



- ❁ 宝宝智力发育迟缓怎么办?
- ❁ 生双胞胎要注意什么?
- ❁ 一天中何时受孕最佳?
- ❁ 如何预防胎儿畸形?

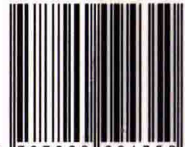


孕育生命是一个神圣而伟大的过程。当生命的种子慢慢成长时，相信每位准爸爸和准妈妈都充满着喜悦与欣喜，寄托着希冀与期待。但是，要想孕育一个健康的宝宝并不是一件容易的事。想要顺利迎接宝宝的到来，需要的不仅是爱心和耐心，更要有科学的知识、正确的观念和权威的指导。本书将会成为准爸爸、准妈妈的良师益友，伴随大家度过美妙的好“孕”旅程！



上架建议 生活类 孕产育儿

ISBN 978-7-200-09435-0



9 787200 094350 >

定价：32.00元



唐彩云 * 主编

妊娠分娩 要知道的

500个细节

北京出版集团公司
北京出版社

图书在版编目(CIP)数据

妊娠分娩要知道的500个细节/唐彩云主编. — 北京: 北京出版社, 2013.1

(好妈妈手边书)

ISBN 978-7-200-09435-0

I. ①妊… II. ①唐… III. ①妊娠期—妇幼保健—基本知识②分娩—基本知识 IV. ①R715.3②R714.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第236217号

好妈妈手边书

妊娠分娩要知道的500个细节

RENSHEN FENMIAN YAO ZHIDAO DE 500 GE XIJIE

唐彩云 主编

*

北京出版集团公司 出版
北 京 出 版 社

(北京北三环中路6号)

邮政编码: 100120

网 址: www.bph.com.cn

北京出版集团公司总发行

新华书店经销

北京同文印刷有限责任公司印刷

*

787毫米×1092毫米 16开本 20.5印张 300千字

2013年1月第1版 2013年1月第1次印刷

ISBN 978-7-200-09435-0

定价: 32.00元

质量监督电话: 010-58572393



前言

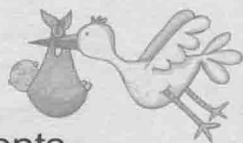
孕育生命是一个神圣而伟大的过程。当生命的种子慢慢成长时，相信每位准爸爸和准妈妈都充满着喜悦与欣喜，寄托着希冀与期待，全心感受着人生中最美丽的篇章。

“十月怀胎，一朝分娩”，看起来顺其自然，但实际上，孕育的过程远非如此简单。想要成功孕育一个健康的宝宝，每位准爸爸和准妈妈都需要做好全方位的准备。漫长而美妙的妊娠旅程，准妈妈在向往与期待的同时，心中肯定也有着微微的担心：自己该如何应对孕期的变化，如何调节好饮食和心态，分娩前该做好怎样的准备，如何应对一些疾病和“突发状况”，如何顺利地迎接宝宝的出生，分娩中和分娩后要注意什么，准爸爸应当如何做好各方面的准备来帮助妻子平安而愉悦地度过孕期……想要顺利迎接宝宝的到来，需要的不仅是爱心和耐心，更要有科学的知识、正确的观念和权威的指导。鉴于此，我们编写了这本《妊娠分娩要知道的500个细节》。

本书结合了准妈妈孕期生活的实际需求和关注重点，立足于内容的科学性和权威性，并兼顾细节上的点滴关怀，汇编了500个准爸妈最关心、最想知道的、应该知道的孕期保健知识，娓娓道来，以帮助广大的准爸妈更好地了解孕育的知识和过程，为大家排忧解难。全书以时间为纲，从孕前准备开始说起，以使准爸爸和准妈妈拿稳“好孕”的接力棒，为孕育健康、优秀的宝宝而努力。之后，我们将陪准爸爸和准妈妈们一起踏上好“孕”的旅程，详细讲述每个阶段准妈妈及胎宝宝的变化、应该坚持的营养原则、要注意的生活细节、孕

期保健、胎教指导及异常妊娠的处理等。分娩是让人期待的，而分娩的过程却是苦乐并存的，在“分娩和分娩后”一章中，我们将带着准爸妈来感受分娩及分娩后的生活，了解分娩的知识及分娩后的注意事项等，帮助大家学会应对一些突发的状况。在最后一章“异常症状与用药安全”中，我们不仅会详细为准爸爸和准妈妈讲解孕期可能会遇到的一些异常状况及其应对和处理措施，同时还会从专业的角度介绍孕期用药的安全知识，为准妈妈和胎宝宝的安全保驾护航。

谨以此书献给天下所有幸福而辛苦的准爸爸和准妈妈，愿本书成为大家的良师益友，伴随大家度过美妙的好“孕”旅程！



目录

contents

Part 1 怀孕前要知道的事

遗传与优生/2

- 1. 宝宝智力与遗传有什么关系 /2
- 2. 父母的哪些容貌特征会遗传给宝宝 /2
- 3. 近视会遗传吗 /3
- 4. 双胞胎是怎样产生的 /4
- 5. 生双胞胎的概率取决于什么 /4
- 6. 父母需要去做遗传咨询和产前诊断吗 /5
- 7. 影响优生的主要因素 /5
- 8. 优生的主要措施是什么 /6
- 9. 女性孕前能吃安眠药吗 /7
- 10. 减肥影响怀孕吗 /7
- 11. 哪些人不宜生育 /8
- 12. 哪些人群需要暂缓生育 /9
- 13. 携带乙肝病毒影响生育吗 /9
- 14. 如何提高精子质量 /10
- 15. 女性孕前应治愈哪些疾病 /11
- 16. 胎儿的性别是由什么决定的 /12
- 17. 可能增大生男孩概率的方法 /12
- 18. 可能增大生女孩概率的方法 /13
- 19. 怎样增加受孕机会 /13
- 20. 避孕药对胎儿发育有影响吗 /14
- 22. 不同季节受孕需要注意哪些事项 /15
- 23. 一天中何时受孕最佳 /16
- 24. 新婚时期适宜怀孕吗 /16
- 25. 停用避孕药后可否立即受孕 /17
- 26. 取出宫内节育器后可以立即怀孕吗 /18
- 27. 流产后应隔多长时间再受孕 /18
- 28. 剖宫产后的妇女多久能够再受孕 /19
- 29. 如何掌握受孕规律 /19
- 30. 如何计算排卵期 /20
- 31. 排卵期前后性生活需要注意些什么 /20
- 32. 定时妊娠法及其好处 /21
- 33. 什么是人体生物节律 /22
- 34. 如何计算人体生物节律 /22

孕前要做的检查 /23

- 35. 孕前应该如何选择医院 /23
- 36. 综合医院的优势和劣势各有哪些 /23
- 37. 专科医院的优势和劣势各有哪些 /24
- 38. 应该什么时候做孕前检查 /25
- 39. 孕前检查的项目有哪些 /25
- 40. 快速看懂常规检查单 /26
- 41. 怀孕前的口腔检查有哪些项目 /26

怀孕的最佳时机 /15

- 21. 什么季节受孕最佳 /15

○ 42. 怀孕前应接受哪些预防接种 /27

○ 43. 准爸爸在育前要做哪些体检 /28

孕期营养的储备 /29

○ 44. 准妈妈和胎宝宝所需的营养成分 /29

○ 45. 准妈妈的均衡营养 /29

○ 46. 营养食品的合理选择搭配 /30

○ 47. 孕早期的营养原则 /31

○ 48. 孕中期的营养原则 /31

○ 49. 孕晚期的营养原则 /32

○ 50. 叶酸应该怎么吃 /32

○ 51. 补钙的食物 /33

○ 52. 补铁的食物 /34

○ 53. 补充蛋白质的食物 /34

○ 54. 补充维生素的食物 /35

○ 55. 益气补血的食物 /35

○ 56. 提高免疫力的食物 /36

○ 57. 缓解孕吐的食物 /37

○ 58. 预防和缓解水肿的饮食原则 /37

○ 59. 准妈妈的饮食与胎儿视力 /38

○ 60. 准妈妈要少吃食物 /39

○ 61. 准妈妈忌食的食物 /39

○ 62. 孕期食物选择的常见误区 /40

○ 63. 孕期应克服的饮食习惯 /41

○ 64. 胎儿肥胖与营养 /41

过快乐的孕生活 /43

○ 65. 为怀孕备下合适的衣服 /43

○ 66. 规避不利胎儿的各种因素 /43

○ 67. 改变你的穿衣习惯 /44

○ 68. 开始有计划地消费 /45

○ 69. 规律你的睡眠 /45

○ 70. 尽量不用电吹风 /46

○ 71. 过敏性体质怀孕需要注意的问题 /46

○ 72. 高龄孕妇的注意点 /47

○ 73. 做理智囤货的准妈妈 /47

○ 74. 必须要准备的宝宝用品 /48

○ 75. 其他可能会用到的宝宝用品 /49

○ 76. 克服紧张的心理 /49

○ 77. 保持乐观稳定的情绪 /50

○ 78. 重男轻女思想要不得 /50

○ 79. 孕期可以养宠物吗 /51

○ 80. 孕期安全须知 /51

○ 81. 孕期抱婴幼儿应谨慎 /52

○ 82. 警惕孕期运动过度 /53

○ 83. 准备一个良好的孕育环境 /53

○ 84. 准爸妈要做好角色的转换 /54

○ 85. 做好应对妊娠反应的心理准备 /54

○ 86. 做好未来生活空间变化的准备 /55

○ 87. 全面了解关于怀孕的法律知识 /55

孕期要做的检查 /57

○ 88. 血常规 /57

○ 89. 尿常规 /57

○ 90. 肝肾功能检查 /58

○ 91. 血型检查 /59

○ 92. 梅毒血清试验 /59

○ 93. 艾滋病血清学检查 /60

○ 94. 淋病细菌学检查 /60

○ 95. 弓形虫病检查 /61

○ 96. 胚胎发育检查 /61

○ 97. 白带常规检查 /62

○ 98. 产科检查 /62

○ 99. 唐氏筛查 /63

○ 100. 心电图检查 /64

○ 101. 胎心监测 /64

○ 102. TORCH筛查 /65

○ 103. AFP检查 /65

○ 104. 孕期糖尿病筛查 /66

○ 105. B超检查 /66

○ 106. 四维彩超畸形检查 /67

Part 2 ♥ 开启妊娠的旅程

- 107.羊膜穿刺 /68
- 108.绒毛膜细胞检查 /68
- 109.胎儿镜检查 /69
- 110.脐静脉穿刺检查 /70

毫无知觉的孕1月 /72

- 111.孕妈妈身体的变化 /72
- 112.胎宝宝的发育状况 /72
- 113.孕1月的饮食原则 /73
- 114.注意早孕的征兆 /73
- 115.确定怀孕的方法 /74
- 116.过有规律的生活 /75
- 117.保证充足的睡眠 /75
- 118.远离生活中各种辐射 /76
- 119.防止甲醛的危害 /77
- 120.多晒太阳抵御感冒病菌 /77
- 121.开始控制性生活 /78
- 122.孕检多久进行一次 /78
- 123.不能做的物理检查 /79
- 124.避免夫妻争吵 /80
- 125.开始进行适当的锻炼 /80
- 126.减少食盐量 /81
- 127.尽量少进厨房减少不适感 /80
- 128.喝酒会影响胎儿吗 /82
- 129.如何预防胎儿畸形 /82
- 130.用错药怎么办 /83
- 131.心脏病患者怀孕的注意事项 /84
- 132.甲亢患者怀孕的注意事项 /84
- 133.双胞胎和多胞胎孕妇的注意事项 /85
- 134.孕期做家务的注意要点 /85
- 135.准爸爸要改掉的坏习惯 /86
- 136.准爸爸要了解的怀孕知识 /87
- 137.准爸爸的“妊娠反应” /87

惊喜紧张的孕2月 /89

- 138.孕妈妈身体的变化 /89
- 139.胎宝宝的发育状况 /89
- 140.孕2月的饮食原则 /90
- 141.准妈妈的常备零食 /91
- 142.食欲不振怎么办 /91
- 143.如何推算预产期 /92
- 144.控制洗浴的时间和温度 /92
- 145.注意孕吐期的营养补充 /93
- 146.如何选择孕妇奶粉 /94
- 147.预防感冒 /94
- 148.避免染发和烫发 /95
- 149.指甲油也不能染 /95
- 150.洗护用品有讲究吗 /96
- 151.防辐射服怎么穿 /96
- 152.不宜进行性生活 /97
- 153.准妈妈可以开车吗 /98
- 154.工作时的注意事项 /98
- 155.警惕妊娠中的致畸因素 /99
- 156.准爸爸要更加体贴 /99
- 157.准爸妈共同记录妊娠日记 /100
- 158.准妈妈为什么会流鼻血 /100
- 159.便秘加重该怎么办 /101
- 160.初期腹痛 /102
- 161.先兆性流产是怎么发生的 /102
- 162.先兆性流产的预警信号 /103
- 163.先兆性流产该如何保胎 /103
- 164.保胎后没了妊娠反应怎么办 /104

食欲不振的孕3月 /105

- 165.孕妈妈身体的变化 /105
- 166.胎宝宝的发育状况 /105
- 167.孕3月的饮食原则 /106
- 168.蔬菜水果的吃法 /106
- 169.可以在起床以前吃点咸饼干 /107
- 170.轻柔地做好乳房清洁 /108



- 171. 注意阴部的卫生清洁 /108
- 172. 尿失禁（漏尿）是怎么回事 /109
- 173. 不宜进行蒸汽浴 /109
- 174. 准妈妈做美容的注意事项 /110
- 175. 如何选择孕妇装 /110
- 176. 内衣内裤怎么选 /111
- 177. 妊娠斑的预防 /112
- 178. 防辐射的妙招 /112
- 179. 准爸爸要学着给妻子按摩 /113
- 180. 孕吐严重说明宝宝不好吗 /114
- 181. 妊娠剧吐需要马上就医 /114
- 182. 隐形眼镜还能戴吗 /115
- 183. 警惕噪声的干扰 /115
- 184. 营养素和食盐量的摄入标准 /116
- 185. 多多睡午觉 /116
- 186. 保持轻松的心情 /117
- 187. 晒太阳好处多 /118
- 188. 检查并非越多越好 /118
- 189. 防止病毒的感染 /119
- 190. 职场上的准妈妈要注意什么 /119

感受胎动的孕4月 /121

- 191. 孕妈妈身体的变化 /121
- 192. 胎宝宝的发育状况 /121
- 193. 孕4月的饮食原则 /122
- 194. 食欲旺盛能拼命吃吗 /122
- 195. 注意口腔卫生 /123
- 196. 皮肤过敏怎么办 /124
- 197. 坚持安全的运动 /124
- 198. 有些宝宝开始动了 /125
- 199. 做好胎心监测的准备工作 /125
- 200. 学会测量腹围和宫高 /126
- 201. 过安全有节制的性生活 /126
- 202. 宝宝能感受到子宫在性高潮时的收缩吗 /127
- 203. 白带增多怎么办 /127
- 204. 安全饮水很重要 /128

- 205. 警惕铅污染 /128
- 206. 可不可以外出旅行呢 /129
- 207. 文身对胎儿有影响吗 /130
- 208. 便秘的危害大 /130
- 209. 肚子小有什么问题吗 /131
- 210. 宫底高度与预测的孕龄不符 /131
- 211. 准妈妈这个月不宜做的事 /132
- 212. 职场准妈妈的注意事项 /133
- 213. 其他表示危险的身体信号 /124
- 214. 准爸爸：学会和妻子一起做胎教 /134

腰围渐粗的孕5月 /135

- 215. 孕妈妈身体的变化 /135
- 216. 胎宝宝的发育状况 /135
- 217. 孕5月的饮食原则 /136
- 218. 对抗妊娠纹，留住美丽 /136
- 219. 细心呵护好乳房 /137
- 220. 头发的洗护有讲究 /138
- 221. 掉头发正常吗 /138
- 222. 尽量不用电热毯 /139
- 223. 职场女性怎样选择孕妇装 /139
- 224. 平底鞋还是高跟鞋 /140
- 225. 练习用听诊器听胎心 /140
- 226. 正常胎动什么样 /141
- 227. 妈妈对胎动的影响 /142
- 228. 胎动的量化指标 /142
- 229. 在胎动时和宝宝谈心 /143
- 230. 胎教开始了 /143
- 231. 练习孕妇减压体操 /144
- 232. 了解孕中期的检查项目 /145
- 233. 学会看懂B超单 /145
- 234. 做做健身球运动 /146
- 235. 做好口腔的护理 /147
- 236. 警惕和预防各种炎症 /147
- 237. 晚期流产 /148
- 238. 体重增加不完全等于胎儿生长 /149

- 239. 腹围大小不完全等于胎儿大小 /149
- 240. 防止体重过重 /150
- 241. 缓解疲劳的小办法 /150

安全踏实的孕6月 /152

- 242. 孕妈妈身体的变化 /152
- 243. 胎宝宝的发育状况 /152
- 244. 孕6月的饮食原则 /153
- 245. 进食时要细嚼慢咽 /153
- 246. 不可贪食冷饮 /154
- 247. 准妈妈适宜的睡眠姿势 /154
- 248. 孕期不可或缺的纤维素 /155
- 249. 准妈妈要多吃鱼 /156
- 250. 适当补钙 /156
- 251. 胎龄评估和胎儿体重预测 /157
- 252. 怎样判断胎动异常 /157
- 253. 胎动加快正常吗 /158
- 254. 胎动减少需要刺激吗 /158
- 255. 胎动与妊娠期腹痛的区别 /159
- 256. 防止贫血 /160
- 257. 做家务时的注意事项 /160
- 258. 高危准妈妈要提高警惕 /161
- 259. 不要盲目补充大量维生素 /162
- 260. 服药的“安全期” /162
- 261. 准妈妈的理想体重 /163

快乐互动的孕7月 /164

- 262. 孕妈妈身体的变化 /164
- 263. 胎宝宝的发育状况 /164
- 264. 孕7月的饮食原则 /165
- 265. 吃海带的讲究 /165
- 266. 尽量少喝浓茶 /166
- 267. 学会自我监护 /167
- 268. 腹带的使用 /167
- 269. 如何能够安然入睡 /168
- 270. 学会自主数胎动 /169
- 271. 肚子上为什么会出现一条黑线 /169

- 272. 发烧要小心 /170
- 273. 流鼻血不要怕 /170
- 274. 外用药的使用需谨慎 /171
- 275. 经常抽筋怎么办 /172
- 276. 警惕补钙的误区 /172
- 277. 前置胎盘的防治 /173
- 278. 胎儿臀位怎么办 /173

身体渐沉的孕8月 /175

- 279. 孕妈妈身体的变化 /175
- 280. 胎宝宝的发育状况 /175
- 281. 孕8月的饮食原则 /176
- 282. 远离咖啡和可乐 /176
- 283. 保证睡眠的质量 /177
- 284. 不要久站或久坐 /178
- 285. 腰背痛的缓解办法 /178
- 286. 保护好骨盆 /179
- 287. 胎儿的分量占准妈妈增长体重的多少 /179
- 288. 体重增长过快怎么办 /180
- 289. 尿频是否正常 /180
- 290. 腹痛需要注意 /181
- 291. 防止胎儿过大 /182
- 292. 早产的诱因有哪些 /182
- 293. 怎样增加顺产的可能 /183
- 294. 可能造成难产的因素 /183
- 295. 孕晚期运动的注意事项 /184
- 296. 不宜再出远门 /184
- 297. 保持良好的心情 /185

面临冲刺的孕9月 /186

- 298. 孕妈妈身体的变化 /186
- 299. 胎宝宝的发育状况 /186
- 300. 孕9月的饮食原则 /187
- 301. 准备好宝宝用品 /187
- 302. 乳头的护理 /188
- 303. 腿部不适的缓解办法 /189
- 304. 克服分娩的焦虑 /189
- 305. 气短、呼吸不畅 /190

- 306. 缓解分娩疼痛的练习 /191
- 307. 提前了解产房 /191
- 308. 外地分娩的注意事项 /192
- 309. 阴道分泌物增多怎么办 /193
- 310. 当心阴道出血 /193
- 311. 为什么腹部有时会变硬 /194
- 312. 脐带绕颈影响顺产吗 /194
- 313. 慎防宫内感染 /195
- 314. 提防早产 /195
- 315. 准备应对“突发情况” /196
- 316. 进行骨盆底肌肉训练 /196
- 317. 准爸爸要做的准备 /197
- 318. 准爸爸要学习喂奶技巧 /198

迎接宝宝的孕10月 /199

- 319. 孕妈妈身体的变化 /199
- 320. 胎宝宝的发育状况 /199
- 321. 孕10月的饮食原则 /200
- 322. 整个孕期增加多少体重是正常的 /200
- 323. 再次尿频的对策 /201
- 324. 不宜坐浴 /201
- 325. 胎头衔接 /202
- 326. 密切监测胎儿情况 /203
- 327. 如何判断胎儿是否入盆 /203
- 328. 入盆后的注意事项 /204
- 329. 准备好待产包 /204
- 330. 二次生产与初产有什么区别 /205
- 331. 如何分辨阵痛和假信号 /205
- 332. 过期产 /206
- 333. 何时到医院待产 /206
- 334. 提前了解怎样与医生巧配合 /207
- 335. 分娩呼吸技巧 /208
- 336. 分娩时的用力方法 /208
- 337. 提前了解分娩过程中的疼痛状况 /209
- 338. 影响分娩痛感的因素 /210
- 339. 全身心地迎接宝宝 /210

分娩前 /212

- 340. 入院前应该准备的物品清单 /212
- 341. 容易忽视的预备事项 /213
- 342. 分娩开始的征兆 /213
- 343. 羊水破裂与漏尿的区别 /214
- 344. 决定分娩是否顺利的因素 /214
- 345. 什么是“干生” /215
- 346. 早破水对宝宝的危害是什么 /216
- 347. 常规经阴道分娩 /216
- 348. 剖宫分娩 /217
- 349. 常规分娩好还是剖宫产好 /217
- 350. 什么情况下需要剖宫产 /218
- 351. 无痛分娩 /219
- 352. 导乐分娩 /220

分娩中 /221

- 353. 夜间动产和夜间分娩 /221
- 354. 自然分娩的产房程序 /221
- 355. 自然分娩的产程 /222
- 356. 配合医生自然分娩 /223
- 357. 陪产的准爸爸能做什么 /223
- 358. 人工破膜 /224
- 359. 会阴侧切 /224
- 360. 吸引器助产 /225
- 361. 产钳助产 /226
- 362. 双胎和多胎分娩 /226
- 363. 臀位分娩 /227
- 364. 难产的处理 /227
- 365. 可能出现的尴尬 /228

分娩后 /229

- 366. 自然分娩后的前四周 /229
- 367. 剖宫产后的前四周 /230
- 368. 应该什么时候出院 /230
- 369. 乳汁是怎么产生的 /231

- 370. 开奶 /232
- 371. 初乳是宝宝最好的食物 /232
- 372. 奶水不足怎么办 /233
- 373. 有助催奶的食物 /233
- 374. 胀奶怎么办 /234
- 375. 喂奶的正确姿势和方法 /235
- 376. 宝宝衔不住乳头怎么办 /236
- 377. 乳头出血还能不能喂奶 /236
- 378. 坐月子 /237
- 379. 月子食谱推荐 /237
- 380. 三伏天如何坐月子 /238
- 381. 月子期间一定不能洗头吗 /239
- 382. 产后恶露多久可以停 /240
- 383. 恶露不尽怎么办 /240
- 384. 如何识别恶露异常 /241
- 385. 产后康复 /241
- 386. 产后避孕 /242
- 387. 产后锻炼与体形恢复 /242
- 388. 产后应防治的病症 /243

Part 4 ♥ 异常症状与用药安全

倍感不适的小症状 /246

- 389. 尿频 /246
- 390. 烧心 /246
- 391. 失眠 /247
- 392. 眩晕 /248
- 393. 气短 /248
- 394. 疲劳 /249
- 395. 胀气 /249
- 396. 便秘 /250
- 397. 水肿 /251
- 398. 抽筋 /251
- 399. 皮肤瘙痒 /252
- 400. 皮肤红疹 /252
- 401. 牙龈出血 /253
- 402. 静脉曲张 /254

- 403. 眼睛发干 /254
- 404. 乳房胀痛 /255
- 405. 妊娠期骨-肌肉-关节综合征 /255
- 406. 坐骨神经痛 /256

疾病的预防和处理 /257

- 407. 普通感冒 /257
- 408. 流行性感冒 /257
- 409. 发烧 /258
- 410. 呼吸道感染 /258
- 411. 皮肤过敏 /259
- 412. 腹泻 /260
- 413. 痤疮 /260
- 414. 痔疮 /261
- 415. 宫外孕 /261
- 416. 尿路感染 /262
- 417. 阴道出血 /262
- 418. 孕期阴道炎 /263
- 419. 原发性高血压 /264
- 420. 妊娠高血压 /264
- 421. 妊娠糖尿病 /265
- 422. 妊娠毒血症 /265
- 423. 癫痫 /266
- 424. 哮喘 /267
- 425. 贫血 /267
- 426. ABO血型不合 /268
- 427. 子痫和先兆子痫 /268
- 428. 羊水过多 /269
- 429. 羊水过少 /270
- 430. 胎盘早剥 /270
- 431. 前置胎盘 /271
- 432. 子宫肌瘤 /271
- 433. 卵巢囊肿 /272
- 434. 宫颈机能不全 /273
- 435. 子宫破裂 /273
- 436. 霉菌性阴道炎 /274
- 437. 静脉栓塞 /274
- 438. 巨细胞病毒 /275

- 439. 妊娠期肝内胆汁淤积综合征 /275
- 440. 妊娠甲状腺疾病 /276
- 441. 仰卧位综合征 /277
- 442. 围产期眼病 /277
- 443. 性传播疾病 /278

孕期用药的安全 /279

- 444. 我国孕妇用药分级标准 /279
- 445. 孕期用药的原则 /279
- 446. 非处方药绝对安全吗 /280
- 447. 中草药绝对安全吗 /281
- 448. 外用药绝对安全吗 /281

常用药的使用 /283

- 449. 青霉素 /283
- 450. 红霉素 /283
- 451. 先锋霉素 /284
- 452. 螺旋霉素 /285
- 453. 解热镇痛药 /285
- 454. 降压药 /286
- 455. 利尿药 /286
- 456. 通便药 /287
- 457. 治疗哮喘的药物 /288
- 458. 防过敏药 /288
- 459. 抗抽搐药物 /289
- 460. 镇静药 /289
- 461. 止吐药 /290
- 462. 止痛药 /291

禁止使用的药物 /292

- 463. 四环素片 /292
- 464. 庆大霉素 /292
- 465. 卡那霉素 /293
- 466. 氯霉素 /293
- 467. 阿司匹林 /294
- 468. 复方新诺明/增效联磺片 /294
- 469. 呋喃旦啶 /295
- 470. 环丙沙星/ 诺氟沙星 /奥复星 /295

- 471. 万古霉素 /296
- 472. 抗结核药 /296
- 473. 抗霉菌药 /297
- 474. 抗病毒药 /298
- 475. 甲硝唑 /298
- 476. 抗精神病药 /299
- 477. 抗肿瘤药物 /299
- 478. 免疫抑制剂 /300
- 479. 维A酸冷霜(软膏) /300
- 480. 依曲替酯(芳香维甲酸) /301
- 481. 激素类 /301
- 482. 喹诺酮类抗生素 /302

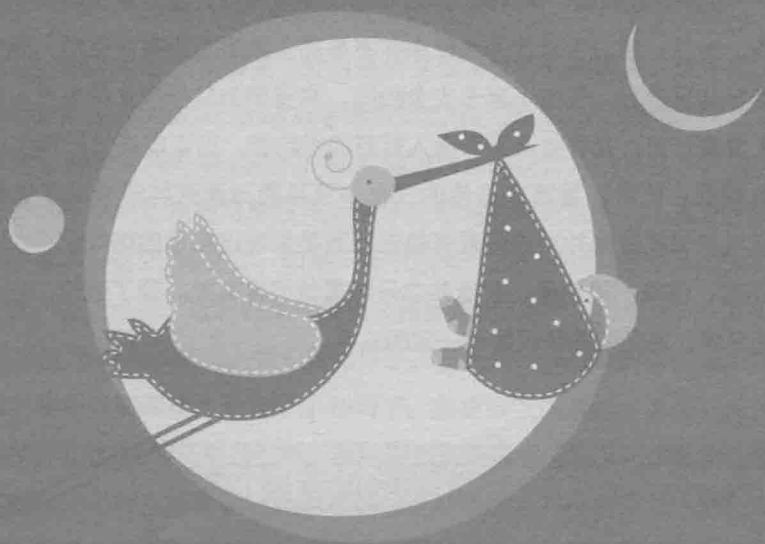
胎儿异常 /303

- 483. 葡萄胎 /303
- 484. 宫内发育迟缓 /303
- 485. 胎停育 /304
- 486. 胎儿过大 /304
- 487. 胎儿横位 /305
- 488. 枕后位和颜面位 /306
- 489. 脐带异常 /306
- 490. 18-三体综合征 /307
- 491. 21-三体综合征 /307
- 492. 神经管缺陷 /308
- 493. 脑积水 /309
- 494. 肠道血管发育不良 /309
- 495. 膈疝 /310
- 496. 唇腭裂 /310
- 497. 脐膨出 /311
- 498. 先天性心脏病 /311
- 499. 肾脏发育不良 /312
- 500. 胎儿水肿 /313

1

Part

怀孕前要知道的事



遗传与优生



1. 宝宝智力与遗传有什么关系

在生活中我们发现，不少宝宝会在长相、性格等方面与父母有很多相似之处，这也就是所谓的遗传，其实不仅是这些方面，宝宝的智商也可能与遗传因素有一定的关系。德国科学家曾针对智商与遗传因素的关系抽取了1万名儿童进行调查，结果发现，父母智力为优秀者，其子女约70%智力优秀；父母智力偏低者，其子女约70%智力也偏低。

从科学的角度来说，人的智力与人体脑细胞的数量、神经系统结构和分布、神经组织的排列和功能等有着密切的关系，而这些的最终决定因素，就是人类遗传的物质基础——脱氧核糖核酸，即DNA，所以从这个角度来说，宝宝的智力与遗传是有着很大关系的。当然，智力在遗传的过程中并不是完全稳定而没有变化的，通常来说，孩子的智商与父母接近，但也不至于完全相同，高智商的父母所生的孩子，智商相对会比普通人要高一些，或者接近于普通人智商的平均值，而低智商父母所生的孩子的智商则相对偏低。此外，智商在遗传的过程中还可能出现变异的情况，也就是说，孩子的智商与父母的智商并不趋同或者趋近，而是呈现出相反的情况。

不过，值得一提的是，智商并非只与遗传因素有关。除了遗传，它还与宝宝生长的后天环境、所受教养等因素有一定的关系。



2. 父母的哪些容貌特征会遗传给宝宝

容貌特征方面具有遗传性，这是一个不争的事实。那么，父母的哪些容貌特征会遗传给宝宝呢？下面就来介绍一些遗传概率非常大的容貌特征：

1. **肤色**：肤色的遗传总体上遵循父母“中和”色的自然法则，如果父母的肤色都较黑，子女的肤色也会偏黑，基本不会生出肤色白皙的孩子，父母肤色白皙亦然。如果父母的肤色为一白一黑，则孩子的肤色可能为中间色，或是偏向其中的一方。

2. **父母的眼睛形状、眼球的颜色、单双眼皮等**：一般来说，如果父母中有人是大眼睛，生出来的宝宝就很有可能是大眼睛；父母中有一方是双眼皮，尤其是父亲是双眼皮，一般都会遗传给宝宝，即使有些宝宝出生时是单眼皮，长大后也很有可能变成双眼皮。同样，眼球的颜色也是绝对遗传的。

3. **鼻子和耳朵**：通常而言，父母鼻子和耳朵的大小、形状都具有很大遗传性，如果父母中一方鼻子大、高而鼻孔宽，很有可能会遗传给孩子，同样，父母中有一方是大耳朵，宝宝有大耳朵的可能性也非常大。

4. **下颌**：相对来说，下巴呈现出显性，如果父母任何一方有突出的下巴，子女们常毫无例外地长着酷似的下巴，在外形上惊人的相似。

除了这些之外，父母的身高、肥胖等也都是遗传概率很高的容貌特征。



3. 近视会遗传吗

当前，青少年的近视发生率很高，并且逐步呈现出低龄化的趋势，这不禁令无数有近视的父母十分担忧，害怕自己的近视会遗传给宝宝。那么，近视会遗传吗？

有相关学者曾经就近视与家族遗传的关系做过大量的统计，结果显示，如果父母双方都有近视，其子女患近视的可能性明显高于父母均没有近视的，尤其是父母均有高度近视，这个概率可达到90%左右。如果父母中只有一方有近视，孩子患近视的可能性就会降低很多。由此可见，近视在某种程度上是会遗传的。

当然，近视的遗传也分情况。由于屈光不正，患近视的人眼睛只看得见近物而看不清远物，通常需要佩戴眼镜来进行矫正和调节。根据眼镜的度数，又可以分为普通近视和高度近视，度数在600度及以上即为高度近视，而高度近视又可以分为生理性的和病理性的，生理性近视主要是在后天的生活中逐渐形成，并不带有显性遗传基因，病理性近视则多是遗传因素导致的，会表现出明显的遗传性。通常来说，近视的遗传主要在于高度近视的遗传，尤其是病理性近视的遗传，普通近视遗传的可能性很小。

另外，有些父母都没有近视或是只有普通近视，孩子也有可能患近视或是高度近视，这主要是因为近视除与遗传有关外，还受到环境、习惯等因素影响。



4. 双胞胎是怎样产生的

生双胞胎的现象并不罕见，有不少准妈妈都希望自己能一次生下两个宝宝。那么，双胞胎究竟是怎么产生的呢？

人类双胞胎的产生主要有两种不同的方式，一种是同卵双生的双胞胎，即当一个卵子和一个精子结合成受精卵之后，在囊胚期分成两个彼此独立的内细胞群并逐渐发育，由于这种分裂方式所产生的受精卵具有相同的遗传特征，所以双胞胎的性别相同，性格和容貌酷似。另一种是异卵双生的双胞胎，即两个卵细胞同时受精并发育长大而成两个胎儿，这种方式产生的双胞胎由于是由两个不同的受精卵发育的，具有不同的遗传特征，所以不仅在性别上可能为同性，也可能为异性，而且性格和容貌的相似性也大不如前者。

不管是同卵双生和异卵双生，双胞胎里每一个胎儿都有自己独立的羊膜囊，在有羊水的环境中逐步发育和成长。不同的是，同卵双生的胎儿虽然有各自独立的脐带，但却是共用一个胎盘；异卵双生的胎儿则不仅有独立的脐带，而且每一个胎儿还拥有自己的胎盘。



5. 生双胞胎的概率取决于什么

有相关的研究表明，近些年来，每年双胞胎的出生数量呈现出上升趋势，那么，生双胞胎的概率主要取决于什么呢？一般认为，双胞胎的产生主要与遗传、环境、孕产妇的年龄、医学手段的干预等因素有关。

首先，双胞胎的产生可能受到年龄和家族遗传因素的影响，正当孕育年龄的女性，一般一个月内只排出一个卵子，而35岁以上的妇女则可能每个周期排出一个或者一个以上的卵子，从而使得异卵双生的概率大大增加。同时，异卵双生还具有家族遗传性，如果本家族的长辈中曾经有过生双胞胎的历史，那么，后代也很有可能会生双胞胎。

其次，生双胞胎的概率与环境的影响相关。目前世界上，有许多地区因为双胞胎数量众多而被人们称为“双胞胎城”，如英国距伯明翰50英里处的莱姆斯特镇、美国俄亥俄州的一个小镇以及中国云南的墨江等地，这可能与当地的土壤、水质、空气等环境因素有关。另外，德国医学和生态医学领域的科学家还通过研究发现，受污染的环境也可能增加双胞胎出生的概率，那些污染越严重的地区，妇女产下双胞胎的可能性越高。