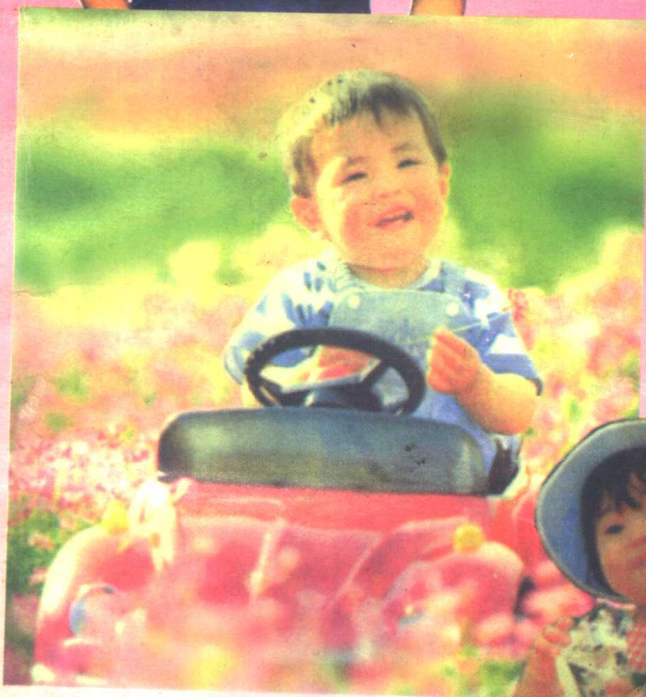


主编 黄秀兰等

妇儿保健百科



科学技术文献出版社

妇儿保健百问百答

婚前必读

黄秀兰 宋凤梅 王黎英 主编

科学技术文献出版社

(京)新登字 130 号

内 容 简 介

本书为妇儿保健的综合性科普读物,该书全面的介绍了新婚指导、优生优育、围产期保健、新生儿保健及常见病防治、婴幼儿儿童保健及常见病防治、儿童教育、计划生育和妇女保健等方面的知识。该书内容丰富、通俗易懂,实用性强。

本书为新婚夫妇、育龄妇女、年轻的父母和广大妇女以及妇幼保健工作者的必读之佳作。

图书在版编目(CIP)数据

妇儿保健百科:婚前必读/黄秀兰等主编. —北京:
科学技术文献出版社,1994.12

ISBN 7-5023-1958-1

I. 妇… I. 黄… III. 妇幼保健-基本知识
IV. R17-61

中国版本图书馆 CIP 数据核字(94)第 13380 号

科学技术文献出版社出版

(北京复兴路 15 号 邮政编码 100038)

北京国马印刷厂印刷 新华书店北京发行所发行

1995 年 7 月第 1 版 1997 年 11 月第 3 次印刷

787×1092 毫米 32 开本 22.625 印张 490 千字

科技新书目:345—096 印数:6001—9000 册

定价:25.00 元

《妇儿保健百科》编委会

顾 问	左继统	孙天顺	郝复光	王永友
主 编	黄秀兰	宋凤梅	王黎英	
副主编	孙秀英	张秀芹	黄启坤	梁立琛
	黄爱丽	许翠荣	管建华	张学海
	邵汝家	任安娜	孙爱芝	郭玉环
编 委	(按姓氏笔画为序)			

于建光	马永秀	马尚香	王月秋	王秀荣
王宝灿	王彦青	王爱梅	王艳英	文 伟
孔爱民	支爱东	牛玉香	从爱滋	田中荣
田松梅	代 丽	付秋玲	孙玉龄	孙桂连
孙培荣	孙敬红	刘 卫	刘正英	刘爱菊
齐菊荣	米晋华	纪新强	朱玉英	朱启兰
朱桂芝	李加凤	李先素	李爱华	李桂莲
张凤云	张凤兰	张启兰	张秀香	张秀霞
张建玲	张艳荣	张清秀	张绪春	张雪梅
张森兰	宋玉玲	宋亚琴	肖忠坤	肖素梅
杨 虹	杨冬梅	杜昌翠	时素华	陈宝民
陈雪荣	孟 丽	孟庆芳	房中梅	岳翠平
赵世云	赵汉庆	赵玉英	赵素华	赵素梅
胡玉贞	胡秀芹	姜秀芳	侯化丽	高素华
高爱萍	高德剑	袁丙芳	袁秀华	黄卫华
黄克霞	曹月梅	曹绪兰	焦培成	程晓民

前 言

“男大当婚，女大当嫁”。结婚和生儿育女几乎是每个人生活中的必经之路。青年人对新婚有着美好的憧憬，都希望自己的家庭生活是最甜美、最幸福的。但是，当你沉醉于情意绵绵的蜜月生活时，你知道如何爱护她（他）吗？当一个新的小生命已悄悄地在母体内形成和孕育时，你们知道如何确保母亲和胎儿顺利地渡过孕产期吗？当嗷嗷待哺的婴儿终于降临到你们的身边时，你们知道如何科学地把她（他）抚育、培养成一个聪明健康的孩子吗？为回答读者在生活中所遇到的一些实际问题，为使您的新婚更加甜蜜，您的宝宝更加健康、聪明、可爱，您的家庭生活更加幸福美满，同时，使优生优育、妇儿保健知识得到广泛的普及并深入人心，我们组织编写了《妇儿保健百科》一书。以此让所有年轻的夫妇、年轻的父母意识到自己对家庭、对社会的责任，意识到这种责任对提高中华民族的整体素质及繁荣和发展我国现代化建设事业起着至关重要的作用。

本书共分优生优育、新婚指导、围产期保健、新生儿保健及常见病防治、婴幼儿保健及常见病防治、儿童教育、计划生育及妇女保健八篇内容。由医学界、教育界有关专家及具有丰富临床经验的中青年医务工作者参加编写。内容丰富实用、方法具体、通俗易懂。是农村与城市各行业新婚夫妇、

年轻父母的良好科普读物，也是进行家庭卫生保健、科学育儿和教子成才的良师益友，实为家庭必备之书。本书可供中、初级医务人员和卫生保健人员作参考。

由于编写时间仓促，再加上我们水平所限，难免有不当或遗漏之处，敬请同行及广大读者给予指正。

本书妇女保健部分承蒙王艳英主任审阅，在此表示感谢。

编者：黄秀兰等

于一九九四年八月

目 录

第一篇 优生与优育

1. 什么是优生 (1)
2. 什么是优生学 (2)
3. 为什么提倡优生学 (3)
4. 为什么提倡优育 (4)
5. 为什么提倡优教 (4)
6. 为什么提倡一对夫妇只生育一个孩子 (6)
7. 为什么提倡晚婚、晚育 (7)
8. 早婚、早育有哪些危害 (8)
9. 晚婚、晚育是否会增加难产机会 (8)
10. 最佳婚育年龄为何与婚姻法定婚育年龄不同
..... (9)
11. 婚前检查有哪些好处 (10)
12. 婚前检查的内容有哪些 (10)
13. 什么叫生殖遗传 (11)
14. 什么叫遗传咨询 (12)
15. 哪些人群最适合进行遗传咨询 (13)
16. 常见遗传性疾病有哪些 (13)
17. 遗传性疾病能预防吗 (15)
18. 为什么要绝对禁止近亲结婚 (15)

19. 同姓与近亲有哪些区别 (16)
20. 哪几种疾病的患者应暂缓结婚 (17)

第二篇 新婚指导

21. 如何过好新婚之夜 (18)
22. 如何正确对待处女膜破裂与出血 (19)
23. 如何选择适宜的性交时间与次数 (19)
24. 怎样使性生活和谐 (20)
25. 性生活前后应注意哪些事项 (22)
26. 哪些情况下不宜进行性生活 (23)
27. 女子性交障碍的原因有哪些? 应如何处理
..... (24)
28. 妻子达不到性高潮, 丈夫应该怎么办 (25)
29. 如何改变妻子的性冷淡 (26)
30. 阳萎的原因有哪些? 如何处理 (27)
31. 早泄的原因有哪些? 如何处理 (28)
32. 妻子如何增强丈夫的性欲 (29)
33. 性交不射精对身体有害吗 (29)
34. 不能射精应怎样处理 (30)
35. 什么是遗精? 婚后经常遗精正常吗 (31)
36. 丈夫暂时性阳萎是不忠的表现吗 (31)
37. 如何克服中老年人的性心理障碍 (32)
38. 什么是性病 (33)
39. 性病有哪些传播途径 (33)
40. 性病有哪些危害 (34)
41. 性病有哪些预防措施 (34)

42. 爱滋病是怎样传播的 (35)
43. 爱滋病有哪些危害? 应如何防治 (36)
44. 如何树立正确的性道德观 (37)

第三篇 围产期保健

孕前须知

45. 何谓围产期 (38)
46. 围产期保健的内容有哪些 (38)
47. 何时当爸爸妈妈最好——谈最佳生育年龄
..... (39)
48. 如何选择最佳受孕时机与季节 (40)
49. 哪些特殊情况下应暂缓受孕 (41)
50. 哪些疾病患者不宜受孕 (42)
51. 严重的高血压患者为何不宜受孕 (42)
52. 哪些心脏病患者不宜受孕 (43)
53. 妊娠会使腹部的手术疤痕裂开吗 (44)
54. 卵巢肿瘤会影响生育吗 (44)
55. 患了宫外孕会影响生育吗 (45)
56. 计划怀孕的夫妇为何不要食用黑棉籽油 (46)
57. 计划怀孕的夫妇为何必须戒烟戒酒 (46)
58. 受孕前为何要避免接触放射线 (47)
59. 口服避孕药需停药多久后受孕为好 (47)

孕育的奥秘

60. 男性生殖器官的组成及其生理功能有哪些
..... (48)

61. 精液的成分包括哪些	(49)
62. 女性生殖器官的组成及其生理功能有哪些	(49)
63. 卵子是怎样产生的	(50)
64. 如何确定排卵期	(51)
65. 精子和卵子是怎样结合的——受精	(52)
66. 受精卵是怎样旅行和发育的	(52)
67. 受精卵着床的必备条件有哪些	(53)
68. 妊娠第一个月胎儿的发育特征如何	(54)
69. 妊娠第二个月胎儿的发育特征如何	(54)
70. 妊娠第三个月胎儿的发育特征如何	(55)
71. 妊娠第四个月胎儿的发育特征如何	(55)
72. 妊娠第五个月胎儿的发育特征如何	(56)
73. 妊娠第六个月胎儿的发育特征如何	(56)
74. 妊娠第七个月胎儿的发育特征如何	(57)
75. 妊娠第八个月胎儿的发育特征如何	(57)
76. 妊娠第九个月胎儿的发育特征如何	(58)
77. 妊娠第十个月胎儿的发育特征如何	(58)
78. 胎盘是怎样形成的	(59)
79. 胎盘的生理功能有哪些	(59)
80. 脐带的生理功能有哪些——胎儿的生命线	(60)
81. 羊水是怎样产生的？有哪些生理功能	(61)
82. 测定胎儿畸形的方法有哪些	(62)
83. 常见的胎儿畸形有哪些	(63)
84. 预测胎儿性别的方法有哪些	(63)

85. 预测胎儿性别的意义是什么	(64)
86. 生男育女取决于什么	(65)
87. “换胎药”能“换胎”吗.....	(66)
88. 你怎样知道自己怀孕了	(67)
89. 医生确诊怀孕的方法有哪些	(67)
90. 怎样计算预产期? 有何意义	(68)
91. 早期妊娠母体的变化特征有哪些	(69)
92. 中期妊娠母体的变化特征有哪些	(70)
93. 晚期妊娠母体的变化特征有哪些	(71)

孕期保健

94. 孕妇应怎样合理补充营养	(72)
95. 适合孕妇的营养食物有哪些	(73)
96. 孕妇为什么不宜偏食	(74)
97. 孕妇缺乏维生素对母体和胎儿有哪些影响	(75)
98. 孕妇缺乏钙、铁、磷对母体和胎儿有哪些影 响	(76)
99. 孕妇缺锌等微量元素对母体和胎儿有哪些影 响	(77)
100. 孕妇为何不宜多吃油条及油炸食物	(78)
101. 孕妇为何不宜过多食用水果与菠菜	(78)
102. 孕妇为何不宜多吃山楂及酸性食物	(79)
103. 孕妇为何不宜常吃食物添加剂及热性香料	(80)
104. 孕妇为何不宜常吃咸鱼及其它腌制食品	

.....	(81)
105. 孕妇为何不宜喝茶饮咖啡	(81)
106. 孕妇为何不宜多食冷饮及可乐型饮料	(82)
107. 孕妇为什么要戒烟禁酒	(83)
108. 孕妇应怎样合理安排休息	(84)
109. 孕妇睡眠时为什么取左侧卧位最好	(85)
110. 孕妇为什么不宜睡席梦思床	(86)
111. 孕妇为什么不宜睡电热毯	(87)
112. 孕妇为什么应坚持正常工作及家务劳动	(87)
113. 妊娠晚期为什么不宜久站、久坐和负重	(88)
114. 妊娠晚期为什么不宜坐浴	(89)
115. 孕妇为什么要经常洗头、洗澡? 须注意哪些 事项	(90)
116. 孕期应如何做好口腔护理	(91)
117. 孕期为何不要轻易拔牙	(91)
118. 孕期应怎样进行乳房护理	(92)
119. 孕期为何不能常用化妆品和清凉油	(93)
120. 孕期为何不能饲养小动物	(94)
121. 孕期为何不能接触农药等刺激性化学药品	(94)
122. 孕期为何不能接触汽油等有害气体	(95)
123. 孕期为何不能接触 X 线	(96)
124. 孕期为何不宜长时间看电视	(96)
125. 孕期为何不宜长时间吹电风扇	(97)

126. 孕期为何不宜操作电子计算机及做铅印工作	(97)
127. 孕期为何要避免噪音影响	(98)
128. 孕期为何不宜常去公共场所	(99)
129. 晚期妊娠为何不宜长时间坐车	(99)
130. 结冰季节孕妇为何不宜外出	(100)
131. 孕妇做饭洗衣时应注意哪些事项	(100)
132. 孕妇为什么要避免感冒	(101)
133. 早孕期患有感冒应如何处理	(101)
134. 容易引起胎儿畸形的药物有哪些	(102)
135. 孕妇进行免疫接种应注意哪些事项	(103)
136. 孕妇应如何选择合适的衣服	(104)
137. 孕妇是否需要打腹带	(105)
138. 孕妇应如何选择适宜的乳罩	(106)
139. 孕妇应如何选择合适的鞋子	(106)
140. 孕期为何要节制性生活	(107)
141. 孕期不同阶段性生活特征及注意事项有哪些	(108)

孕期检查

142. 何时该到医院进行孕期检查	(109)
143. 孕期检查有何重大意义	(109)
144. 早孕期为什么要做妇科检查	(110)
145. 初次产前检查包括哪些内容	(111)
146. 怎样发现与矫正胎位异常	(112)
147. 计划外孕母体及胎儿常发生哪些意想不到的	

后果	(113)
148. 中晚期妊娠为何要定期测量宫高、腹围及 体重	(114)
149. 中晚期妊娠为何要定期查尿测血压	(114)
150. 孕期做 B 型超声检查的目的是什么? 对胎儿有不 良影响吗	(115)
151. 孕妇怎样知道胎儿安危情况——数胎动	(116)
152. 中晚期妊娠为何要查血常规及血型	(116)
153. 产前检查为何要测量骨盆	(117)

异常妊娠

154. 早孕期剧烈呕吐应如何治疗	(118)
155. 早孕期阴道流血常见于什么原因	(118)
156. 流产的原因有哪些	(119)
157. 流产的治疗方法有哪些	(120)
158. 盲目保胎的利弊有哪些	(121)
159. 怎样诊断治疗子宫内口松弛症	(122)
160. 怎样预防和治疗早产	(123)
161. 怎样提高早产儿的成活率	(124)
162. 怎样早期发现宫外孕	(125)
163. 为何说宫外孕患者不及时治疗会危及生命	(126)
164. 孕妇水肿为何不容忽视	(127)
165. 孕妇剧烈头痛或抽风将会发生什么危险	(127)

166. 为什么说重度妊高征会危及胎儿生命 (128)
167. 中晚期妊娠腹痛伴阴道流血常见于什么
原因 (129)
168. 中晚期妊娠无腹痛性阴道流血常见于什么
原因 (130)
169. 孕腹大于妊娠月份常见于哪些原因 (131)
170. 双胎妊娠应注意哪些事项 (131)
171. 多胎妊娠是怎样形成的 (133)
172. 羊水过多常见于哪些原因? 如何治疗 (133)
173. 羊水过少有哪些危害 (134)
174. 孕腹过小常见于哪些原因 (135)
175. 孕腹不再增大常见于什么原因——死胎
..... (135)
176. 母子血型不合应如何诊断治疗 (136)
177. 哪些情况属于高危妊娠 (137)

妊娠合并症

178. 妊娠合并原发性高血压应如何进行孕期监
护 (138)
179. 妊娠合并心脏病应注意哪些事项 (139)
180. 妊娠合并下肢静脉曲张应如何处理 (140)
181. 孕妇头痛伴一过性肢体麻木将会发生什么
危险 (141)
182. 妊娠合并肺结核就应流引产吗 (141)
183. 妊娠合并支气管哮喘应如何处理 (142)
184. 妊娠合并肺炎应如何处理 (143)

185. 妊娠合并病毒性肝炎对孕产妇及胎儿、新生儿有哪些危害 (144)
186. 妊娠合并糖尿病对孕产妇及胎儿、新生儿有哪些危害 (145)
187. 妊娠合并甲状腺功能亢进应注意哪些事项 (146)
188. 妊娠合并风疹病毒感染应如何处理 (147)
189. 妊娠合并流行性腮腺炎应如何处理 (147)
190. 妊娠合并红斑狼疮为何应行流引产术 (148)
191. 妊娠合并贫血常见于哪些原因 (149)
192. 妊娠合并贫血应如何治疗 (150)
193. 妊娠合并淋病应如何治疗 (151)
194. 妊娠合并慢性肾炎应注意哪些事项 (152)
195. 妊娠合并肾盂肾炎应如何治疗 (152)
196. 妊娠合并泌尿系感染应如何处理 (153)
197. 妊娠合并卵巢肿瘤应如何处理 (154)
198. 妊娠期转移性右下腹剧痛常见于什么原因 (155)
199. 妊娠晚期左上腹剧痛伴左肩痛常见于什么原因 (156)
200. 妊娠期经常性上腹痛伴呕血与黑便常见于什么原因 (157)

孕期常见不适与处理

- 201. 妊娠早期轻微恶心、呕吐需要治疗吗 (157)
- 202. 妊娠早期为何会出现“烧心” (158)
- 203. 妊娠期为何会出现头晕眼花 (159)
- 204. 妊娠早期时有下腹隐痛不适需要治疗吗
..... (160)
- 205. 妊娠期为何易出现便秘和痔疮 (161)
- 206. 妊娠期为何易出现腹胀与腹泻 (162)
- 207. 妊娠晚期右上腹隐痛不适常见于什么原因
..... (163)
- 208. 妊娠晚期为何易出现心慌、气短 (163)
- 209. 妊娠期为何易出现急躁情绪 (164)
- 210. 妊娠期为何易出现鼻出血 (165)
- 211. 妊娠晚期腰背部疼痛如何处理 (165)
- 212. 妊娠晚期耻骨疼痛如何处理 (166)
- 213. 妊娠晚期腿痛应如何处理 (166)
- 214. 妊娠期小腿抽筋应如何处理 (167)
- 215. 妊娠期为何易出现尿频 (168)
- 216. 妊娠期阴道分泌物为何增多 (168)
- 217. 妊娠期外阴瘙痒常见于什么原因 (169)
- 218. 孕妇为何会发生皮肤瘙痒 (170)
- 219. 妊娠期皮肤为何会出现色素沉着 (170)
- 220. 妊娠期皮肤为何会出现紫纹 (171)
- 221. 孕妇为何会出现手部麻木及疼痛 (171)
- 222. 妊娠期为何会出现水肿 (172)