜月病”

许多青年男女都喜欢把自己的婚期选在辞旧迎新的年节前后。为使新婚夫妇们的蜜月更加如意，不妨说几句“闲”话，权当献上一份薄礼。

说到新婚，那就不能不牵扯到性生活。对于新婚夫妇来说，性生活尚处在摸索阶段，有些问题若不加以注意，就会造成蜜月生活的不愉快，严重时，会导致“蜜月病”。

最常见的“蜜月病”就是新娘的泌尿生殖系感染。其主要表现是：一、膀胱受刺激的症状，如尿急、尿频和排尿疼痛（尤以排尿终了时为剧），有时有痉挛性痛感。严重时，可有“终末性”血尿（末段小便含血）。医学上称之为膀胱炎。二、尿道有刺痒或灼痛感（尤以排尿时为剧），尿道口有粘液性黄色分泌物。严重时，尿内有浓液或丝状物。这就是尿道炎。

为什么新娘容易得这种病呢？因为女性的尿道较直较短，尿道外口距阴道和肛门很近，易和粪便及阴道排泄物接触，而新婚夫妇的性生活往往较频，加之蜜月的忙碌，常使新婚夫妇忽视了性器官的卫生。这样就使细菌得到滋生，继

而进入尿道及膀胱，引起泌尿系感染。

弄清了“蜜月病”的发病根源，就不难做到预防。新婚夫妇在蜜月期间一定要以身体的健康为重，注意外阴部的清洁卫生，常用温开水清洗外阴，内裤也要勤洗勤换；若遇月经来潮，即便是“洞房花烛”夜也要禁止房事。若已经患了泌尿系疾病，就应及时就医，不要让羞涩恐惧的心理延误了疾病的治疗，以致造成更大的痛苦。（严凤岐）

怎样防治蜜月性膀胱炎

江 英

新婚妇女在接触性生活以后，尿道和膀胱很容易受病菌感染，蜜月性膀胱炎就是最常见的一种新婚后的疾病。为了防止蜜月性膀胱炎的发生，新婚夫妇在性交前都要用肥皂将阴部洗净，性交后，女方应排尿一次，将尿道里的细菌冲洗出来。另外，适当服用一些小苏打，可使尿液变成碱性，不利于细菌的繁殖。如果万一感染发生炎症，应避免性生活，并在医生的指导下服用抗菌药物，使疾病早日痊愈。

这些方法避孕不可靠

郝如一

目前的避孕方法如避孕药片或针剂、避孕套、宫内节育器、探亲避孕片、避孕药膜、阴道隔膜等，避孕效果都很可靠，人们可根据各自的需要加以选用。但也有一些避孕方法因不可靠而不宜采用。

安全期避孕法 妇女正常月经周期为28~30天，排卵期一般在下次月经来潮前14天左右。由于排卵前5天与后4天最易受孕，故称为易受孕期。除去易受孕期和月经期外，即是“安全期”。在安全期进行房事，就叫安全期避孕法。这种方法对月经周期正常，常年同居而生活又有规律的夫妻有一定效果。但是当女方精神情绪、生活环境、身体状况等因素发生变化时，排卵就会提前或错后，甚至发生额外排卵，而招致避孕失败。所以安全期避孕并不安全。

哺乳期避孕法 许多人以为哺乳期妇女不来月经就不会怀孕，因而用延长哺乳期的方法以图达到避孕。现代医学研究表明，产后25天的哺乳妇女，阴道上皮细胞业已修复，卵巢周期亦已恢复，因而可以出现卵巢的低潮周期或隐性周期。据统计，约有40~75%的哺乳妇女能恢复月经功能。况且是在来月经前先排卵，以致有些人已经怀孕了还不知道，俗称“暗胎”。所以哺乳期避孕不可靠，也就是这个道理。

体外排精避孕法 即在性交进入高潮时，男方在即将射精前的一瞬间，迅速抽出阴茎，让精液射在体外。这就叫体

外排精避孕法。但是这种避孕方法也不可靠，因为在射精前，往往已有少量精液流入阴道，况且动作稍慢即会失败。长期采用此法避孕，有些人会因精神过度紧张而影响性动能，甚至产生早泄或阳痿等病症。

（原载《健康报》计划生育版6号）



避孕知识

多种多样的避孕方法

供大家选择

避孕，是一种不妨碍正常性生活与身体健康，不影响今后生育，而能根据夫妇双方的意愿暂时阻止受孕的科学方法。

避孕方法多种多样，女用的主要有口服、注射、外用药物，外用工具及宫内节育器；男用的主要有避孕套、外用膜及口服药（棉酚）等。

众多的避孕方法中，挑选哪一种合适呢？现作简要介绍，供大家参考。

新婚期 新婚第一年受孕机会最多，如果不想早生孩子，最好选用口服短效避孕药。如夫妇工作在两地而婚假极短时，宜用探亲避孕药，也可用避孕套、男用避孕药膜或女用外用避孕药。长效避孕药不宜选用。

哺乳期 分娩后一年内最好不用口服避孕药，而采用避孕套、外用避孕膜、避孕药较合适，产后半年以上可放置宫内节育器。

探亲期 探亲期间宜用速效避孕药：一年探亲一次，每次假期在半个月以上的，以用53号避孕药为妥；假期在一个月以上者，宜用短效口服避孕药。

更年期 妇女在进入更年期(45至55岁)后，卵巢功能逐渐衰退，但仍可能有卵子排出。如果此时同房，仍可受孕。因此，更年期妇女仍须避孕，其方法可任意选择。妇女绝经一年后，才可不避孕。

已生育一孩的夫妇 用宫内节育器、口服避孕药、外用避孕药、避孕工具皆可。

已生育两个孩子以上的夫妇 最好作节育手术，男方作输精管结扎或女方作输卵管结扎皆可。其他避孕方法也行。

几点说明：

1. 女用口服避孕药在连服三四年后，最好停服两三个月。停药期间，一定要用其他方法避孕。

2. 长期服用避孕药者，如政策许可再生育一孩时，一定要停止服药而改用其他方法避孕三至六个月，使子宫内膜恢复正常以利胎儿发育时才宜受孕，如在停药三个月内怀孕，最好作人工流产。

3. 对橡胶制品(避孕套、阴道隔膜)过敏者，可选用避孕药膜及其他方法避孕。

4. 安全期避孕不可靠，最好不用。

(长沙市药具站、技术站供稿)