

中国县镇丛书

孕妇 实用手册

王莉莉
魏月常
贾莹
编

·3

中国社会科学出版社

内 容 简 介

本书以“优生优育”为指导思想,以保障母子健康为前提,从生理、病理和心理各个角度,详细介绍了自新生命开始孕育到降生这一过程的保健,深入浅出地阐述了有关遗传的知识,以及妊娠、分娩、产褥、新生儿各期的护理和常见疾病的预防与处理;并对如何哺育婴幼儿进行了指导。本书是一本较全面、系统的孕妇保健读物,对广大育龄夫妇、妇幼保健工作者有实际参考价值。

前 言

有计划地控制人口增长,提高人口素质,实行计划生育,是我国的一项基本国策。生一个健康、聪明的孩子不但是每对青年夫妇的共同愿望,也是提高我国人口素质的需要。

近年来,介绍有关妊娠、分娩、育儿知识的书出版了不少,而系统、完整地将这些知识科学地集一册介绍给读者,将有关疑难问题能一览无遗,还是一个新的尝试。

本书以“优生优育”为指导思想,以保证母子健康为前提,从生理、病理、心理的角度出发,详细地介绍了从新生命开始孕育到降生这一过程的保健,深入浅出地介绍了有关遗传的知识;介绍了妊娠、分娩、产褥、新生儿各期的常见疾病的处理;并对如何哺育和教养婴幼儿进行了指导。本书力求系统、完整、科学、新颖,以供广大育龄夫妇,妇幼保健工作者及有关医务人员参考。

在编写该书过程中,参阅了大量有关文献资料及有关教科书刊,在此未能一一列出,谨向作者表示感谢。

由于我们编写水平有限,错误之处在所难免,恳请广大读者批评指正。

本书第1—4、7—13章为王莉莉编写,5—6章为魏月常编写,9章为王莉莉、贾莹编写,还有庞志显、朱淑秀参加了编写工作。另外本书经妇产科周椿英主任审阅。

编 者

1991年3月

目 录

前言

第一章 新生命的开始.....	(1)
第一节 女性生殖器官	(1)
一、外生殖器	(1)
二、阴道	(3)
三、内生殖器	(4)
四、女性骨盆	(6)
第二节 女性生殖器官生理	(7)
一、女性一生中各阶段的生理特点	(7)
二、卵巢的机能	(9)
三、月经周期	(11)
第三节 男性生殖器官及生理	(12)
一、男性生殖器官	(13)
二、男性生殖器官的生理	(15)
第四节 受精及着床	(17)
一、受精	(17)
二、着床	(17)
三、受精卵着床后的发育	(18)
第五节 胎儿附属物及功能	(18)
一、胎盘	(18)
二、胎膜	(20)
三、脐带	(20)

四、羊水	(20)
第六节 胎儿的发育及成熟	(21)
一、胎儿的发育	(21)
二、胎头	(25)
三、胎儿血循环的特点	(26)
第二章 遗传与优生	(28)
第一节 遗传学基础	(28)
一、遗传的物质基础	(28)
二、性别的决定	(40)
三、性别能控制吗?	(42)
四、遗传病的发病情况	(44)
五、遗传病的遗传方式	(46)
第二节 遗传病的防治	(56)
一、遗传病的预防	(56)
二、遗传病的治疗	(63)
第三节 优生咨询	(65)
一、咨询对象	(65)
二、咨询的内容	(66)
三、咨询中的问题	(67)
第三章 妊娠期母体的变化及妊娠诊断	(71)
第一节 妊娠期母体的变化	(71)
一、生殖器官的变化	(71)
二、循环系统的变化	(72)
三、消化系统的变化	(72)
四、泌尿系统的变化	(73)
五、新陈代谢的变化	(73)
六、内分泌系统的变化	(74)
七、乳房的变化	(74)
八、皮肤的变化	(74)
第二节 妊娠的诊断	(75)

一、早期妊娠的诊断(3个月以内)	(75)
二、中晚期妊娠的诊断	(78)
三、死胎的诊断	(80)
第四章 孕期保健	(82)
第一节 产前检查	(82)
一、产前检查的目的和意义	(82)
二、产前检查的时间	(82)
三、产前检查的内容	(83)
第二节 怀孕期间的自我监护	(89)
一、测胎动	(89)
二、听胎心	(90)
三、测宫底高度	(90)
第三节 怀孕中常出现的症状及处理	(91)
一、恶心及食欲不振	(91)
二、头晕和头痛	(91)
三、尿频	(91)
四、便秘	(92)
五、白带	(92)
六、小腿抽筋	(93)
七、静脉曲张及痔疮	(93)
八、腰背痛	(93)
九、妊娠斑	(94)
第四节 孕期的卫生指导	(94)
一、休息与睡眠	(94)
二、劳动与锻炼	(94)
三、住室环境	(96)
四、衣着	(96)
五、美容及清洁	(97)
六、胎教	(97)

七、孕期营养及饮食	(99)
八、孕期的性生活	(104)
九、乳头护理	(105)
第五节 孕妇禁忌	(105)
一、忌酒	(105)
二、忌烟	(107)
三、避免接受 X 线照射	(109)
四、预防感染	(109)
五、避免接触有毒有害的物质	(113)
六、避免滥用药物	(114)
第五章 妊娠期的异常及处理	(120)
第一节 妊娠早期流血	(120)
一、流产	(120)
二、异位妊娠	(126)
三、葡萄胎(水泡状胎块)	(128)
四、恶性葡萄胎	(131)
五、绒毛膜癌(简称绒癌)	(133)
第二节 妊娠晚期流血	(134)
一、前置胎盘	(135)
二、胎盘早期剥离	(137)
第三节 妊娠中毒症	(139)
一、妊娠剧吐	(139)
二、晚期妊娠中毒症	(141)
第四节 双胎妊娠及羊水过多症	(147)
一、双胎妊娠	(148)
二、羊水过多症	(149)
第五节 早产	(150)
一、病因	(150)
二、预防及处理	(151)

第六节 过期妊娠	(151)
一、诊断	(152)
二、处理	(152)
第七节 母、胎血型不合	(153)
一、病因	(153)
二、临床表现	(154)
三、诊断	(154)
四、治疗	(155)
第六章 妊娠期常见并发症.....	(157)
第一节 妊娠期常见并发症对机体的影响及处理原则.....	(157)
第二节 妊娠合并心脏病	(158)
一、妊娠分娩对心脏病的影响	(158)
二、心脏病对妊娠的影响	(159)
三、妊娠危险性的估计	(159)
四、诊断	(160)
五、处理	(160)
第三节 妊娠合并贫血	(163)
一、缺铁性贫血	(163)
二、巨幼红细胞性贫血	(165)
第四节 妊娠合并肾盂肾炎	(166)
一、病因	(166)
二、临床表现	(167)
三、诊断	(167)
四、预防	(167)
五、治疗	(168)
第五节 妊娠合并传染性肝炎	(169)
一、妊娠与传染性肝炎的相互影响	(169)
二、临床表现	(170)
三、诊断	(171)

四、预防	(171)
五、治疗	(171)
第六节 妊娠合并急性阑尾炎	(174)
一、妊娠期合并急性阑尾炎在临床表现上的特点	(174)
二、处理原则	(175)
第七节 妊娠合并肺结核	(175)
一、妊娠对肺结核的影响	(175)
二、肺结核对妊娠的影响	(176)
三、预防	(176)
四、治疗	(176)
五、抗结核药物的致畸作用及链霉素的毒性作用	(177)
第七章 分娩	(178)
第一节 分娩前的准备工作	(178)
一、精神预防性无痛分娩法	(178)
二、身体准备	(179)
三、物质准备	(179)
第二节 决定分娩的三个因素	(180)
一、产力	(180)
二、产道	(180)
三、胎儿	(180)
第三节 分娩先兆	(181)
一、先兆临产的特点	(181)
二、临产的主要征象	(181)
第四节 分娩的临床经过及处理	(182)
一、第一产程(开口期)	(183)
二、第二产程(胎儿娩出期)	(184)
三、第三产程(胎盘娩出期)	(185)
第五节 异常分娩	(185)
一、产力异常所致的难产	(185)

二、产道异常所致的难产	(187)
三、胎位异常所致的难产	(187)
四、胎儿发育异常所致的难产	(190)
第六节 分娩常见的并发症	(191)
一、胎膜早破	(191)
二、胎儿窘迫	(191)
三、脐带脱垂	(192)
四、脐带绕颈	(193)
五、子宫破裂	(193)
六、会阴及阴道裂伤	(193)
第七节 分娩中常用的手术	(194)
一、会阴切开缝合术	(194)
二、引产	(195)
三、胎头吸引术	(196)
四、产钳术	(196)
五、剖腹产	(197)
第八章 围产期保健	(199)
第一节 概述	(199)
一、围产期的定义	(199)
二、围产期保健的意义	(199)
三、围产期保健的具体内容	(200)
四、围产期保健与孕产妇保健的区别	(200)
五、围产期死亡率的统计及标准	(201)
第二节 围产期新生儿死亡	(202)
一、围产期死亡原因	(202)
二、围产期死亡的有关因素	(202)
三、降低围产儿死亡的措施	(204)
第三节 高危妊娠的管理	(204)
一、高危妊娠的范围	(204)

二、高危妊娠的识别	(204)
三、高危妊娠的监护	(205)
四、高危妊娠的处理	(208)
第九章 产褥期保健	(211)
第一节 产褥期母体的变化	(211)
一、子宫的恢复	(211)
二、恶露	(212)
三、乳房	(212)
四、体温	(212)
五、褥汗	(213)
六、排泄	(213)
七、消化系统	(213)
八、外阴	(213)
九、生殖机能的恢复	(213)
第二节 产褥期保健	(214)
一、产后的日程	(214)
二、出院后的日程安排	(216)
三、外阴清洁及护理	(216)
四、子宫复旧的观察及处理	(217)
五、乳房护理	(217)
六、饮食	(218)
七、卧室环境	(219)
八、衣着	(219)
九、清洁卫生	(219)
十、口腔卫生	(220)
十一、休息与睡眠	(220)
十二、产后性生活及避孕	(220)
十三、产褥体操	(222)
第三节 产后可能发生的疾病和异常	(225)

一、产褥热(产褥感染)	(225)
二、产褥出血	(228)
三、产褥中暑	(228)
四、急性乳腺炎	(229)
五、泌尿系感染	(230)
六、尿潴留	(230)
七、产后宫缩痛	(231)
第十章 新生儿保健	(232)
第一节 新生儿的特点	(232)
一、新生儿定义	(232)
二、生理特点	(232)
第二节 新生儿护理	(235)
一、新生儿住室环境	(236)
二、衣着	(236)
三、保暖	(236)
四、皮肤	(237)
五、脐带	(237)
六、大便	(237)
七、小便	(238)
八、眼、口腔	(238)
第三节 新生儿常见的症状及处理	(238)
一、生理性体重减轻	(238)
二、生理性黄疸	(239)
三、头部包块	(239)
四、溢乳(吐奶)	(239)
五、夜哭	(240)
六、哭闹	(240)
七、发热	(241)
八、腹泻	(241)

九、便秘	(243)
十、鼻塞、喷嚏	(243)
十一、皮脂溢出性皮炎	(243)
十二、新生儿红臀和尿布疹	(244)
十三、婴儿湿疹	(244)
十四、新生儿舌系带过短	(245)
十五、新生儿隐睾症	(245)
十六、唇、腭裂	(245)
十七、新生儿斜颈	(245)
十八、痱子	(246)
第四节 新生儿常见疾病及处理	(246)
一、新生儿窒息	(246)
二、新生儿颅内出血	(247)
三、新生儿硬皮症(硬肿症)	(248)
四、新生儿肺透明膜病(新生儿呼吸窘迫综合征)	(249)
五、新生儿肺炎	(250)
六、新生儿黄疸	(251)
七、新生儿自然出血症	(252)
八、新生儿结膜炎	(253)
九、新生儿脐炎	(254)
十、新生儿鹅口疮	(254)
十一、新生儿破伤风	(254)
十二、新生儿脓疱病	(255)
十三、先天性髋关节脱位	(255)
十四、脐疝	(256)
十五、中耳炎和外耳道炎	(256)
十六、新生儿败血症	(256)
第五节 新生儿用药禁忌	(257)
一、新生儿应禁用和慎用下列药物	(257)

二、哺乳期母亲应慎用的药物	(258)
第六节 异常新生儿	(258)
一、低体重儿	(259)
二、过期产儿	(260)
三、巨大儿	(260)
四、胎儿宫内发育迟缓	(260)
第十一章 儿童营养	(262)
第一节 食物的功用	(262)
第二节 各种营养素的需要和功用	(263)
一、热能的需要量	(263)
二、水的需要	(264)
三、营养素的需要	(265)
第三节 婴儿喂养	(272)
一、母乳喂养	(272)
二、人工喂养	(276)
三、混合喂养	(279)
四、辅食添加	(279)
五、断奶	(281)
第四节 一岁以上幼儿的饮食	(281)
一、幼儿膳食原则	(282)
二、1—2 岁的饮食	(282)
三、3—6 岁的饮食	(282)
四、6 岁以上儿童饮食	(283)
第十二章 婴幼儿教养及锻炼	(284)
第一节 各阶段婴幼儿神经生理特点及教养	(284)
一、2 个月	(284)
二、3—4 个月	(285)
三、5—6 个月	(285)
四、7—8 个月	(285)
五、9—11 个月	(286)

六、1岁—1岁3个月	(286)
七、1岁3个月—1岁半	(287)
八、1岁半—2岁	(287)
九、2岁—2岁半	(288)
十、2岁半—3岁	(288)
第二节 儿童精神卫生偏异	(289)
一、神经性厌食	(289)
二、异食癖	(289)
三、遗尿症	(290)
四、口吃	(290)
五、多动症	(290)
第三节 婴幼儿体格锻炼	(291)
一、利用体操进行锻炼	(291)
二、利用日光、空气、水进行锻炼	(292)
三、利用游戏进行锻炼	(294)
第十三章 生长发育评价	(295)
第一节 正常婴幼儿体重增长指标	(295)
第二节 正常婴儿身长增长的指标	(296)
第三节 正常婴幼儿头部的发育	(297)
第四节 正常婴幼儿胸部的发育	(298)
第五节 婴幼儿牙齿的发育	(299)
第六节 体格发育的评价	(301)
附录	(302)
儿童计划免疫程序	(302)

第一章 新生命的开始

大自然的一切生物都是通过种子传宗接代,繁衍种族的。万物之灵的人类也是这样。男人的精子和女人的卵子结合而成为合子——受精卵,而开始了人类的生命。我们要探索生命的奥秘,就要先从男女生殖器官的解剖和生理揭开精子和卵子产生之谜。

第一节 女性生殖器官

一、外 生 殖 器

女性外生殖器又称外阴,是女性生殖器外露部分,位于耻骨联合下方到肛门之间,包括:

(一)阴阜 为一隆起的脂肪垫,位于耻骨联合的前面。青春期开始长出阴毛,其分布呈倒三角形,上界较宽,一般不超过耻骨联合上缘,下部略窄。

(二)大阴唇 从阴阜起到会阴间,靠两大腿根部左右两条隆起的皮肤皱襞。两侧大阴唇后方在会阴体前相融合,称为阴唇后联合。大阴唇外侧与皮肤相同,青春期长出阴毛。内侧面皮肤湿润似粘膜。大阴唇皮下脂肪很厚,并含有丰富的血管、淋巴管和神经。受伤时可形成血肿。幼女的两侧大阴唇合拢,遮盖阴道口及尿道口。经产妇的大阴唇向两侧分开。老年

人大阴唇萎缩,阴毛稀少。

(三)小阴唇 位于两侧大阴唇内侧,一对狭长的薄的皱襞。表面湿润,色淡红、无阴毛,富于神经、血管、感觉敏锐。小阴唇的前端分成两叶,包绕阴蒂,上叶形成阴蒂包皮,下叶形成阴蒂系带。小阴唇的后端与大阴唇的后端相合,左右两侧在正中会合成一条横皱襞,称为阴唇系带。小阴唇的内面是性敏感区,性兴奋时,小阴唇可充血、增大。

(四)阴蒂 位于两侧小阴唇的顶端,为一个圆锥形体,直径约 0.2—0.3 厘米,外面包有阴蒂包皮。是与男性阴茎海绵体相似的组织。末端为阴蒂头,中为阴蒂体,后方分为两个阴蒂脚附着在耻骨支上。阴蒂头富于神经末梢,极为敏感,能够勃起。是性最敏感区。

(五)前庭 为两小阴唇间的菱形区域。前为阴蒂,后为阴蒂系带。前方有尿道,后方有阴道开口。

(六)前庭大腺 位于大阴唇后部,左右各一。开口于前庭后方、小阴唇与处女膜之间的沟内,性兴奋时分泌黄白色粘液起润滑作用。正常情况下不能摸到,当发生炎症时,可形成囊肿或脓肿,可以摸到。前庭大腺又称巴氏腺。

(七)处女膜 为阴道口周围一环状粘膜,中央有孔,月经从此口流出。第一次性交时处女膜破裂,并可伴有疼痛及少量流血。但也可因剧烈运动而破裂。

(八)会阴 是肛门与阴道口之间的一段软组织,其中包括皮肤、肌肉及筋膜,是骨盆底的一部分。会阴肌肉由提肛肌与会阴的中心腱联合组成。分娩时会阴承受压力最大,易发生撕裂。重度撕裂可使肛门括约肌断裂造成大便失禁,因此必须注意保护。