

妇幼保健

FUYOU BAOJIAN

郑惠连 主编

江苏科学技术出版社

参加编写的人员及其单位:

郑惠连	重庆医科大学
顾美礼	重庆医科大学
周明娟	重庆医科大学
杨丽明	衡阳医学院
李培瑛	南京计划生育管理干部学院
张淑芳	河南省计划生育管理干部学院

前 言

计划生育工作是一项政策性、专业性很强的工作。切实加强干部教育培训工作，努力提高干部队伍的素质以适应计划生育工作的需要，具有十分重要的战略意义。培养大专层次的高等计划生育专业人才，培训县级和县级以上的管理干部，努力提高他们的专业水平和管理能力，是计划生育干部教育培训工作的一项重要任务。为此，我们委托南京计划生育管理干部学院组织复旦大学、华东师大、重庆医科大学等十余所高等院校的四十多位教授、讲师，参加编写了这套计划生育管理专业大专教材。经有关教授、专家和实际工作者研究论证，制定了这个专业统一的教学计划和教学大纲。为了满足教学的需要，根据教学计划和大纲的要求，这次先编出九本教材，即：《管理学概论》、《人口理论概要》、《人口经济学》、《人口生态学》、《人口统计学》、《医学基础》、《遗传优生》、《生育基础与节育方法》和《妇幼保健》。

这套教材的编写，力求联系实际，反映我国当前计划生育工作的水平，注重科学性、系统性、知识性和实用性。它不仅可供普通高校和成人高校大专层次的人口、计划生育管理专业使用，也可作为县级和县级以上计划生育管理人员的各种培训教材和各级计划生育专兼职干部的自学课本。

这套教材的出版是一件大事，对计划生育高等教育的规范化具有重要意义。借此机会，我们特向南京计划生育管理干部学院、教材的作者和编辑、出版与印刷单位表示衷心的感谢，也殷

切期望广大师生、计划生育干部对教材的内容提出宝贵的意见，
以使这套教材日臻完善。

国家计划生育委员会宣教司

1989年5月

目 录

上编 妇女保健

第一章 概论	(1)		
第一节 妇女保健的意义和重要性	(1)		
第二节 国内外妇女保健动态	(2)		
第三节 我国妇女保健的任务	(4)		
第二章 青春期保健	(5)		
第一节 青春期的生理特点	(5)		
一、身高和体重迅速增长 (5)	二、生殖系统发育及月经初潮 (5)		
三、第二性征出现 (6)	四、全身各系统及内脏的变化 (6)		
第二节 青春期卫生指导	(7)		
一、营养指导 (7)	二、心理卫生指导 (8)	三、经期卫生指导 (9)	
第三节 青春期常见月经病的防治	(10)		
一、功能性子宫出血 (10)	二、闭经 (12)		
第三章 婚姻保健	(15)		
第一节 婚前健康检查	(15)		
一、目的 (15)	二、内容 (15)	三、检查后指导和处理 (18)	
第二节 婚前指导	(19)		
一、性器官解剖和生理功能的介绍 (19)	二、性生理知识指导 (19)		
三、性卫生指导 (21)	四、新婚避孕指导 (21)		
第四章 孕期保健	(23)		
第一节 妊娠期母体的变化	(23)		
一、生殖系统及乳房 (23)	二、血液循环系统 (24)	三、其他系统 (25)	四、新陈代谢 (25)

第二节 孕期卫生指导	(26)
一、妊娠各期注意的问题(26)	
二、孕期卫生(27)	
三、孕期用药(28)	
第三节 产前检查	(30)
一、要求(30)	
二、内容(30)	
第四节 孕期主要并发症的防治	(37)
一、流产(37)	
二、前置胎盘(39)	
三、胎盘早期剥离(41)	
四、妊娠高血压综合征(42)	
五、早产(44)	
六、妊娠合并心脏病(45)	
七、妊娠合并肝炎(46)	
第五节 出生缺陷的产前诊断	(47)
一、产前诊断的范围及适应症(47)	
二、诊断方法(48)	
第五章 产时保健	(49)
第一节 正常分娩	(49)
一、先兆(49)	
二、过程(49)	
第二节 分娩对母婴的影响	(52)
一、对母体的主要影响(52)	
二、胎儿的变化(53)	
第三节 分娩的处理	(53)
一、第一产程处理(53)	
二、第二产程处理(56)	
三、第三产程处理(57)	
第四节 普及新法接生	(60)
第五节 产时主要并发症的防治	(61)
一、难产(61)	
二、产后出血(63)	
三、产道损伤(65)	
四、胎儿窘迫及新生儿窒息(66)	
第六章 产褥期保健与哺乳期保健	(69)
第一节 产褥期保健	(69)
一、生殖器官的复旧与乳房变化(69)	
二、产褥期护理与卫生指导(69)	
三、产后随访与检查(70)	
第二节 产褥期常见症状的防治	(71)
一、子宫复旧不全(71)	
二、产后发热(71)	
三、产后尿潴留(72)	
第三节 哺乳期保健	(72)
一、乳房护理(72)	
二、乳母的饮食和休息(73)	
三、哺乳期用药(73)	
四、乳头皲裂(73)	
五、乳腺炎(73)	
六、断奶(73)	

第七章 围产保健	(74)
第一节 围产医学概况和进展	(74)
一、围产期定义(74) 二、国内外进展(74)	
第二节 围产保健	(75)
一、围产保健的任务(75) 二、高危妊娠及其监护(76) 三、围产保健要求和监护内容(79)	
第三节 我国现行的围产期质量管理	(80)
一、建立健全三级妇幼保健网(80) 二、孕妇保健卡制度(81) 三、做好原始资料的统计分析和利用(81) 四、加强组织领导和协作(82)	
第八章 常见妇女病的防治	(83)
第一节 外阴疾病	(83)
一、外阴瘙痒(83) 二、外阴白色病变(83)	
第二节 生殖器炎症	(84)
一、阴道炎(84) 二、慢性宫颈炎(86) 三、盆腔炎(87)	
第三节 性传播性疾病	(89)
一、淋病(89) 二、尖锐湿疣(90)	
第四节 生殖器肿瘤	(91)
一、子宫肌瘤(91) 二、宫颈癌(91) 三、子宫体癌(94) 四、卵巢肿瘤(95)	
第五节 子宫脱垂	(96)
第九章 更年期保健	(97)
第一节 更年期的生理特点	(97)
第二节 保健措施	(98)
第三节 更年期疾病的防治	(98)
一、更年期综合征(98) 二、更年期功能性出血(100)	

下编 儿童保健

第十章 概论	(102)
第一节 儿童保健与预防医学	(102)
第二节 国内外儿童保健动态	(104)
一、国外儿童保健动态(104) 二、我国儿童保健的发展(105)	
第三节 儿童保健工作的任务和措施	(107)

- 一、任务(107) 二、具体措施(107)

第十一章 小儿生长发育与健康评价..... (111)

第一节 小儿年龄分期及其生长特征.....(111)

- 一、小儿年龄分期的特征及保健要点(111) 二、小儿生长发育的规律(113) 三、影响生长发育的因素(114)

第二节 小儿体格发育的评价.....(115)

- 一、小儿体格发育指标(115) 二、评价体格发育的方法(118) 三、生长发育监测(120)

第三节 小儿体格发育的偏离.....(122)

- 一、消瘦(122) 二、肥胖(123) 三、侏儒(123)

第十二章 小儿神经精神发育与心理发展..... (125)

第一节 小儿神经系统的特点.....(125)

- 一、小儿神经系统的发育和解剖特点(125) 二、大脑皮层的生理活动及其特征(127) 三、影响小儿神经精神发育的因素(129) 四、神经精神发育的主要指标(129)

第二节 小儿的心理发展.....(130)

- 一、心理的基本概念与基本理论(130) 二、小儿各种心理过程的发展(132)

第三节 小儿神经精神异常.....(139)

- 一、小儿智力低下(精神发育迟滞)(139) 二、轻微脑功能障碍综合征(141) 三、遗尿症(142) 四、小儿癫痫(143)

第十三章 小儿营养与喂养..... (145)

第一节 营养学基础.....(145)

- 一、能量的需要(145) 二、营养素的需要(146)

第二节 小儿喂养.....(152)

- 一、母乳喂养(152) 二、混合喂养(154) 三、人工喂养(154) 四、辅食添加(156)

第三节 幼儿膳食.....(157)

第十四章 新生儿保健..... (157)

第一节 新生儿特点及护理.....(158)

- 一、特点(158) 二、护理(160)

第二节 早产儿特点及护理.....(161)

- 一、特点(161) 二、护理(162)

第三节 小于胎龄儿的特点及护理	(163)
一、特点(163)	二、护理(164)
第四节 过期产儿及巨大儿的特点与护理	(164)
一、过期产儿(164)	二、巨大儿(164)
第五节 新生儿常见病防治	(165)
一、窒息(165)	二、硬肿症(165)
三、败血症(166)	四、肺炎(166)
五、颅内出血(167)	
第十五章 婴幼儿保健	(168)
第一节 婴幼儿生理特点及保健重点	(168)
一、生理特点(168)	二、保健措施(168)
第二节 预防接种	(169)
一、种类(169)	二、计划免疫程序(170)
三、禁忌症及反应处理(171)	
第三节 小儿体格锻炼	(171)
一、空气浴(171)	二、日光浴(172)
三、水浴(172)	四、体育锻炼(173)
第四节 婴幼儿常见病的防治	(173)
一、维生素D缺乏性佝偻病(173)	二、营养不良(175)
三、营养性贫血(176)	四、婴幼儿腹泻(178)
五、常见意外事故(181)	
第十六章 早期教育与独生子女教育	(183)
第一节 早期教育的意义	(183)
一、重要性(183)	二、可能性(187)
第二节 早期教育的原则与途径	(186)
一、原则(186)	二、途径(187)
第三节 早期教育的内容和方法	(188)
一、胎教(188)	二、婴儿教育(189)
三、幼儿教育(190)	
第四节 独生子女教育	(192)
一、我国独生子女的特点(192)	二、独生子女弱点形成的原因(192)
三、独生子女教育中应该注意的问题(193)	
后记	(196)

上编 妇女保健

第一章 概 论

第一节 妇女保健的意义和重要性

妇幼卫生工作是根据妇女和儿童的生理特点,针对危害妇女、儿童健康的主要疾病和影响因素,采取防治和保健措施,保障妇女、儿童身心健康,提高他们健康水平的一项重要工作。自1977年世界卫生组织提出“2000年人人享有保健”的策略目标并强调加强初级保健是实现该目标的关键措施后,妇幼保健事业被提到了更加重要的位置。随着我国经济体制的改革、人民生活水平的提高、计划生育国策的深入贯彻以及医学模式的转变,妇幼保健事业将会有更快的发展。妇幼保健包括妇女保健和儿童保健两个组成部分,均属于预防医学的范畴。

妇女保健的重要性,可从以下几方面叙述。

(一) 妇女一生中要经历幼年期、青春期、性成熟期、更年期和老年期5个阶段,其中以性成熟期最为重要。在这30年左右的时期内,要经历结婚、怀孕、生育、哺乳等特殊生理过程,都

必须给予保护。再者妇女在体质和生理方面与男子不同，青春期和更年期有比较明显的生理变化，亦应加强保健。当然，随着人类寿命的延长，老年期保健也逐步成为令人瞩目的内容。

（二）妇女在妊娠、分娩期的健康是至关重要的。因为人体生长与发育的每一阶段，都是以前一阶段为基础的，同时又影响着下一阶段，所以母亲健康是胎儿、儿童健康的先决条件。据世界卫生组织统计，几乎50%的婴儿死亡与母亲妊娠期的健康状况有关，而贫穷、营养不良、卫生条件差及科学文化落后都严重影响母亲的健康，从而引起一系列的合并症和并发症，直接影响孕产妇和围产儿死亡率和畸形、障碍儿的发病率。因此，作好母亲的保健可以起到双重保护作用。

（三）随着医学科学的进步，医学模式已从单纯的生物医学模式向生物—心理—社会医学模式转变，而妇女保健工作是在人体生命形成的最早阶段开始并贯穿终生的保健工作，故它对增强人的素质，提高人的生活质量有重要的意义。

（四）计划生育被定为我国基本国策后，妇女保健就显得更为重要。据世界卫生组织调查，近10年来，发展中国家的孕产妇死亡比发达国家高200倍，多产、高龄产和生育过密是造成孕产妇死亡的主要因素。全世界每年至少有50万妇女死亡与妊娠及分娩有关，而生育间隔不足2年的婴儿死亡危险要提高1.5~2倍。因此，计划生育的推行对保护妇女、儿童健康的意义已不言而喻。世界卫生组织是将妇幼保健和计划生育作为初级保健的主要内容之一，认为搞好妇幼保健和计划生育是达到2000年人人享有保健的关键性措施之一。

第二节 国内外妇女保健动态

近年来妇幼保健工作有较大进展，但发展很不平衡。根据世

世界卫生组织1982年估计，全球孕产妇死亡率为6~1000/10万，相差百倍之多。其中以北美最低，为7~15/10万；欧洲及东亚次之，分别为6~129/10万和7~180/10万；南亚及非洲最高，达30~1000/10万和160~1100/10万。发达国家的婴儿死亡率在1955~1974年中下降了40%，发展中国家下降了27%。据联合国预测1980~1990年发达国家可再下降20%，达到15.3‰；发展中国家可再下降18%，达到82.2‰。虽然降低孕产妇和围产病率、死亡率仍然是各国妇女保健共同的工作重点，但不同地区和国家所面临的问题和任务亦各不相同。

建国以来，我国妇女保健工作亦有很大进展。其中以对保护母婴健康的工作最为系统，主要经历了3个阶段：①以普及新法接生、提高产科质量为中心的母婴保健阶段：大约历时30年。孕产妇死亡率由建国前的1500/10万下降到50/10万，婴儿死亡率由200‰下降到34.68‰，新生儿破伤风发病率亦显著下降。这一阶段的工作促进了妇幼保健机构的建设和队伍的发展。②孕产妇系统管理阶段：是以孕产妇为中心，从怀孕开始到产后42天内的系统保健。重点是防治孕产妇并发症、合并症和提高产科质量。该阶段从70年代后期开始，在恢复健全妇幼保健网的基础上，实行分级分工划区医疗和孕产妇保健卡制度，协同作好孕产妇管理工作。③围产保健阶段：围产保健是将母子共同作为保健对象，采用适宜的监测技术和综合保健措施，以降低孕产妇并发症、围产儿死亡率和伤残儿发生率，促进新生儿健康成长的多学科协作的一门科学，是保护母婴健康最完备的保健系统。我国围产保健起步较晚，但进展较快，目前已在数十个城市开展，1990年将普及到全国县级以上的城镇。

此外，建国以来在城乡开展了妇女病普查普治、计划生育宣传和技术指导工作，还协助政府和医疗行政部门制定了一系列妇女劳动保护条例。目前，已建立了全国妇幼保健机构网络，共有

专业人员 6 万余人。但纵览全国母婴健康水平与发达国家还有很大差距，努力缩小差距是我国妇幼卫生工作的奋斗目标。

第三节 我国妇女保健的任务

1986 年 4 月卫生部颁发的《妇幼卫生工作条例》中规定妇女保健的任务是：

（一）推广科学接生，实行孕产妇系统管理，做好围产期保健工作，提高住院分娩率，提高产科质量，防治妊娠并发症，降低孕产妇和围产儿死亡率。

在边远地区、少数民族地区继续普及新法接生。

（二）积极防治妇女常见病、多发病，调查分析发病因素，制订防治措施，降低发病率，提高治愈率。

（三）做好妇女经、孕、产、哺乳、更年期的卫生保健。协同有关部门对农村、厂矿、企业、事业单位妇女的劳动环境和劳动条件进行卫生学调查，提出劳动保护和卫生保健的建议，并督促实施。

此外，开展优生优育和计划生育技术指导以及有关妇女保健的科学研究、宣传教育和信息工作亦是当前的重要任务。

第二章 青春期保健

青春期是指少年期转变至成年期之间的过渡阶段，是从青春发育征象开始出现到生殖机能发育成熟为止的一段时期。但由于上述两种情况缺乏明确的指标，所以青春期的定义也不能十分明确及统一。医学上一般将12~18岁定为青春期。

第一节 青春期的生理特点

青春期是一生发育过程中的最迅速阶段。因此，这时期内身体迅速增长；生殖器官和性机能逐步发育成熟；精神和心理变化较大；这一时期的发病率、死亡率相对比较低。青春期的身心健康为今后一生的健康打下基础，对推迟衰老、延长寿命能起积极作用。

青春期的主要生理特点有：

一、身高和体重迅速增长

身高、体重迅速增长的速度是继乳儿期后出现的第二高峰，尤其身高的突增是青春期到来的重要标志。在青春期之前，女孩的身高平均每年增加4厘米，而这时身高突然一年增加9厘米以上。

二、生殖系统发育及月经初潮

由于下丘脑—垂体—卵巢系统的发育渐趋成熟，女性生殖器官亦随之发育，外生殖器由幼稚型变为成人型，阴阜隆起，大阴唇肥厚，小阴唇变大且有色素沉着，阴道的长度及宽度增加，阴道粘膜变厚及出现皱襞。子宫增大，特别是子宫体增大更为明

显。输卵管变粗，卵巢增大并出现发育至不同程度的卵泡，月经来潮。

月经初潮是女子性成熟的最明显的标志，初潮年龄因人而异，差别较大，但一般在12~14岁之间，多数为13.5岁。但女孩月经初潮也只表示初达成熟，具有一定的排卵能力，而要达到有规律地按一定时间间隔周期性地排卵，则往往需要经过半年、一年或甚至更长时间。

三、第二性征出现

第二性征指生殖器以外的男女所特有的征象。女子的第二性征最先表现为乳房逐渐隆起，有时轻度发胀，乳头长大突出，其周围出现一些硬结样的突起。于乳腺隆起后1~2年间阴毛开始生长，有少数女孩先见阴毛，后见乳房隆起，也属正常。阴毛出现不久，腋毛也开始生长。骨盆进一步宽大，胸、肩及髋部皮下脂肪更加丰满，呈现出女性特有的体表外形。

由于卵巢产生雌激素，于是开始出现白带（青春期白带）。并逐渐表现为周期地增多或减少，量多时呈水样或透明而略粘稠，量少时呈胶冻样。如女孩青春期前还没有白带，应考虑有无异常情况，必要时作检查。

四、全身各系统及内脏的变化

全身各系统如循环系统、呼吸系统、肌肉系统及神经系统等均发育很快，其生理功能增强，效率提高。

心脏增长很快，重量比初生时增加10倍，心肌增厚，心肌纤维张力增大。血压及心搏出量逐渐增加，脉搏逐渐变慢，并接近成人标准。

肺的发育达到旺盛时期，重量增加到初生时的9倍。呼吸能力增强，肺活量在12~13岁时约为1400毫升，14~15岁时增至2000~2500毫升。

脑的发育在重量和容量上的变化虽然不大，但是脑神经结构

逐步发育到基本接近成人。表现为思维能力活跃，对事物的反应能力提高；求知欲旺盛，操作各种精细动作比较准确、协调；分析推理能力和记忆力都有加强。

丘脑下部、脑下垂体、甲状腺、肾上腺等的发育及其各种激素的分泌，则可进一步促进全身组织的迅速发育成熟。

第二节 青春期卫生指导

青春期的青少年在生理及心理上的变化很明显，虽然在体格、智力、情感及活动能力方面成长很快，但与成人相比还不成熟，如缺乏经验、容易受环境影响；同时也处于性意识觉醒和性逐渐成熟阶段。因此，对青少年进行心理、卫生指导，使他们在进入青春期前后对以上特点有正确的认识，是关系到日后能否适应社会环境和健康成长的重要方面。

一、营养指导

青春期因生长发育迅速，营养的需要也大大增加，比一生中其他时期的需要量都高。由于年轻人活动多，需要的营养原料也比成年人多13~15%。因此，青春发育期的热量需要比成年人多25~50%，热量的主要来源是主食中的糖，因而需增加饭量。

青春期的蛋白质需要量也较大，因身体细胞大量繁殖，激素、抗体、酶等急骤增多，都需依赖蛋白质。性腺的发育、神经兴奋能力的加强也都需要蛋白质。因此青春期应多进蛋白质饮食。豆类、乳类、鱼肉、五谷杂粮中均含有丰富的蛋白质。

青少年对维生素和矿物质的需要也十分迫切。维生素A、B、C、D都是生长发育所必不可缺少的。钙和磷是造骨成齿的主要原料，铁是构成血液中红细胞的重要成分。

足量的水分对青春期身体的成长、新陈代谢以及废物的排出都很必要。身体的70%是由水组成，青少年体内总液量比成年人

要多7%左右，所以要养成多饮水的习惯。

在营养指导中不仅要普及营养知识，注意营养成分的搭配，强调营养对青少年健康的重要性，还应注意培养良好的习惯，吃饭定时定量，不暴饮暴食，不偏食，不挑食。不应无原则的控制饮食，特别是过度控制饮食可使青春期女孩体重急剧下降，以致引起生殖器官的发育不良等情况。

二、心理卫生指导

青春期前后的女孩随着生理的性成熟，心理的变化很大，特别是性意识的觉醒。有的表现为害羞；有的多疑多虑，性情古怪；有的性格活泼勇敢，情感也更为复杂和热烈，对异性亦从厌恶的逆反心理发展为爱慕。在这个时期内，青少年逐步脱离依赖父母的生活，开始进入社会，这就容易受周围环境中各种因素的影响，亦容易产生一些不正常的行为。事实上，这是一个独立性和依赖性、自觉性和幼稚性矛盾交错的时期。有的心理学家把它看成是一个混乱的时期。因此特别需要接受正确的指导和系统的教育，家庭、学校和整个社会都应当特别关注这个问题，作好以下几点。

（一）适时进行基本知识教育。一般可从动物的生育讲起，自然地灌输一些有关生殖器官和生育方面的科学知识，然后再讲到人体的解剖、生理知识及其发育的自然规律，让她们在生理变化发生前即有思想准备，不致产生过多疑虑、恐惧、神秘或性试探等心理表现。

（二）家庭、教师和社会各界人士都应当学一点心理卫生知识，理解青少年的一些行为并进行教育，使其有克服困难的毅力，创造自我锻炼的环境，更好地适应身体内发生的急剧变化，健康地渡过这个过渡时期。

（三）当发现处于青春期女孩发育异常，或者不能适应生理上的变化，父母应及时带她们找医生咨询及作身体检查。但进行