

秦云峰 弘 杨 / 主编

这不是秘密——性教育读本

避孕助育、优生分娩 300问



中国
社会
出版
社

图书在版编目(CIP)数据

避孕助育、优生分娩 300 问/秦云峰主编. 北京: 中国出版社, 1999.1

(这不是秘密——性教育读本)

ISBN 7-80146-157-6

I. 避… II. 秦… III. ①避孕-方法-问答 ②优生优育-问答
③婴幼儿-哺育-问答 ④胎教-问答 IV. R169-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 36496 号

丛 书 名: 这不是秘密——性教育读本
书 名: 避孕助育、优生分娩 300 问

主 编: 秦云峰 弘 扬
责任编辑: 林晓靖
责任印制: 侯继刚

出版发行: 中国出版社 邮政编码: 100032
通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦
电话: 66051713 电传: 66030951
经 销: 各地新华书店

印刷装订: 北京通县印刷厂
开本印张: 11.125
字 数: 226 千字
版 次: 1999 年 1 月第一版
印 次: 1999 年 1 月第一次印刷
印 数: 1-10000 册

书 号: ISBN 7-80146-157-6/C·69
定 价: 14.00 元

(凡中国出版社图书有缺漏页、残破等质量问题,本社负责调换)

丛书编写说明

古有“不为良相，宁为良医”之说。良相治国，良医治病，都要作“人”的工作。古之良医，上疗君亲之疾，下救贫贱之厄，中以保身长全。然今之良医，任重道远，既要治病，又要育人。作为长期从事医学的医生，多年临床实践，使编者深深感到，仅仅在门诊的一方小诊室里，解决有限病员的性问题，是远远不够的，医生也应是社会工作者和性科普教育者，以使更多的人因教受益。

世界上科学的发展日新月异，人们生活方式的变化、物质享受的内容真是前人所无法想象。但是，不管其它科学发展到什么地步，然而，从来没有哪门科学能像性科学那样与人的一生密切相关。从人类诞生到今，以至到不可测知遥远的未来；从呱呱坠地赤条条来到人世，很快由稚童幼儿进入到躁动着的青春期，从经历热恋、新婚、怀孕、分娩、哺乳的青壮年，到鬓发斑白，相伴走进“黄昏”的老人，都与性结下不解之缘。

性与生俱在，性与身相伴，性与情爱相融，性与快乐同在。可有时性功能障碍使你烦恼；性器官疾病叫你无奈；得了性病令你悲哀。多少英雄难过“美人关”，多少人栽在“黄”毒下，又有多少夫妻围绕性演出离合悲欢的婚姻闹剧……凡此种种，都离不开一个“性”字，那么人类自身又怎能不去认真思索、探求、学习、实践性科学呢？

编者深感当今社会在性问题方面存在的两难尴尬境地的解决是多么地艰难：一方面社会上各种性问题层出不穷，黄毒泛滥，色情出版物屡禁不止，卖淫嫖娼侵入到城乡各个角落，早恋早婚成了一股暗流，婚前性行为不以为耻，婚外情人成了爱情的补偿方式，计划外怀孕生育增加国家的负担，性病、艾滋病的感染数以惊人的速度上升，因夫妻性生活不和谐而导致离异的比例越来越高；另一方面正面的性科学的宣传举步维艰，许多中学的青春期性教育流于形式，好多地方“试点”多年，却迟迟无法推广、大学的性教育也是“待开垦的处女地”，家庭的性教育几乎一片空白，因为家长本人就是“性盲”，新闻媒介宣传上犹抱琵琶半遮面，广度和深度都不能尽如人意。性禁锢、性神秘的思潮至今影响仍在。

有感于此，编者在中国社会出版社的大力支持下，组织同道决定编写一套「这不是秘密——性教育读本」。针对不同的年龄和层次，分别写成八本书：《幼儿稚童有性吗——和家长谈儿童性教育》、《家有儿女初长成——和家长谈中学生性教育》、《大学生性问题 200 问》、《老尚风流是寿征——与中老年朋友谈性》、《男女性知识揭秘 200 问》、《男女性功能障碍和性器官疾病 200 问》、《避孕助育、优生分娩 300 问》、《残疾人的性问题和性康复》。这里要说明的是丛书尽管分成八册，但由于读者阅读购书各有侧重，故有部分内容互有重复借鉴；其次，编写体例采用问答式，一事一议，有长有短，内容尽量通俗易懂，易学易用，同时适当照顾教学、医学工作者专业需要。另外，本书集体编写过程中参考了部分学者的研究成果和著述，请恕不再一一罗列著者和出处，在此一并向原作者表示诚挚的谢忱和敬意。本丛书由主编、副主编和各位编委共同协

商，分头撰写，最后合成，因此是团结协作的成果。该套丛书的出版如能对大众的性教育工作有所裨益，则是编者最大的心愿。

编 者
1999 年元旦

前 言

有女人感叹,作女人真烦,烦的是每月总有那么几天不舒心的日子;也有女人称,作女人真难,难的是婚后要熬过十月怀胎的颤颤惊惊的岁月,还想把孩子在母亲襁褓之中就调教好;你不想孩子的话,得避孕吃药、上环结扎,你想孩子想得发疯吧,到处跑医院,找“送子观音”,三年两载不见得有动静,别人在背后还免不了指指戳戳,婆婆少不了在耳边唠唠叨叨;到了临产的当口,又诚惶诚恐,不知能不能顺产? 有没有危险? 孩子是不是健康? 眼见得月子里手忙脚乱,日子也不轻松。好不容易一把尿一把屎,把孩子带大,又指望他“成龙”、“成凤”。多少年来,女人在家庭、社会担当着男人无法替代的两种生产任务的同时,经历着经、孕、产、乳、育的重任,走过自己充满艰辛的一生。人类社会就是这样在女性的奉献和努力下,一代一代周而复始向前发展。

然而,时代在发展,观念在更新,性科学也在日新月异地向前发展,不再犹抱琵琶半遮面。避孕节育的新方法、胎教优生的知识、性生理、性心理的各种现象已公然出现在电视屏幕上,或者登上了电台“悄悄话”节目的大雅之堂;女性不孕、男性不育也不是什么见不得人的病,性医学的发展给他们带来了福音;至于怀孕以后,分娩哺乳要注意些什么问题也不再只是民间的口授心传的片言只语。

编者有感于当今许多家庭的年轻夫妇缺乏系统的避孕、节育、不孕不育、助孕胎教、优生优育、妊娠分娩、产后哺乳等知识,

编写了《避孕助育、优生分娩 300 问》这本通俗的生殖医学的读本,使他们在阅读之余能掌握这方面的知识,在指导计划生育、孕、育、产、乳等多方面的生活实践中,使自己的观念和作法少些盲目性,多点科学性,进一步改善生活质量,提高家庭成员的健康水平。

本书兼顾普及和专业两个方面的需要,尤其是基层从事妇产科、性医学科、男性科的医务人员出于知识更新的需要,在向广大群众宣传生殖健康、性医学的知识方面急需一本综合带有科普性的、并能有临床使用价值的参考读物。

在编写过程中,薛加强、秦云峰、奚嘉、赵修敬等中西医专家和李智大夫,利用他们丰富的临床经验并参考了他人撰写发表的大量的最新文献资料,殚精竭虑,经多次修改,最后定稿。在此向那些提供资料的有关医学专家表示诚挚的谢意。尽管如此,本书在编写过程中,也难免不了有百密一疏之处,敬请同道批评指正。

编 者

1999 年元旦

目 录

一、避孕助育篇

- 1 计划生育的内容与重要意义 第001页
- 2 受孕具备的条件与女性受孕周期 第003页
- 3 何谓节育与避孕? 节育措施有哪些 第004页
- 4 女用避孕措施的避孕原理 第005页
- 5 选择避孕措施应考虑什么 第005页
- 6 新婚夫妇宜选择何种避孕措施 第006页
- 7 婚后短期内不想要孩子宜选用何种避孕措施 第006页
- 8 已有孩子的夫妇应如何避孕 第006页
- 9 无生育要求或不宜生育的夫妇应如何避孕 第007页
- 10 更年期妇女选择何种避孕措施好 第007页
- 11 患心脏病的育龄妇女应怎样避孕好 第008页
- 12 患高血压、糖尿病、肝肾及内分泌系统疾病妇女应
怎样避孕 第008页
- 13 患生殖器炎症的妇女应如何避孕 第009页
- 14 月经不调的妇女应怎样避孕 第009页
- 15 哺乳妇女应怎样避孕 第009页
- 16 怎样正确使用安全期避孕? 是否可靠 第010页
- 17 女用避孕药的避孕原理 第011页
- 18 哪些妇女不宜使用避孕药? 何种情况应停药 第012页

19 女用短效避孕药成分与用法	第013页
20 女用长效避孕药成分与用法	第014页
21 女用长效避孕针成分与用法	第015页
22 探亲避孕药有哪些种类? 如何服用	第015页
23 皮下埋植避孕剂的作用原理? 有什么优缺点	第016页
24 女用避孕药对身体有何远期影响	第017页
25 长期服用避孕药后再孕会影响胎儿健康吗	第021页
26 服用哪些药物时不宜同时服用避孕药	第022页
27 服用避孕药失败的原因是什么	第022页
28 如何防治避孕药物引起的类似早孕反应	第023页
29 如何防治避孕药物引起的闭经或月经过少	第023页
30 如何防治避孕药物引起的阴道出血	第024页
31 如何防治口服避孕药的副作用	第025页
32 口服避孕药的七大贡献	第026页
33 如何应用阴道环	第028页
34 外用避孕药的避孕原理? 如何应用	第029页
35 宫内节育器避孕原理	第031页
36 宫内节育器的种类有哪些	第032页
37 哪些情况不宜放置宫内节育器	第034页
38 何时放置宫内节育器为宜	第035页
39 放置宫内节育器后应注意什么	第036页
40 放置宫内节育器后可能会有哪些反应? 如何防治	第037页
41 放置宫内节育器可以有哪些并发症? 如何防治	第039页
42 哪些情况应取出宫内节育器	第043页

43 哪些情况可以造成宫内节育器脱落或带器妊娠

- 第044页
- 44 如何应用阴道隔膜 第047页
- 45 如何正确使用避孕套 第047页
- 46 使用避孕套有哪些好处 第048页
- 47 避孕套使用过程中破裂如何补救 第049页
- 48 如何应用体外排精避孕法? 是否可靠 第050页
- 49 什么叫紧急避孕? 有哪些方法 第050页
- 50 女性绝育术的方法有哪些 第052页
- 51 女性绝育术后会影响月经吗 第052页
- 52 输卵管结扎后会不会发胖 第053页
- 53 输卵管结扎后会不会影响性生活 第053页
- 54 输卵管结扎后会不会影响健康 第054页
- 55 输卵管结扎后复通术的疗效如何 第054页
- 56 男性节育术的方法有哪些 第055页
- 57 输精管结扎后会影响性生活吗 第055页
- 58 男扎究竟好不好 第056页
- 59 丈夫绝育, 妻子为何又怀孕 第058页
- 60 输精管结扎后复通术的疗效如何 第059页
- 61 避孕失败后的补救措施有哪些 第060页
- 62 药物流产应注意的事项是什么 第060页
- 63 何谓人工流产? 有哪些措施 第061页
- 64 如何处理人工流产并发症 第061页
- 65 首胎人流有哪些害处 第063页
- 66 流产后多久方可怀孕 第064页
- 67 私自堕胎有哪些弊端 第065页

68 男性节育原理是什么? 有哪些方法	第065页
69 男性避孕药具有哪些	第066页
70 何谓女性不孕症	第068页
71 女子不孕症怎样分类	第068页
72 女性不孕的常见原因有哪些	第069页
73 性功能障碍也能导致不孕吗	第070页
74 心理因素可导致不孕吗	第071页
75 多喝咖啡也会影响受孕	第072页
76 阴道疾病影响不孕的因素是什么	第072页
77 子宫颈疾病影响不孕的原理何在	第073页
78 子宫疾病怎样导致女性不孕	第074页
79 子宫发育不良应如何治疗	第075页
80 子宫肌瘤会不会导致不孕	第076页
81 输卵管疾病影响女性不孕的机理是什么	第077页
82 检查输卵管通畅与否的试验方法有哪些	第078页
83 输卵管阻塞不通如何治疗	第080页
84 有哪些卵巢病变可引起女性不孕	第082页
85 测量女性基础体温有何意义	第082页
86 什么叫免疫性不孕	第084页
87 如何检查并治疗免疫性不孕	第085页
88 解脲支原体感染也能导致不孕吗	第088页
89 什么叫性交后试验	第090页
90 如何做好性交后试验	第090页
91 什么叫体外宫颈粘液穿透试验	第091页
92 为什么要检查不孕妇女的宫颈粘液	第091页
93 肥胖与不孕不育有没有联系	第092页

94 习惯性流产者要正确使用保胎药	第⑩⑨页
95 多次人流会不会影响怀孕	第⑩⑨页
96 中医是如何诊治女性不孕的	第⑩⑨页
97 当心化学污染导致男性生育能力的下降	第⑩⑨页
98 如何看精液常规化验报告单	第⑩⑨页
99 为什么要进行睾丸活检	第⑩⑩页
100 精液检查发现异常有哪几种情况	第⑩⑩页
101 精液不液化会影响受孕吗	第⑩⑩页
102 房事后精液外溢会影响怀孕吗	第⑩④页
103 精索静脉曲张会导致男性不育吗	第⑩⑤页
104 吸烟、酗酒会影响男性生育力吗	第⑩⑥页
105 男子不育的常见原因有哪些	第⑩⑨页
106 “人工授精”与“试管婴儿”是不是一回事	第⑩⑩页
107 人工授精女方必须具备哪些条件	第⑩⑪页
108 无精子症有没有生育的可能	第⑩⑫页

二、优生胎教篇

109 为什么要提倡优生优育	第⑩④页
110 优生应包括哪些内容	第⑩⑤页
111 近亲结婚有什么危害	第⑩⑥页
112 为何要做婚前检查	第⑩⑧页
113 婚前检查包括哪些内容	第⑩⑨页
114 最佳生育年龄应是多大为好	第⑩⑩页
115 如何选择最佳受孕时机	第⑩⑫页
116 患肝炎能结婚吗	第⑩⑫页
117 患心脏病妇女怎样对待结婚与生育	第⑩⑫页

118 从事微机工作会不会影响生育	第⑫⑧页
119 智力与遗传有关吗	第⑫⑨页
120 子女与父母都相象吗	第⑬⑩页
121 近视、精神病、心血管病、糖尿病、癌症与遗传 有关吗	第⑬⑪页
122 婚后马上怀孕好不好	第⑬⑫页
123 怀孕前要做好哪些准备工作	第⑬⑬页
124 哪些情况下不宜受孕	第⑬⑭页
125 性交体位与受孕有没有关系	第⑬⑮页
126 性高潮是否有利于受孕	第⑬⑯页
127 “新生命”是如何诞生的	第⑬⑰页
128 生男生女究竟由谁决定	第⑬⑱页
129 怎样知道自己已经怀孕	第⑬⑲页
130 怎样推算预产期	第⑬⑳页
131 何谓足月产? 如何判断胎儿成熟	第⑬㉑页
132 胎盘有哪些功能	第⑬㉒页
133 脐带、胎膜、羊水有哪些功能	第⑬㉓页
134 孕妇体内发生哪些主要变化? 有何意义	第⑬㉔页
135 孕妇有何心理改变与心理特征	第⑬㉕页
136 为什么孕妇心境要平和	第⑬㉖页
137 孕妇着装要注意什么	第⑬㉗页
138 孕妇沐浴有什么讲究	第⑬㉘页
139 孕妇为何不宜仰卧位睡觉	第⑬㉙页
140 孕妇取暖切勿使用电热毯	第⑬㉚页
141 孕妇可不可以锻炼身体	第⑬㉛页
142 孕妇请不要欣赏摇滚乐	第⑬㉜页

143 孕妇出门能否坐飞机	第166页
144 孕妇做家务活应注意些什么	第167页
145 孕妇别戴隐形眼镜	第168页
146 孕妇骑车大有讲究	第169页
147 切莫忽视孕期咳嗽	第170页
148 孕妇患痔疮怎么办	第171页
149 孕妇为什么会出现蛋白尿	第172页
150 孕妇为什么爱吃酸味食物	第173页
151 孕妇接触农药对胎儿不利	第173页
152 孕妇不能乱用维生素	第174页
153 孕妇为什么不宜饮茶	第175页
154 孕妇怀孕早期慎做 B 超	第176页
155 孕吐——胎儿的“自卫”反应	第177页
156 孕妇工作与休息如何安排	第178页
157 孕期性生活应注意什么	第179页
158 为什么孕妇要注意饮食与营养	第180页
159 妊娠不同时期对营养有何要求	第181页
160 孕妇为什么要多吃肉、豆类、水果	第182页
161 孕妇“进口”八不宜	第183页
162 情绪对胎儿的影响	第185页
163 孕妇适宜阅读哪些方面的书刊	第186页
164 脑细胞发育的关键阶段在何时	第187页
165 影响孕妇与胎儿的环境因素有哪些	第187页
166 放射线对胎儿有何危害	第189页
167 孕妇为什么不宜吸烟、饮酒	第190页
168 孕妇可以接种哪些疫苗	第192页

169 何谓胎教? 有哪些内容	第193页
170 胎教应从什么时候开始	第194页
171 父亲对胎教应负何责任	第195页
172 夫妻感情对胎教有什么影响	第196页
173 胎儿能学习吗	第197页
174 胎儿有没有感觉	第198页
175 胎儿期活动对出生后的行为有何影响	第199页
176 孕妇如何自我体会胎动	第200页
177 孕妇用药原则是什么	第201页
178 孕妇用药的不良影响是什么	第201页
179 产前检查包括哪些内容	第203页
180 宫底高度小于妊娠月份有哪些原因	第204页
181 宫底高度大于妊娠月份有哪些原因	第205页
182 哪些情况应进行遗传咨询	第205页
183 怎样进行遗传咨询	第206页
184 产前诊断有哪些措施或手段	第207页
185 超声检查在产科监护中有何用途	第207页
186 羊水在产科监护中有何用途	第208页
187 如何判断胎儿成熟度	第209页
188 婴幼儿保护包括哪些内容	第210页
189 国家对围产保健有何规定和要求	第211页
190 孕妇如何学会自我监护? 包括哪些监护内容	第212页
191 什么叫流产? 有哪些类型	第214页
192 为什么不应盲目保胎	第216页
193 如何诊断胚胎停止发育和死胎	第216页

194 如何预防早产	第②17页
195 何谓过期妊娠? 有何危害	第②18页
196 如何诊断宫外孕	第②19页
197 如何判断多胎妊娠	第②20页
198 多胎妊娠易出现哪些并发症	第②21页
199 前置胎盘有哪些危害	第②22页
200 胎盘早期剥离有哪些并发症	第②23页
201 哪些原因可造成羊水过多	第②24页
202 羊水过少有何危害	第②26页
203 脐带异常有哪些表现	第②27页
204 哪些原因可致胎膜早破	第②28页
205 有哪些原因可致胎儿宫内窘迫	第②29页
206 哪些原因可致胎儿宫内发育迟缓	第②30页
207 胎死宫内是何原因	第②31页
208 为什么 RH 血型不合可引起胎婴儿溶血	第②32页
209 ABO 血型不合是怎样引起胎儿溶血的	第②33页
210 你的孩子可能是什么血型	第②34页
211 胎儿的性别能预测吗	第②35页
212 何谓妊娠剧吐	第②36页
213 妊娠呕吐怎么办	第②38页
214 妊娠高血压综合症有哪些危害	第②39页
215 如何预测妊娠高血压综合症的发生	第②41页
216 为什么孕妇易出现缺铁性贫血	第②42页
217 孕妇出现静脉曲张怎么办	第②43页
218 何谓骨盆疼痛综合症	第②44页
219 孕妇手指感觉异常——腕管综合症	第②45页

220 孕期出现阑尾炎怎么办	第245页
221 孕期腹部外伤应注意些什么	第246页
222 如何处理心脏病孕产妇	第247页
223 糖尿病对妊娠有哪些影响	第249页
224 肥胖对妊娠与分娩有哪些影响	第250页
225 甲亢对妊娠有何影响	第251页
226 风疹病毒感染对胎儿有何影响	第252页
227 单纯疱疹病毒感染对胎儿有何影响	第254页
228 巨细胞病毒感染对胎儿有何影响	第255页
229 水痘一带状疱疹病毒感染对妊娠的影响	第256页
230 孕期切勿接触猫狗,避免感染弓形体	第256页
231 患流行性感胃对妊娠有何影响	第257页
232 艾滋病对妊娠有何影响	第258页
233 如何处理妊娠合并肺结核	第258页
234 如何处理系统性红斑狼疮合并妊娠	第259页
235 癫痫妇女妊娠后怎么办	第260页
236 如何处理精神病孕产妇	第261页
237 何谓高危妊娠? 哪些属于高危妊娠范畴	第261页

三、分娩产后篇

238 何谓分娩? 有哪些分娩先兆	第263页
239 你应当在什么时候去医院待产	第264页
240 怎样做好婴儿出生前的准备	第264页
241 产程如何分期? 产程延长对母儿有何影响	第265页
242 无痛分娩的方法有哪些	第266页
243 计划分娩的概念与内容	第269页