

64.6918
GJS

434894

64.6918
GJS

孕产须知

郭 及 省 著

64.6918
GJS

科学普及出版社

孕 产 须 知

郭 及 省 著

科学普及出版社

孕 产 须 知

郭及省 著

责任编辑：罗羽东

封面设计：刘 俊

科学普及出版社出版（北京海淀区魏公村白石桥路32号）

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

湖北省黄石日报印刷厂印刷

开本：787×1092毫米1/32 印张：2 字数：44千字

1986年5月第一版 1986年5月第一次印刷

印数：1—63,000册 定价：0.40元

统一书号：14051·1074 本社书号：1237

目 录

一、生殖器官.....	(1)
二、受孕是怎么一回事.....	(4)
三、说说各月胎儿的特征.....	(6)
四、介绍胎盘、胎膜、脐带、羊水的功能.....	(8)
五、怀孕有哪些征象.....	(10)
六、如何作产前检查.....	(12)
七、孕期要注意保健.....	(19)
八、要重视高危妊娠.....	(22)
九、临产了.....	(26)
十、准备接生用品.....	(27)
十一、怎样接生.....	(31)
十二、如何处理新生儿窒息.....	(38)
十三、难产怎么办.....	(40)
十四、要警惕产后出血.....	(43)
十五、要注意产后感染.....	(47)
十六、要讲究产后卫生.....	(49)
十七、怎样照顾新生儿.....	(51)
十八、新生儿有哪些常见疾病.....	(54)
十九、谈谈围产期保健.....	(59)

一、生殖器官

女性生殖器包括两个部分，露在外面的部分叫外生殖器，又称外阴，包括阴阜、阴蒂、大小阴唇、尿道口、阴道口、处女膜和会阴（图1）。藏在里面的部分叫内生殖器，包括阴道、子宫、输卵管、卵巢（图2）。

阴道是一个由粘膜与肌肉构成的管道，长约8~11厘米，有很大的伸缩性，位于膀胱底、尿道和直肠之间，上接子宫，下通外阴。它的功能是：月经血的通路，性交的器官，胎儿排出的通道。

子宫也是由肌肉和内膜构成的空腔器官，位于盆腔的中央，前与膀胱后与直肠相邻，大小似鸡蛋，重约40~50克，分子宫体和子宫颈两部分。它的功能是：行经的器官，胎儿生长发育的地方，分娩时是胎儿的排出器官。

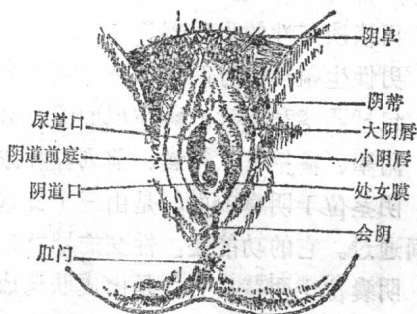


图1 女性外生殖器

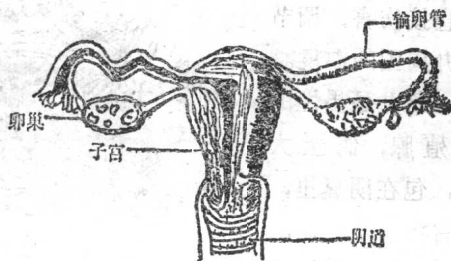


图2 女性内生殖器正面观

输卵管也是由肌肉和粘膜组成的管道，位于子宫角两侧，一头和子宫角相连，另一头逐渐膨大似喇叭，叫输卵管伞部，开口于腹腔，紧对着卵巢。它收缩起来似蚯蚓的爬行动作，管内长有细纤毛。它的功能是：精子和卵子会合的地方，输送受精卵至子宫腔去着床。

卵巢位于子宫两边和输卵管的后下方，大小似鸽蛋，分皮层和髓层两部分。皮层是产生卵子的地方，髓层含有血管、淋巴和神经。它的功能是：产生卵子，分泌女性激素。女子的一些特征，如乳房的增大，臀部变得丰满，生殖器发育等，都与它有关。

再谈谈男性的生殖器。

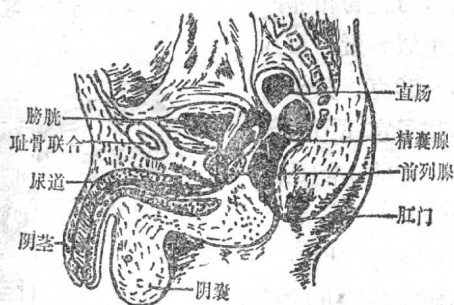
男性生殖器也分两个部分，露在外面的部分叫**外生殖器**，包括**阴茎**和**阴囊**。藏在里面的部分叫**内生殖器**，包括**睾丸**、**附睾**、**输精管**、**精囊**、**前列腺**和**尿道**（图3、4）。

阴茎位于阴囊前面，是由三个柱状海绵体组成，尿道从中间通过。它的功能是：性交的器官，射精和排尿的通道。

阴囊位于阴茎后方，是由皮肤构成的囊状物，色深而多皱纹，里面藏有睾丸、附睾和输精管的一部分。它的功能是：保护睾丸，免

受直接伤害，调节
睾丸周围的温度。

睾丸是男性的生殖腺，鸽蛋大小，包在阴囊里，左右各一个。它的功能是：产生精子，分泌男性激



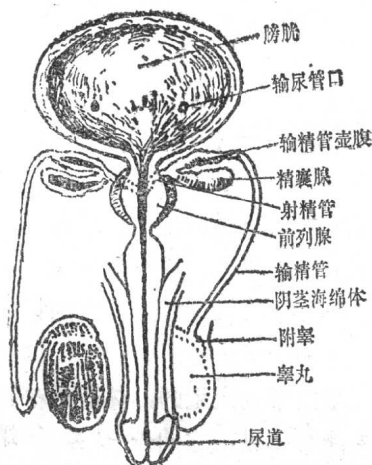


图4 男性生殖器官正面模式图

素。男子的一些特征，如突出的喉头，低沉的声音，胡须的生长以及生殖器的发育等，都与这种内分泌有关。

附睾位于睾丸的后上面，是一条弯曲盘旋的管子，一头和睾丸相连，另一头和输精管相接，是精子从睾丸到输精管的通道。它的功能是：精子成熟的地方，有贮存精子和吸收衰亡精子的作用。

输精管是输送精子的管道，细长而坚韧，长约50~60厘米，一头连接附睾，另一头和精囊的排泄管会合形成射精管，穿过前列腺，开口于尿道。它的功能是：输送精子，贮藏一部分精子。

精囊是由输精管分出的一个侧支膨大的部分，扁平而椭圆。它的功能是：能分泌一种粘稠的蛋白液，排入射精管内与精子混合，促进精子的活动，营养精子。

前列腺位于膀胱后下方，是一个圆锥形底朝上、栗子样的腺体。腺中有尿道穿过，射精管从后上方穿入，开口于尿道。它的功能是：分泌一种乳白色的浆性液体，经过排泄管排入尿道，滑润尿道。

尿道是排尿和排精的共同通道。

二、受孕是怎么回事

所谓受孕，就是指男性的精子和女性的卵子相结合，形成一个新的个体，也就是一个生命的开始。这个新个体在子宫腔里着床、生长、发育，就叫怀孕，或称妊娠。它的详细经过大致是这样：

精子是男性的生殖细胞，是由睾丸产生的，体积很小很小，肉眼看不到，用显微镜才能看得见。它的外形像个蝌蚪，有个扁圆的头部、颈部和一条长长的尾巴。头部是精子的重要部分，有钻入卵子内部的能力；尾巴是精子的活动部分。精子的活动，全靠其尾巴的摆动。根据观察，精子每分钟能游动2~3毫米。夫妇同房时，一次射出的精液为2~6毫升，里面含有精子数为6千万至2亿多个。射精时，大部分的精液都贮存在阴道上端，并涂抹在子宫颈口的周围。正常情况下，数分钟后，精子就进入子宫颈管，进一步就到了子宫腔。精子在子宫腔里，混在少量的子宫腔分泌物中，依靠子宫的收缩和子宫腔内液体的协助，到达子宫角和输卵管交界处，再继续向输卵管内游动，最后在输卵管外侧三分之一的地方与卵子相遇结合，这就叫“受精”。

卵子女性的生殖细胞，是由卵巢产生的，体积比精子大得多，肉眼能看得见，呈圆形，直径为0.2毫米左右，相当于针尖那么大。在显微镜下看卵子，其周围好像皇冠一样，医学上称为“放射冠”，紧贴放射冠内部的叫“透明带”，再往深处，便是细胞浆和细胞核了。当卵巢快要排卵时，卵

巢本身趋向输卵管向腹腔开口的部分，而输卵管向腹腔开口的部分也有吻抱卵巢的趋势。这样，当卵巢排卵时，卵子便自然而然的流入输卵管，最后与精子相遇。许多精子包围着一个卵子，每个精子都想用自己的头部钻入卵子内，与此同时，精子本身还能分泌一种特殊蛋白质，能溶解卵子外围的放射冠和透明带之间的酸质，从中打开一个缺口，为某个精子开辟一条进入卵子内部的道路。当一个精子进入卵子之后，卵子的外围组织即形成一层膜，阻止其他精子再次入内。精子的头部和颈部进入卵子时，它的尾巴就丢在卵子的外面；这时候，精子的头颈部便向卵子的中心移动，渐渐和卵子的细胞核接近；最后，精子和卵子的细胞核融合为一体，这时的卵子就叫“受精卵”，或称“孕卵”。受精卵依靠输卵管的蠕动和输卵管内部的细纤毛摆动，大约在四、五天左右就到了子宫腔里着床。受精卵在运行过程中和着床后，细胞不断地分裂、变化。即1个变2个，2个变4个，4个变8个，8个变16个，16个变32个，……最后便成了一个胚胎。与此同时，子宫内膜也作好一切准备，有疏松的温床，有丰富的养料，准备迎接未来的小客人。这就是受孕的大致经过。

由此可见，受孕是一个较为复杂的生理过程，必须具备下列条件：精液中含有正常数量和正常活动的精子；卵巢排出正常的卵子；卵子和精子能够在输卵管内相遇并结合成为受精卵或孕卵，被输送至子宫腔；子宫内膜适合于受精卵着床。这些条件只要有一个因素不正常，便阻碍受孕。

三、说说各月胎儿的特征

怀孕各月胎儿发育的特征是：

一月末的孕卵已进入胚胎阶段，胚芽长约1厘米，胎体呈弓形，眼、耳、鼻的痕迹开始出现，还有一条小尾巴。

二月末的胚胎已初具人形，胎体长约4厘米，头大，眼、耳、鼻、口、四肢已具雏形，尾巴已消失。心脏已形成且有心脏搏动，超心波可以检查出来。

三月末的胚胎已进入胎儿阶段，胎体长约9厘米，生殖器已发生，手足可分辨，四肢能活动。

四月末的胎体身长约16厘米，皮肤色红，光滑透明，可以通过皮肤见到皮下血管，外生殖器可辨男女。孕妇自觉有胎动。X线检查可以发现胎儿的骨骼阴影。胎盘形成良好，有羊水，胎儿在其中活动。

五月末的胎儿身长约25厘米，头占身长三分之一，全身有毳毛，生后有呼吸、排尿及吞咽功能，胎动活跃，胎心能听到。

六月末的胎儿身长约30厘米，面目清楚，骨骼健全，皮肤呈现皱纹，皮下脂肪开始生长，内脏均已发育。

七月末的胎儿身长约35厘米，皮肤发红，多皱折，皮下脂肪少，面如老头，头发、指甲已长出。男婴睾丸已下降至阴囊。出生后能啼哭与吞咽，但生活力很弱，精心护理可能存活。此时娩出的胎儿叫做“早产儿”。

八月末的胎儿身长约40厘米，皮肤颜色深红，面部毳毛

已脱落，生活力尚可，生后好好护理，可以存活。

九月末的胎儿身长约45厘米，皮肤呈粉红色，皮下脂肪较多，面容皱纹消失，指甲已达指尖，生后能啼哭及吸吮。生活力良好，出生后基本可以存活。

十月末的胎儿身长约50厘米，皮肤上盖有胎脂，皮肤呈粉红色，皮下脂肪发育良好，外观丰满，生殖器已完全发育。出生后啼哭响亮，四肢运动活泼，吸吮动作强烈，能很好地存活（图5）。



图5 胎儿各月发育情况

综上所述，可用几句话概括，即一受精，二成胎，三分男女四见骨，五月闻心有胎动，六月胎儿已形成，七月胎儿是个关，人小面老养活难，八月胎毛已脱落，适当喂养可存活，九月一过十月生，胎儿样样都长全。

四、介绍胎盘、胎膜、脐带和羊水的功能

胎儿的生长发育与胎盘、胎膜、脐带、羊水有着密切的关系。例如，胎盘功能不好，就会影响胎儿的生长发育；胎膜在怀孕期间破了，羊水流出，就会造成流产、早产或感染等；脐带过长容易打结，使胎儿的血液循环受阻；羊水过多，往往会造成早产或合并有胎儿畸形，因此，这些物质与胎儿息息相关，对它们的大致功能也要有所了解。

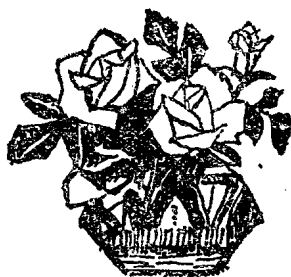
正常胎盘是附着在子宫腔的前壁或后壁上的，足月胎盘的形状呈扁圆形，中间厚，边缘薄，直径为16~20厘米，重约1斤左右，分母体面和胎儿面，母体面呈暗红色，胎儿面呈灰白色并光滑，有脐带附着。它的功能是：输送物质，即胎盘将母血中的氧气、水分、葡萄糖、氨基酸、维生素等各种营养物质吸收过来，再输给胎儿，同时将胎儿的代谢产物又通过胎盘进入母体而排泄；防御作用，即胎盘能阻止某些细菌或病原体进入胎体，同时还能把母血中所含的抗体，通过胎盘进入胎体，使胎儿得到抗病的能力；还能产生内分泌素，以保证怀孕的继续。

胎膜是包在胎儿外面的一层薄膜，无血管，灰白色，靠近胎儿面的一层膜叫羊膜。它的功能是：保护胎儿，容纳羊水。

脐带是一条带状物，内含有三条血管，与胎儿血液和胎盘血液相通，血管周围充满着胶状物质。它的一端连接胎儿

的脐部，另一端附着在胎盘的胎儿面上。它的功能是：传递物质，即胎儿通过脐带血管从母体获得氧气和营养，并排泄胎儿的代谢产物；保证胎儿在子宫内有一定的活动范围。

羊水是羊膜腔内的液体，它是流动的，每3小时更换一次。怀孕早期呈澄清的液体，足月妊娠略显混浊。它的功能是：保护胎儿，防止胎儿身体与羊膜粘连，维持子宫腔内恒温和恒压，减少外力伤害胎儿；保护母体，减少母体对胎儿的感觉。临产时可以缓和子宫收缩所产生的压力，并抵压胎盘于子宫壁上，防止胎盘早期剥离。胎膜破裂时羊水流出，可冲洗及滑润产道，减少母体伤害；还可用于产前诊断。近年来，通过腹壁穿刺采取羊水标本作各种检查，以了解胎儿的性别、胎儿的成熟度，以及诊断某些遗传性疾病等。



五、怀孕有哪些征象

怀孕三个月以前叫早期妊娠，三至六个月叫中期妊娠，六个月以后叫晚期妊娠。早期妊娠的征象只能作参考，晚期妊娠的征象才是确诊的依据。

怀孕早期一般有下列征象：

1、月经不按时来潮：这是怀孕的一个很重要的征象，尤其是发生在月经周期正常的妇女，怀孕的可能性就很大。当然，月经不按时来潮的原因很多，如环境的改变、气候的变化、情绪的波动、疾病的影响等。因此，不能单凭月经不按时来潮就说是怀孕，还要结合其他方面的征象。

2、恶心、呕吐：有的妇女怀孕早期就有这种征象。恶心、呕吐常常发生在停经40天以后，持续一两月才渐渐消失。恶心、呕吐以清晨为最明显。此外，还有食欲不振、喜食酸性饮食或特殊食物的现象。

3、小便次数增加：怀孕早期由于子宫增大、膀胱受压，致使小便次数增加。这种现象要到三个月以后，增大的子宫由盆腔上升至腹腔，才会渐渐消失。

4、乳房增大：怀孕以后，由于内分泌素的作用，可使乳房增大，乳头周围皮肤颜色加深，而且出现许多隆起的小结节，有时还能挤出少量奶水。

5、子宫增大变软：妇科检查可发现子宫增大，变软，特别是子宫体部与子宫颈部交界处变得更软，好像子宫体与子宫颈不相连似的，医学上叫黑格氏征，对诊断早孕很有价值。此外，子宫颈还呈紫蓝色。

6、妊娠试验呈阳性反应：把可疑早孕妇的晨尿送到医院或卫生院化验室检查，若为阳性，则早孕的可能性很大。

怀孕中期和晚期有下列征象：

1、子宫继续增大：随着怀孕月份的增长，子宫越变越大，子宫底越升越高，子宫底在腹部上的相应位置也在不断变化。一般变化的规律是：怀孕三个月末，子宫底位于耻骨联合上二横指；四个月末，子宫底位于耻骨联合与脐之间；五个月末，子宫底位于脐下一横指；六个月末，子宫底位于脐上一横指；七个月末，子宫底位于脐上三横指；八个月末，子宫底位于脐与剑突之间；九个月末，子宫底位于剑突或肋弓下；十个月末，子宫底相当于孕八个月的高度，这是胎儿下降的缘故。

2、有胎动感：怀孕五个月以后，孕妇即感觉有胎动。随着孕月的增长，胎动越来越明显，有时医务人员在作腹部检查时，也可以感觉有胎动。

3、有胎体感：怀孕月份越大，胎儿越增越大，医务人员在查胎时可以摸到胎儿身体某些部分。如胎儿的头呈圆形、平滑、坚硬、活动，用手轻轻碰撞时，可以得到胎头回击的感觉，这种现象叫外浮动感。如果在阴道内用手指检查时，也可以触及胎头，回击感觉就更明显，这种现象叫内浮动感。

4、有胎心音：怀孕五个月以后，用听筒放在孕妇的腹部，可以听到胎心音，其音响的特点是类似钟表滴答声。正常情况下，胎心音是从胎儿背部传出；异常情况下，胎心音也可以从胸前传出。

5、听到脐带杂音：在作腹部检查时，用听筒能听到一种细微的吹气样脐带杂音，其速度与胎心音一致。

6、见到胎儿的骨骼阴影：怀孕5个月以后，用X线检查孕妇的腹部时，可以见到胎儿的骨骼阴影。

六、如何作产前检查

妇女怀孕以后，一定要进行检查，目的在于早期预防、早期发现和早期诊断疾病，使孕妇能平安地渡过妊娠、分娩和产后各个时期，同时使胎儿也能在子宫内正常地生长和发育。怀孕六个月以前，每1月应检查一次，六至九个月，每半月检查一次，九个月以后，每周检查一次，如有特殊情况，可减少或增加检查次数。

产前检查如何进行呢？一般的步骤是这样的：

1、**询问病史**：包括孕妇的姓名、年龄、职业、住址，末次月经日期；过去生孕史、有无发生过难产，产后有无大出血或产后感染，生下的孩子有无畸形，与爱人是不是近亲结婚，家里有没有生过畸形或痴呆儿，自己过去得过什么病，这次怀孕有没有恶心、呕吐、心慌、气喘、头痛、眼花、耳鸣、胸闷、浮肿、阴道出血等。

2、**计算预产期**：所谓预产期，就是分娩的大概日期，也可以说是胎儿出生的大致日期。计算这个日期的方法有：

(1) 根据末次月经来潮的日期进行推算：这是常用的计算方法。有两个公式可以帮助记忆。一个公式是：月加9，日加7；另一个公式是：年加1，月减3，日加7。末次月经少于3月的，用前一个公式。例如，某孕妇的末次月经是1984年2月3日，那么，她的预产期就是1984年11月10日。末次月经大于4个月的，则可用后一个公式。例如，某孕妇的末次月经是1984年4月3日，那么，她的预产期就是1985年元月10日。如果孕妇记的末次月经是阴历日期，也可用上

面两个公式来计算，但有所变动，由原来的日加7，变为日加14。例如，某孕妇的末次月经是阴历1984年3月10日，那么，她的预产期就是阴历1984年12月24日。

(2) 根据同房的日期进行推算：有的妇女月经不按时来潮，或在哺乳期间又怀了孕，俗称“暗怀”，要以同房的日期为受孕期，再加上9个月，也就是胎儿出生的大致时间。

(3) 根据孕早期反应出现的日期进行推算：早孕反应，一般出现在停经40天左右，再加上8个半月，也就是她的大致预产期。

(4) 根据胎动出现的日期来推算：胎动是在怀孕后第五个月末出现。因此，从孕妇感觉有胎动日期算起，再加上5个月，也就是她的大致预产期。

(5) 根据子宫底的高度来推算：前面已经说过，怀孕有几个月，子宫底就有多高，这种根据子宫底的高度，就可以知道她的大致预产期。例如，子宫底位于脐上一横指，就是怀孕6个月左右，再加上4个月，也就是她的大致预产期。

3、全身检查：通过全身检查，可以了解孕妇的发育情况、营养状况、有无水肿、有无心肺异常、乳房发育情况，以及四肢有无畸形等病变存在。

4、测量体重：每一个孕妇应测量体重。一般孕妇从四个月开始，体重就逐渐增加；到怀孕六个月以后，体重增加更快。但是，平均每周体重增加不应超过一斤，超过这个标准，就有水肿的可能。

5、测量血压：这项检查很重要，一定要做到。正常孕妇的血压不应超过130/90毫米汞柱，超过这个标准，就是异常情况。如果孕妇平素的血压较底，虽不到这个标准，但收缩压比原来高30毫米汞柱，舒张压比原来高15毫米汞柱，也