

孕 产 前 后 200 问

周文隆 吴 冷编写

出版、发行：江苏科学技术出版社

经 销：江苏省新华书店

印 制：宜兴市南漕印刷厂

开本787×1092毫米 1/32 印张5.5 插页2 字数116,000

1988年6月第1版 1988年6月第1次印刷

印数1—30,000册

ISBN 7—5345—0349—3

R·55

定价：1.40 元

责任编辑 蔡克难

前 言

孕育是伟大母爱的摇篮。当一位妇女准备做妈妈的时候，她对孕育在子宫内的小小生命的关注和憧憬是无法形之于笔墨的。虽然孕育只有短短的二百六十多天，但个中奥秘却涉及甚广。孕期、产期和哺育期会出现各种各样的生理现象和病理变化，生活中会遇到一连串疑问或难题，如怎样才能保障孕妇的安全？怎样才能使胎儿顺利娩出？婴儿怎样才能健壮成长？这些都是孕妇及其家人迫切希望了解的知识。基于这点，我们在总结实践经验的基础上，参阅了国内外有关资料文献，编写了这本书。书中就孕妇们普遍关注的，可能遇到的一些问题，以妊娠、胎教及哺育为中心，用问答形式作一深入浅出的介绍，期望对渴求解难释疑的人们有所裨益，能为母子健康提供必要的知识与信息。

虽然我们力求将有关问题收集得广泛些，讲得深透些，做到通俗、易懂、实用和针对性强，但由于编者学识和水平都有限，书中错误及欠妥之处在所难免，恳请广大读者提出批评指正。

编 者

1987年11月

目 录

1. 怀孕后还会来“月经”吗？	1
2. 假怀孕是怎么回事？	1
3. 妇女在什么年龄生育适宜？	2
4. 妇女过早生育有什么害处？	2
5. 妇女过晚生育有哪些不利？	2
6. 一年四季选择何时怀孕好？	3
7. 怎样“择卵而孕”？	3
8. 夫妻情深能使婴儿俊美吗？	5
9. 为什么会生双胞胎？	6
10. 为什么会生怪胎？	6
11. 为什么高龄孕妇易生痴呆儿或畸形儿？	7
12. 生过痴呆儿后还能生正常孩子吗？	7
13. 孕妇吃兔肉会生唇裂儿吗？	8
14. 先天性色盲是怎么回事？	9
15. 腋臭是怎样遗传给下一代的？	10
16. 癌症会遗传给后代吗？	10
17. 生男生女受谁主宰？	11
18. 一年四季生男生女有何差别？	11
19. 为什么飞机驾驶员、运动员生女孩居多？	12
20. 碱性药液洗阴道能生男孩吗？	12
21. 控制饮食可以选择生男生女吗？	13
22. 服避孕药对胎儿有影响吗？	14

23. 服避孕药过程中怀孕怎么办？	14
24. 外用避孕药膜后怀孕怎么办？	14
25. 孕妇吃药能“换胎”吗？	15
26. 节育环会套在胎儿脖子上吗？	16
27. 婚后不怀孕就是不孕症吗？	16
28. 不怀孕的原因都在女方吗？	17
29. 生殖道有炎症影响受孕吗？	17
30. 领养孩子后为什么会怀孕？	18
31. 嗜好烟酒者为什么会不孕？	19
32. 为什么有的人流产后会不再怀孕？	20
33. 营养与不孕有何关系？	20
34. 子宫位置不正影响怀孕吗？	21
35. 多吃点“金属元素”能促进受孕吗？	21
36. 穿牛仔裤会影响受孕吗？	22
37. 避孕套为什么能治不孕？	23
38. 怎样知道怀孕了？	24
39. 妇科检查会引起流产吗？	25
40. 怎样计算孩子的出生日期？	25
41. 为什么要定期做产前检查？	26
42. 哪些妇女怀孕后容易呕吐？	26
43. 妊娠呕吐有哪些简易自疗法？	27
44. 为什么孕妇小便次数特别多？	28
45. 如何对待妊娠期白带增多？	28
46. 为什么说怀孕和疼痛有不解之缘？	29
47. 为什么孕妇常有腰痛？	30
48. 为什么孕期会有胃痛和“烧心”？	31
49. 孕妇臂、腿痛是关节炎吗？	31

50. 孕妇鼻腔为何易出血?	32
51. 孕妇牙龈为何会出血?	32
52. 为什么孕妇易发生贫血?	32
53. 孕妇为什么容易发生尿路感染?	33
54. 妊娠纹是怎样引起的? 能消掉吗?	34
55. 只有孕妇脸上才出现蝴蝶斑吗?	34
56. 怀孕晚期为什么容易气喘吁吁?	35
57. 高热对胎儿有什么影响?	36
58. 为什么孕妇不宜多接触猫和狗?	37
59. 胎儿越大越好吗?	37
60. 哪几种阴道流血与怀孕有关?	38
61. 怀孕期出现哪些意外情况要立即去医院?	39
62. 哪些孕妇需做产前诊断?	39
63. 怀孕时能接受X光检查吗?	40
64. 超声波检查对胎儿是否有害?	40
65. 孕妇用药有哪些危险?	41
66. 孕期禁用哪些化学药物?	42
67. 孕期哪些中药不宜服用?	46
68. 孕妇感冒能否不用药而得以治愈?	46
69. 孕妇患滴虫性阴道炎怎么办?	47
70. 为什么孕产妇便秘不能乱用泻药?	48
71. 孕妇如何根据体形的变化穿着?	48
72. 孕妇穿什么样的鞋子合适?	50
73. 为什么孕妇不宜浓妆艳抹?	50
74. 孕妇涂指甲油有什么害处?	51
75. 孕妇能吹电风扇吗?	51
76. 冬天孕妇能用电热毯吗?	52

77. 为什么孕妇不宜多听高频率立体声音乐?	52
78. 孕妇能看电视吗?	53
79. 孕妇看电视有哪几忌?	54
80. 孕妇使用加酶洗衣粉应注意哪些问题?	54
81. 孕妇洗澡, 是用淋浴还是盆浴好?	55
82. 日光浴对孕妇有好处吗?	56
83. 孕妇在孕期能同房吗?	56
84. 为什么孕妇不能多闻汽油味?	57
85. 孕妇接触农药有什么危害?	58
86. 孕妇仰卧有危险吗?	58
87. 左侧卧位对孕妇有什么好处?	59
88. 夫妻血型不同对胎儿有影响吗?	59
89. 孕妇为什么要加强营养?	60
90. 为什么说孕妇肥胖是一种危险信号?	61
91. 孕妇多吃瘦肉有什么好处?	62
92. 孕妇多吃鱼、虾有什么益处?	62
93. 孕妇多吃菠菜可以补血吗?	63
94. 孕妇食用鹌鹑的营养胜过鸡吗?	63
95. 孕妇能饮酸牛奶吗?	64
96. 为什么孕妇不宜多饮汽水?	64
97. 为什么孕妇不宜多饮啤酒, 产妇却可适当多喝?	65
98. 孕妇能喝浓茶或浓咖啡吗?	66
99. 孕妇应该选用哪些饮料? 饮用量多少为宜?	66
100. 孕妇多吃水果好吗?	67
101. 孕妇为何不宜多吃罐头食品?	67
102. 为什么产妇不宜多吃巧克力?	68
103. 为什么孕妇不宜多吃冷饮?	68

104. 孕妇和产妇如何正确食用山楂?	68.
105. 孕妇要不要忌盐?	69.
106. 孕妇能不能食用糖精?	70
107. 孕妇能不能食用味精?	70.
108. 孕妇能吃酱油吗?	71
109. 妇女怀孕后能运动吗?	71
110. 为什么说散步是孕期的最佳运动?	72
111. 孕妇能做家务劳动吗?	73
112. 哪些孕妇要调换工种?	74
113. 孕妇可以外出旅游吗?	75
114. 孕妇的最佳交通工具是哪几种?	75
115. 孕妇下肢水肿非服药不可吗?	76
116. 有妊娠水肿的孕妇多吃些梅子有什么好处?	76
117. 孕妇下肢静脉曲张可以预防吗?	77
118. 孕妇失眠怎么办?	78.
119. 孕妇怎样防治痔疮?	79
120. 孕妇全身皮肤瘙痒怎么办?	80
121. 为什么不能盲目保胎?	80.
122. 能不能用黄体酮保胎?	81
123. 维生素E有保胎作用吗?	81
124. 未婚先孕者人工流产有哪些危害?	82
125. 怎样进行孕期家庭监护?	83
126. 孕妇怎样自测胎儿安危?	84
127. 丈夫怎样学习听胎心?	85.
128. 为什么孕妇的乳头不能多刺激?	86
129. 心脏病患者孕期应注意些什么?	87
130. 乙型肝炎影响结婚生育吗?	88.

131. 肾脏病人是否能怀孕?.....	89
132. 精神分裂症患者能不能结婚、生育?.....	89
133. 骨盆过大也会发生难产吗?.....	90
134. 产前检查发现胎儿臀位, 怎么办?.....	91
135. 哪些孕妇有发生妊娠高血压综合征的可能?.....	91
136. 为何婴儿多在夜间出生?.....	92
137. 怀胎十月仍不生产有什么危害?.....	93
138. 孕妇经常卧床静养会引起滞产吗?.....	93
139. 胎膜早破怎么办?.....	94
140. 孕妇应何时住院待产?.....	95
141. 为什么有的产妇分娩时要切开会阴?.....	95
142. 产房环境因素对产妇心理有哪些影响?.....	96
143. 有哪些方法可以减轻分娩痛苦?.....	97
144. 生孩子会发生哪些意外?.....	98
145. 剖腹产能使婴儿聪明吗?.....	100
146. 产褥期妇女如何运动?.....	101
147. 怎样预防产后肥胖?.....	102
148. 妇女产后易老是何原因?.....	103
149. 产后解不出小便(尿潴留)怎么办?.....	103
150. 产妇怎样自我观察恶露?.....	104
151. 如何寻找产后发热的原因?.....	105
152. 为什么初产妇易患急性乳腺炎?.....	105
153. 产妇奶胀怎么办?.....	106
154. 有哪些简易催乳方法?.....	106
155. 有哪些简易退乳法?.....	107
156. 产妇缺奶与乳罩有何关系?.....	108
157. 孕产妇能不能刷牙?.....	108

158. 产妇不能洗头、洗澡吗?.....	109
159. 产妇能饮麦乳精吗?.....	109
160. 孕产妇为什么要多吃红糖?.....	110
161. 有的哺乳妇女为何会突然失明?.....	110
162. 孕妇能食用桂皮、八角和花椒吗?.....	111
163. 妇女怀孕期间体重增加的正常范围是多少?.....	111
164. 肥胖妇女怀孕分娩会遇到哪些麻烦?.....	111
165. 肥胖孕妇如何自我控制饮食?.....	112
166. 哪些孕妇必须多吃?.....	113
167. 常用食品的热量如何计算?.....	113
168. 什么是胎教?.....	114
169. 如何进行胎教?.....	115
170. 孕妇的情绪对胎儿有影响吗?.....	117
171. 胎儿能学习吗?.....	118
172. 父母能和胎儿对话吗?.....	119
173. 如何让胎儿欣赏音乐?.....	119
174. 父亲怎样参加胎教?.....	120
175. 新生儿保健意义何在?.....	122
176. 如何给宝宝安个家?.....	123
177. 怎样给宝宝准备衣着用品?.....	124
178. 做尿布有何讲究?.....	125
179. 提倡母乳喂养道理何在?.....	126
180. 母亲喂奶要注意些什么?.....	126
181. 乳母何时不宜喂奶?.....	128
182. 怎样才能保证母乳质好量多?.....	129
183. 为什么要早早地抱奶?.....	129
184. 怎样人工喂养婴儿?.....	130

185. 调配牛奶时,稀释、加糖、煮沸缺一不可吗?.....	132
186. 母乳不足如何加喂代乳品?.....	132
187. 豆浆、麦乳精可做代乳品吗?.....	133
188. 怎样给婴儿加喂辅食?.....	134
189. 每天要喂婴儿多少水?.....	135
190. 如何知道婴儿是否吃饱?.....	135
191. 剥胎发好吗?.....	136
192. 给新生儿洗澡应注意些什么?.....	137
193. 奶瓶、奶头如何消毒和使用?.....	138
194. 为什么给婴儿打蜡烛包不好?.....	138
195. 溢乳怎么办?.....	139
196. 婴儿食蜂蜜有危险吗?.....	139
197. 新生儿期哪些因素会影响智力发育?.....	140
198. 新生儿如何学习?.....	141
199. 刚生下的孩子为什么这样丑?.....	142
200. 为什么婴儿睡眠比成人多?.....	143
201. “夜哭郎”是怎么一回事?.....	144
202. 如何护理新生儿的脐部?.....	145
203. 新生儿乳房增大是怎么回事?.....	145
204. 如何辨别婴儿视觉是否正常?.....	146
205. 如何发现婴儿听觉不正常?.....	147
206. 给婴儿吸干奶嘴有何害处?.....	147
207. 高危新生儿是什么意思?.....	148
208. 温度过高或过低对新生儿有何影响?.....	148
209. 新生儿体重为什么会下降?.....	149
210. 卤门的的变化说明些什么?.....	149
211. 新生儿身上的胎脂如何处理?.....	150

212. 新生儿皮肤为什么发黄?.....	150
213. 新生儿正常粪便是什么样的?.....	151
214. 如何通过粪便早期发现孩子的疾病?.....	152
215. 新生儿为何有时无尿?.....	153
216. “马牙”、“螳螂嘴”是怎么一回事?.....	153
217. 新生儿自然出血症是怎么一回事?.....	154
218. 新生儿阴道流血是何因?.....	155
219. 为什么婴儿要接种卡介苗?.....	155
220. 哪些因素可引起婴儿红屁股?.....	156
221. 新生儿腹泻危险吗?.....	157
222. 奶癣是吃奶引起的吗?.....	158
223. 如何防治新生儿鹅口疮?.....	158
224. 为何有些新生儿阴囊内摸不着睾丸?.....	159
225. 新生儿肚脐突出一块是怎么一回事?.....	160
226. 新生儿肝炎是怎么一回事?.....	160
227. 新生儿歪脖子会好吗?.....	162
228. 如何发现先天性髋关节脱位?.....	162
229. 如何防治佝偻病?.....	163

1. 怀孕后还会来“月经”吗？

有少数妇女在怀孕后头三个月内，每月原月经期仍有少量阴道流血，常被误认为是月经。祖国医学称此为“激经”、“垢胎”或“漏胎”。其原因可能是孕卵着床后子宫内膜的一种生理反应，或是极少数双子宫妇女未受孕的一个子宫里的蜕膜出血引起。这种阴道流血一般不影响胎儿发育，不需特殊治疗。但要与先兆流产区分清楚，还应注意不要将这种阴道流血误认为是怀孕前的最后一次月经，而将孩子出生日期（预产期）计算偏后。

2. 假怀孕是怎么回事？

某些结婚多年不生育，而又朝思暮想有一个孩子的妇女，或是极少数绝经后与绝育后妇女，虽然事实上根本未怀孕或不可能怀孕，但却坚持确信自己已怀孕，且在客观上还可有类似怀孕的停经、恶心、呕吐以及厌恶腥腻厚味、喜食酸辣等怀孕反应现象，甚至自觉小腹日渐膨隆，腹中似有胎儿阵阵活动，乳房胀大，乳头着色，有的还可有滴滴乳汁流出。这种幻想或假想的怀孕，就称为“假孕”。这种假象除了有体内性激素的变化因素外，一般是由于渴望怀孕或惧怕怀孕的矛盾心理等因素，引起神经内分泌变化所致。所谓腹部增大，其实是由于脂肪堆积或肠腔胀气所引起，自觉有胎动，则是腹主动脉搏动，或是便秘和肠蠕动增加所致。此外，少数是由于某些妇女盼子心切或以往有过流产，一旦月经过期数日，即认为自己已怀孕，迫不及待地要求安胎保子。如果医生在没有充分诊断怀孕的依据下，便给予黄体酮等激素保胎，就有可能在这些性激素作用下，发生一些医源性“假孕”现象。假孕妇女只要经过系统观察、检查，加之

医生耐心解释和给予一定的精神疗法，就能消除误会，辨明真相。

3. 妇女在什么年龄生育适宜？

妇女的最佳生育年龄是24~29岁，最好不要超过30岁。因为这段育龄的妇女身体已发育成熟，正处在生育旺盛期，对妊娠、分娩期间的心理变化和精神刺激均能很好地调节与适应，各方面已具备了做母亲的条件，能胜任起哺育与教育下一代的任务。因此，所生的小孩既健壮又聪明。据上海市近年来对城市2448名7~12岁男女学生的调查，母亲24~30岁生下的孩子身高最优，体重数和胸围数较高，跳远成绩最好，素质综合评分亦较高。

4. 妇女过早生育有什么害处？

过早生育对母婴都不利，因为女子的骨骼完全钙化一般要到23~24岁。如果自身骨骼尚未完全钙化就怀孕，不仅母亲自己需要大量的钙，还要分出一部分钙来供给胎儿生长发育的需要。缺钙既影响母亲的身体健康，亦有碍胎儿的正常发育。此外，生育过早尚易患妇女病，如早育的妇女患子宫颈癌就比晚育的妇女多数倍。另外，母亲年纪太轻，很难对孩子进行良好的抚育教养，从而会影响孩子的成长。

5. 妇女过晚生育有哪些不利？

过晚生育对母婴健康不利。所谓推迟生育年龄也是应该有限度的，最好不要超过30岁，尤其不要超过35岁。医学上将35岁生第一胎的产妇称为高龄初产妇。35岁以上的妇女，卵巢功能开始衰退，卵子易发生畸变，胎儿发生先天性畸形或

痴呆的发病率明显增加。此外，妇女在35岁以后，骨盆和韧带的松弛性，盆底和会阴的弹性都有所减弱，妊娠期并发症和难产率亦相应增高。当然，由于某种原因，结婚、妊娠年龄超过了这个界限，也不必过分紧张。因为现在妇产科学已发展到了相当高的水平，只要做好“产前检查”和“产前诊断”，请医生悉心处置，多数高龄的初产妇仍可平安无事。

6. 一年四季选择何时怀孕好？

一般认为，受孕最佳时间是每年的7~9月份。于此期受孕后三个月，正值天高气爽，各种水果蔬菜源源上市，孕妇休息好，营养丰富，维生素摄入量多，有利于胎儿发育。待到来年新生儿降临人世，正适气候温和、阳光明媚的季节，蔬菜、鱼、肉、蛋等副食品供应丰富，母乳喂养也丰足。住室可以开窗换气，减少污染，有利于母婴健康。孩子满月后又可抱出室外进行日光浴、空气浴，孩子的衣裤、垫被、尿布易晾晒干，给孩子每天揩身淋浴也便利。此外，产妇的伤口也易愈合，哺乳方便。

据最近的调查资料发现，患精神分裂症者的生日以1、2、10月份为多，即受孕时间在4、5、1月份。究其原因，可能是4、5月份怀孕者，早孕头三个月胎儿大脑皮层形成与分化的重要时期，正值7、8月份酷暑炎夏季节，孕妇易患“伏暑症”，进食少，营养摄入不足；而1月份怀孕者，早孕时正值冬末初春，多雨，湿度高、光照少，蔬菜瓜果缺乏，维生素摄入少，从而影响胎儿的脑发育与智力发育。

7. 怎样“择卵而孕”？

刚出生的女孩，两个卵巢内大约有30万~60万个初级卵

泡。然而，一个妇女一生中平均只经历404次月经周期，每个月经周期一般只有一个卵泡发育成熟，也就是说，一生中只有400多个卵子有资格作为人类未来子孙的候选者从卵巢排出，真可谓是万中挑一。这样一个过程就是人类自身的自然择卵过程。

当今，提倡每对夫妻只生一个孩子，因此，只需一个卵子便可担此重任，能不能再精益求精，好上加好地从400多个候选卵子中，摒弃质量不好或不稳定者，择其最优者而孕呢？欲达此目的可按照下列各条去做。

(1) 女子进入青春期后，卵巢最初的排卵是不规则的，卵子质量也不稳定。由于我国婚姻法规定的婚龄的限制，有效地使这时的卵子不得入选而被淘汰。因此，杜绝早婚早育，坚持24~29岁的最佳生育年龄怀孕，是“择卵而孕”的关键。

(2) 患有急、慢性病，尤其是传染病期间，由于病原微生物的毒害作用和某些治疗药物的影响，卵子可能受到一定程度的伤害，此时切忌怀孕。

(3) 酒精对卵子有肯定、明显的伤害，酒后切莫受孕。西方国家所谓“星期天婴儿”，就是指酒后受孕所生的低能儿。我国古代大诗人陶渊明给后人留下众多脍炙人口的诗篇，但却没有给自己留下一个聪颖的后代，他的5个儿子均是痴呆儿，直到晚年他才悔知是终日贪杯的恶果。此外，吸烟对卵子也有有害影响。据调查，近年来众多女性正逐渐走进吸烟行列，甚至女大、中学生也有人抽烟。烟酒不分家，都是优生的冤家，亦是“择卵而孕”的忌讳。

(4) 有些人认为结婚当月怀孕，“座上喜”是喜上加喜。其实，这种喜是不利于优生的。因为，在操办婚事期

间，男女双方身心都处在高度兴奋和疲劳状态，而且喜庆筵席上免不了要饮酒、吸烟。此时怀孕，带来的后果将可能是忧而不是喜。

(5) 遭遇不幸事故，精神上受到重大刺激或情绪不佳，忧伤多愁，夫妻不和、反目吵闹，均可引起体内一系列的不良反应，此时不宜受孕。

(6) 口服避孕药主要作用为抑制排卵过程，对卵子有一定影响。因此，口服避孕药的妇女至少应在停药半年后方可受孕。

(7) 接受放射线或抗癌药物的检查或治疗期间，由于放射线和药物对卵巢的损害，影响卵子质量，不宜受孕。

诚然，生一个健壮的后代，卵子不是唯一的决定因素，精子的状况，孕期内、外环境的影响等也起着重要作用。不过，就卵子本身来说，确需选择一个优良者。

8. 夫妻情深能使婴儿俊美吗？

孩子是夫妻爱情的结晶，在真挚爱恋的夫妻感情下才能孕育出聪颖健美的婴儿。性交和受精是一个高度复杂的生理过程，需要一个良好的功能和精神心理状态。性生活时，夫妻的感情、心理状态及性冲动的节奏等，均会影响受精过程及日后的胎儿生长发育。情投意合，柔情蜜意，恩爱情深，从思维、心理、语言、动作全然达到高度的和谐协调，会使孕育的孩子集中双亲身体、相貌之优点与长处，出现一刻千金的机遇。现实生活中常见同胞兄妹的身体、性格殊异，有的集中了双亲的优点，有的却取其缺点，这和不同的受精时刻有关。此外，还应注意夫妻性生活不宜过频过密，这样才能安排在排卵期精力充沛、感情最炽热时受精。

9. 为什么会生双胞胎？

一般来说，女性从青春期开始，每月只从卵巢中排出一个成熟卵子。它只能接受一个精子的“求爱”，结合成一个受精卵，在子宫内发育成一个胎儿。如果受某种因素影响，受精卵进行特殊分裂，由一个变成两个或两个以上的受精卵，各自发育成胚胎，这样就形成了单卵双胎或多胎。此外，应用克罗米酚或绒毛膜促性腺激素等促排卵药物后，有时卵巢会打破惯例，一次排出两个或两个以上的成熟卵子，并同时受精，这样就形成了双卵双胎或多卵多胎。双胞胎或多胞胎往往有家族性遗传史。

10. 为什么会生怪胎？

年轻夫妇新婚生活的柔情蜜意，常常渴望着爱情结晶——一个健康、活泼、聪明的小天使的诞生。然而，严峻的现实有时偏要嬉弄人们，有些人竟会生下个畸形儿。据世界卫生组织统计，目前全世界先天性缺陷的人高达1亿，我国1979年有关专家估计，痴呆人约有400万~500万，其中先天愚型达160万人之多。那么，在人类形成生命的最初瞬间，是怎样被“魔鬼”幽灵袭击和肆虐的呢？

据调查和研究发现，怪胎的发生是由内因与外因两方面造成的，其中遗传因素造成的占10%，妊娠期特别是妊娠头三个月内受外界环境因素作用造成的占10%，遗传和环境因素相互共同作用引起的占80%。怪胎的成因因素又可分为：生物因素如遗传、近亲联姻、母亲高龄、多孕密产、细菌或病毒感染，合并有糖尿病、癫痫、妊娠高血压综合征等；化学因素如营养不良、滥用药物、嗜好烟酒、接触有毒化学物质等；物理因素如缺氧、放射线照射、分娩损伤等。