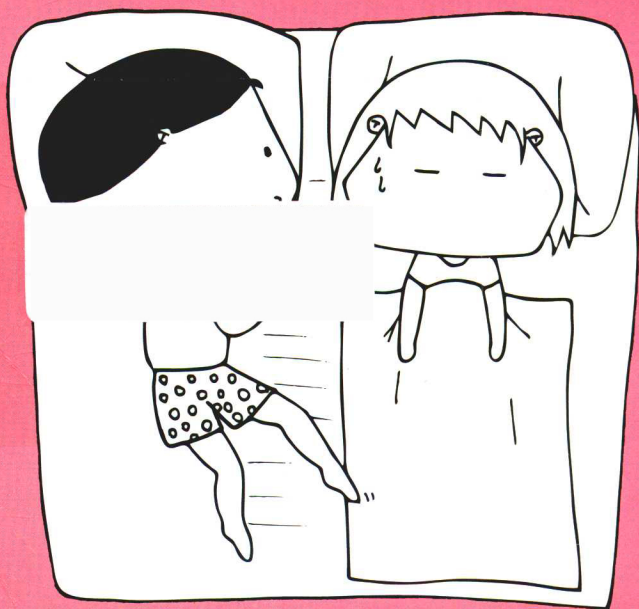
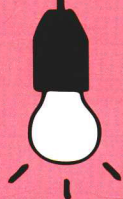


产后避孕

CHANHOU BIYUN

张燕◎著

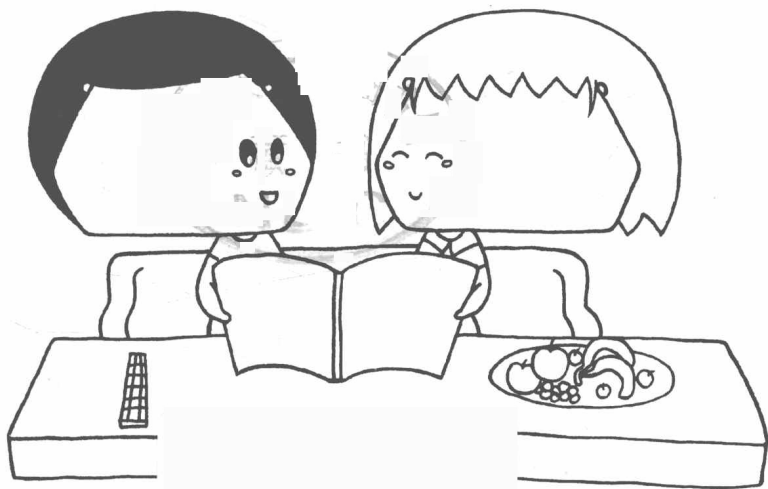


四川大学出版社

产后避孕

CHANHOU BIYUN

张燕◎著



四川大学出版社

责任编辑:王天舒
责任校对:杨 果
策 划:罗舒伦
插 画:任 娟
封面设计:成都自然法
责任印制:王 炜

图书在版编目(CIP)数据

产后避孕 / 张燕著. —成都: 四川大学出版社,
2017. 11

ISBN 978-7-5690-1402-0

I. ①产… II. ①张… III. ①产褥期—避孕—方法
IV. ①R169. 41

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 298525 号

书名 产后避孕

著 者	张 燕
出 版	四川大学出版社
地 址	成都市一环路南一段 24 号 (610065)
发 行	四川大学出版社
书 号	ISBN 978-7-5690-1402-0
印 刷	成都博瑞传播股份有限公司印务分公司
成品尺寸	145 mm×210 mm
印 张	8
字 数	195 千字
版 次	2018 年 1 月第 1 版
印 次	2018 年 1 月第 1 次印刷
定 价	68.00 元



版权所有◆侵权必究

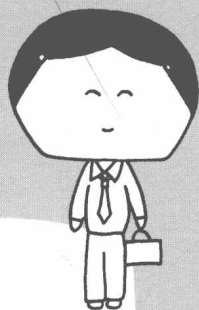
◆读者邮购本书,请与本社发行科联系。

电话:(028)85408408/(028)85401670/
(028)85408023 邮政编码:610065

◆本社图书如有印装质量问题,请
寄回出版社调换。

◆网址:<http://www.scupress.net>

前言



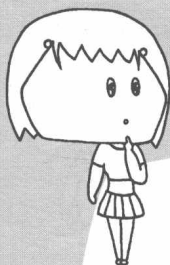
研究表明：产后一年内女性意外怀孕的比例高达10%，其主要原因是避孕知识的缺乏。

产后哺乳期女性进行人工流产的风险和并发症的发生率都明显高于非产后女性。

因此，产后避孕是每位新妈妈重要而紧急的必修课。

我国的医疗机构和教育机构尚未开发产后避孕的官方课程；避孕的知识多局限于医学著作，需要读者具备较强的专业知识背景；网络上的答案参差不齐，难以辨别真假。





我们收集了产后女性最关心的一些问题，比如：

产后多久才能同房？

产后最适合采用什么避孕方法？

产后没来月经会怀孕吗？

产后吃避孕药会不会影响婴儿健康？

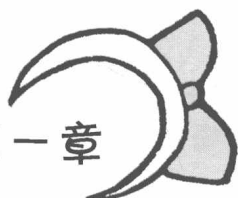
.....

我们从广大产后女性的角度，将这些医学专业问题转化成简单易懂的通俗语言，配以轻松幽默的漫画进行演绎，寓教于乐，简化专业理论的部分，直接给出明确的答案或具体的指导，让广大产后的女性快乐学习，轻松避孕。



目录

第一章



第一节 产后何时爱? 001
(产后多久可以同房)

第二节 只要爱, 不要疼 010
(产后性交疼痛的原因和解决办法)

第三节 性趣去哪儿了? 022
(产后女性性冷淡的原因)

第四节 新爸爸PK新宝宝 033
(催产素与爱的关系)

第五节 新爸爸不心急 043
(产后同房的注意事项)





第六节 意外？不意外 055
(产后意外妊娠高发)

第七节 解决意外风险大 067
(产后一年内人工流产风险大)

第八节 接受意外不容易(一) 082
(短生育间隔的危害)

第九节 接受意外不容易(二) 093
(非计划生育的危害)

第三章

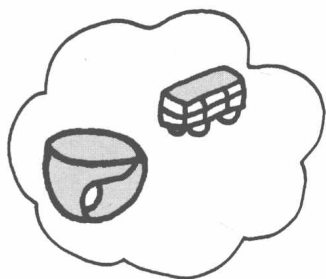


第十节 月经不来也会怀孕？ 105
(产后避孕的最大误区)

第十一节 什么是产后自然避孕法？ 116
(产后自然避孕法的概念)

第十二节 如何使用哺乳闭经避孕法？ 127
(纯母乳喂养的女性选择的避孕方法)





第四章

第十三节 知情选择——明明白白地避孕 140
(知情选择, 寻找最适合自己的避孕方式)

第十四节 避孕药——千万“药”小心 153
(产后避孕必须谨慎使用避孕药)

第十五节 避孕套——你用对了吗? 170
(避孕套的正确使用指南)

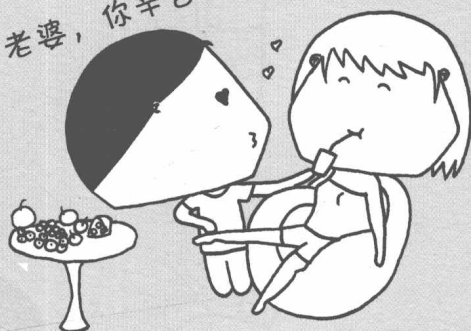
第十六节 避孕环——产后上环要注意 185
(产后采用宫内节育器避孕的注意事项)

第十七节 自然避孕法——自然的避孕方法 198
(非纯母乳喂养的女性也可使用的自然避孕法)

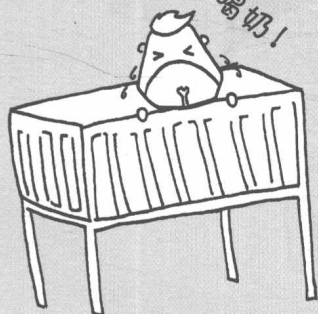


产后何时爱？

老婆，你辛苦了！



宝宝要喝奶！



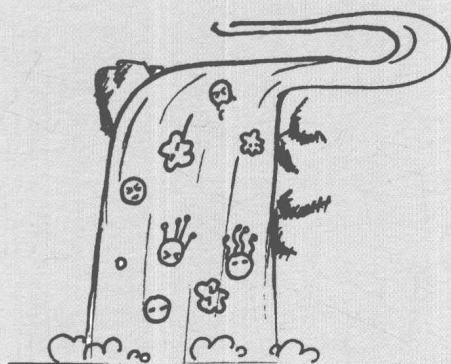
产后6周啦，恶露干净了，多久可以爱爱呢？





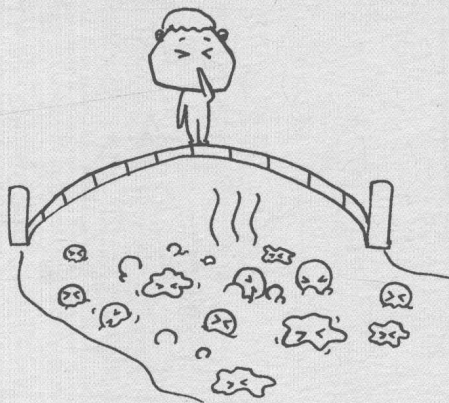
顺产

①产后4周，恶露干净。



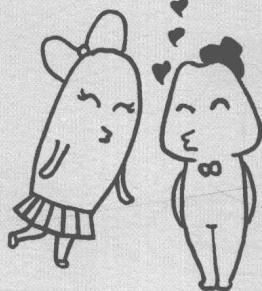
产后恶露是指子宫蜕膜脱落，血液、坏死蜕膜等组织经阴道排出。

恶露有血腥味，但是并无臭味哦！



恶露没干净的情况下同房会引起感染。

丁丁哥哥!

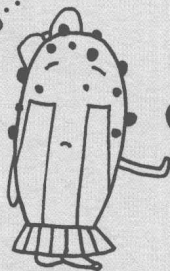


小阴妹妹!

结果，第二天……

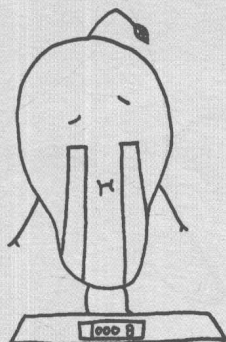


我们暂时不要见面
好了，呜呜……



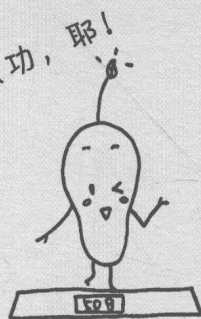
②产后6周子宫恢复正常大小，由刚刚生产后的1000克恢复到正常的50克。

子宫呈倒梨形



减肥前

瘦身成功，耶！



减肥后

③产后6周到8周，阴道组织恢复弹性。

刚生产后的阴道组织脆性增加，弹性变差，阴道黏膜薄。

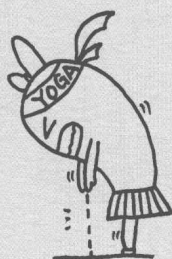
浑身无力



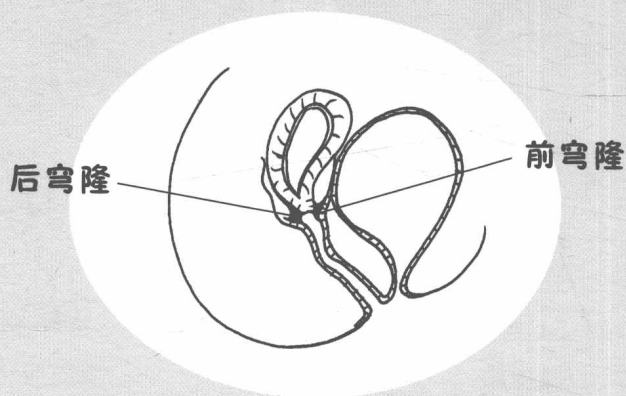
总是生病



身体僵硬



阴道组织没有恢复好的情况下同房，可能会造成阴道后穹隆裂伤，引起出血。发生这种情况需要及时就医。



我的老腰呀！！

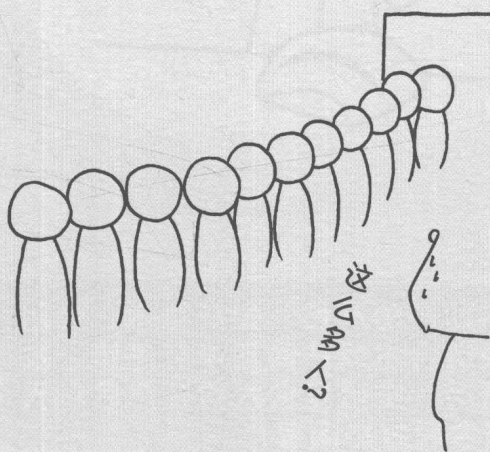
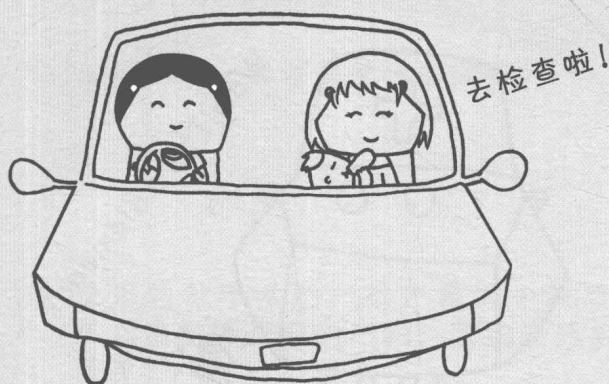


为什么受伤的总是我！



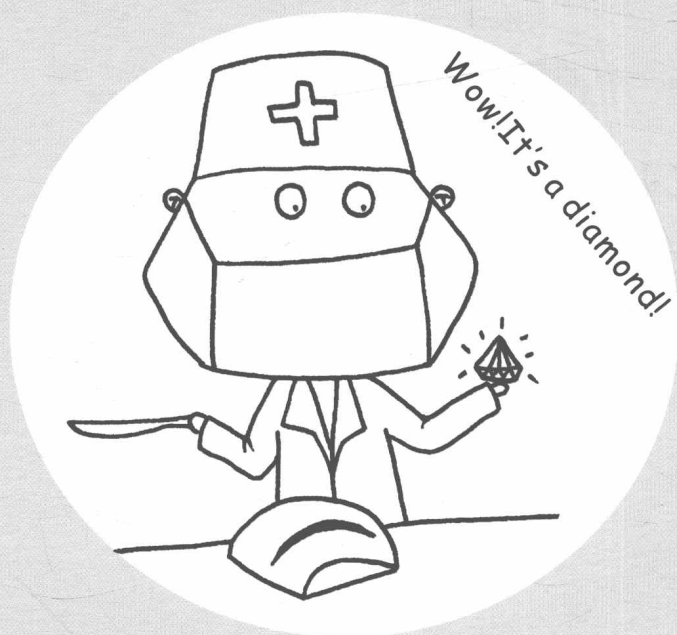
顺产后究竟多久可以同房呢？

产后42天的检查至关重要，具体产后同房的时间，需根据检查的结果，在医生的指导下，根据身体恢复的情况而定。



剖宫产

在剖宫产的情况下，子宫上的伤口一般需3个月才能愈合，要在伤口愈合的情况下才能同房。



使用其他手术助产的产妇，如产钳术、会阴缝合术、宫颈缝合术或产褥期中有感染、发热、出血等情况，生殖器官大约在产后70天才能愈合，愈合后才能同房！



- ① 顺产后多少天去检查，结果显示身体恢复良好就可以同房？
- ② 剖宫产后一般要多久才能同房？
- ③ 使用其他手术助产或产褥期中有感染、发热、出血等情况的产妇，大约产后多久才能同房？



一起来做做看吧！

（答案参见219页）