

● 最新的资讯 ● 最全的资料

● 权威的指导 ● 实用的经验

Xinbian

新编

怀孕百科

Huaiyun baike

主编 黄秀兰 邵汝家

王彦青 王南琳



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

新编怀孕百科

XINBIAN HUAIYUN BAIKE

主 编 黄秀兰 邵汝家

王彦青 王南琳



人民军医出版社

People's Military Medical Press

图书在版编目(CIP)数据

新编怀孕百科/黄秀兰等主编. —北京:人民军医出版社,
2005. 11

ISBN 7-5091-0024-0

I. 新… II. 黄… III. 妊娠期—妇幼保健 IV. R715.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 117460 号

策划编辑:程晓红 文字编辑:程晓红 责任审读:周晓洲

出 版 人:齐学进

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市复兴路 22 号甲 3 号 邮编:100842

电话:(010)66882586(发行部)、51927290(总编室)

传真:(010)68222916(发行部)、66882583(办公室)

网址:www. pmmp. com. cn

印刷:北京天宇星印刷厂 装订:京兰装订有限公司

开本:880mm×1230mm 1/32

印张:18.375 字数:361 千字

版次:2005 年 11 月第 1 版 印次:2005 年 11 月第 1 次印刷

印数:0001~6000

定价:39.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

电话:(010)66882585、51927252



内 容 提 要

本书由医学界、教育界的有关专家及具有丰富临床经验的妇幼计划生育专业人员编写,从优生优育、妊娠生理与保健、异常妊娠、妊娠期合并症、妊娠与性传播疾病、分娩期保健、产褥期保健、计划生育8个方面系统、全面、详细地介绍了孕前、孕期、产后3个不同阶段的医学知识和母婴保健方法。本书集科普知识与专业知识为一体,既为广大适龄读者提供了大量的信息资料,又为临床妇产科专业中青年医师和妇幼保健工作者提供了宝贵的临床经验。本书内容丰富,信息量大,知识新颖,通俗易懂,科学性与实用性强,实为妊娠必备之书,是适龄者科学孕育、家庭保健的良师益友,也是相关医师、妇幼保健工作者的实用工具书。

责任编辑 程晓红



编著者名单

主 编 黄秀兰 邵汝家 王彦青 王南琳

主 审 吕秋兰 王艳英

副主编 李瑞琴 刘桂兰 马永秀 赵 尉
李淑红 张 梅 马金辉 胡晓丹
李红华 程玉娥 黄汝亭 田中荣

编 者 (以姓氏笔画为序)

马永秀	马金辉	王南琳	王彦青
田中荣	朱启兰	刘桂兰	孙伟娟
李红华	李 宏	李 栋	李 舰
李淑红	李瑞琴	张秀香	张 梅
邵汝家	周福顺	赵素梅	赵 尉
胡晓丹	黄汝亭	黄秀兰	程玉娥

前 言



近年来,年轻夫妇们的生育观念发生了根本性的改变,对生育质量的要求越来越高。他们渴望全面、系统、详细地了解有关优生优育和孕产期保健知识,盼望母儿平安度过围生期,避免出生缺陷,获得一个健康、聪明、可爱的宝宝。本书针对适龄读者的生理特征及心理需求,并根据多年的临床工作实践,为广大孕产妇及其家人提供了大量的信息资料,同时也为众多的中、青年妇产科医师及妇幼保健工作者提供了宝贵的临床经验。

优生优育篇全面、详细论述了生殖遗传相关知识,包括临床上常见与少见的遗传性疾病,为相关读者及遗传咨询工作者提供了宝贵资料;也为普遍开展优生优育、改善人口出生质量、提高人口素质做了有益的教育宣传。

孕期检查篇除论述了孕期常用检查方法以外,还增加了一些特殊检查的适应证、方法及注意事项,为相关读者提供了理性认识,为医、患之间的沟通打下了良好的基础,使相应措施的依从性提高。

孕期营养篇(包括附录)集孕期必须摄取的营养与其在食物中的含量及科学烹调技巧为同一课题,为年轻夫妇尤其是缺乏烹饪技能者提供了宝贵经验,解决了孕产妇因生理反应所带来的饮食困难问题。

异常妊娠、妊娠期合并症篇,除叙述了常见病及多发病以外,还增加了一些疑难病的诊断与防治相关知识,为普通读者和专业人员提供了专业性的资料。

妊娠期性传播疾病篇专题叙述了妊娠期性传播疾病的防治,母、胎之间的传播途径以及对母婴的危害,为适龄读者提供了防治性传播疾病的相关知识,对预防性传播疾病、杜绝胎儿宫内感染起到了重大作用,同时也为患者解除了性传播疾病所带来的精神压力与困惑。

本书还增加了计划生育的相关内容,为产后妇女及时选择避孕措施提供了知情权与选择权。同时还综合了目前同类书籍有关胎教的论述,供读者选择。

本书承蒙解放军 309 医院妇产科吕秋兰主任和山东省济宁医学院湖西附属医院妇产科王艳英主任审阅。吕秋兰主任、王艳英主任具有多年丰富的临床实践经验,理论知识渊博,对本书的编写提出了大量宝贵意见,在此表示衷心感谢。

编者 黄秀兰等

于 2005 年 9 月





目 录

第 1 篇 优生与优育

优生基础知识 / 2

1. 什么是优生? / 2
2. 什么是优生学? / 3
3. 什么是优生法? / 4
4. 为什么要提倡优生? / 4
5. 为什么要提倡优育? / 5
6. 为什么要提倡优教? / 6
7. 妊娠前应做好哪些心理、生理准备? / 7

生育基础知识 / 9

8. 女性生殖器的结构与功能有哪些? / 9
9. 什么是正常月经周期? / 10
10. 卵子是怎样产生的? / 11
11. 何时为排卵期? / 11
12. 怎样测量基础体温? / 12
13. 男性生殖器的结构与功能有哪些? / 12
14. 精子是怎样产生的? / 13
15. 怎样保护精子? / 13

16. 精液的成分有哪些？ / 14
17. 造成精子畸形的原因有哪些？ / 15
18. 什么是人工授精？ / 15
19. 人工授精的适应证有哪些？ / 16
20. 人工授精的方法有哪些？ / 16
21. 人工授精的成功率如何？ / 17
22. 何谓“试管婴儿”？ / 17
23. 体外受精-胚胎移植的适应证有哪些？ / 18
24. 体外受精-胚胎移植的方法步骤有哪些？ / 19
25. 体外受精-胚胎移植的相关助孕技术有哪些？ / 20
26. 何谓显微授精？ / 20

生殖遗传 / 22

27. 何谓生殖遗传？ / 22
28. 为什么孩子不完全像父母？ / 23
29. 为什么有的双胞胎相貌不同？ / 23
30. 什么是遗传性疾病？ / 24
31. 遗传性疾病分几类？ / 25
32. 常见遗传性疾病的特点是什么？ / 26
33. 常见的遗传性疾病有哪些？ / 27
34. 有常染色体遗传病儿生育史者能否再生育？ / 28
35. 伴性遗传病基因携带者为何不能生男孩？ / 29
36. 有 X 性连锁遗传病儿生育史者能否再生育？ / 30
37. 有唇腭裂生育史者第二胎还会再发生畸形吗？ / 30

- 38. 怎样估计多基因遗传病的复发风险？ / 31
- 39. 有多基因遗传病儿生育史者再生育的原则有哪些？ / 31
- 40. 有无脑儿生育史者能再怀孕吗？ / 32
- 41. 有多染色体病儿生育史者再生育的原则有哪些？ / 32
- 42. 异常染色体携带母亲生育的孩子发病风险有多大？ / 33
- 43. 什么是苯丙酮尿症？ / 33
- 44. 何谓特纳综合征？ / 34
- 45. 怎样治疗特纳综合征？ / 35
- 46. 何谓先天性睾丸发育不全综合征？ / 35
- 47. 怎样治疗先天性睾丸发育不全综合征？ / 36
- 48. 何谓白化病？ / 36
- 49. 白化病的临床表现有哪些？ / 37
- 50. 唐氏综合征的临床特点是什么？ / 37
- 51. 怎样避免唐氏综合征患儿？ / 38
- 52. 什么是出生缺陷？ / 38
- 53. 出生缺陷分几类？ / 39
- 54. 出生缺陷的原因有哪些？ / 39
- 55. 常见的联体儿有哪些？ / 40
- 56. 如何判断真两性畸形？ / 41
- 57. 如何判断假两性畸形？ / 42
- 58. 怎样治疗两性畸形？ / 43
- 59. 如何避免生畸形儿？ / 43
- 60. 产前怎样诊断无脑儿？ / 44
- 61. 怎样区别遗传性疾病和先天性疾病？ / 45
- 62. 遗传性疾病能预防吗？ / 46

- 63. 何谓遗传咨询? / 46
- 64. 哪些人群应该做遗传咨询? / 47
- 65. 遗传咨询有哪些内容? / 48
- 66. 为什么“同病莫相恋”? / 48
- 67. 为什么要做婚前检查? / 49
- 68. 婚前男女检查的内容有哪些? / 49
- 69. 哪些人不宜结婚? / 50
- 70. 为何要绝对禁止近亲结婚? / 50
- 71. 哪几种疾病的患者应暂缓结婚? / 51
- 72. 哪些疾病的患者不宜生育? / 52



第2篇 妊娠生理与保健

孕期生理 / 54

- 73. 精子和卵子怎样结合成受精卵? / 54
- 74. 生男育女取决于什么? / 55
- 75. 胎儿的生长发育过程分为几个阶段? / 56
- 76. 为什么有的妇女怀孕以后仍有“月经”? / 57
- 77. 胎盘的结构是怎样的? / 58
- 78. 胎盘的生理功能有哪些? / 59
- 79. 异常胎盘有哪些? / 60
- 80. 羊水是怎样产生的? / 61
- 81. 羊水的生理功能有哪些? / 62
- 82. 为什么说脐带是胎儿的生命线? / 62
- 83. 脐带的长短对胎儿有什么影响? / 63
- 84. 确诊妊娠的方法有哪些? / 63
- 85. 怎样计算预产期? / 64
- 86. 怎样写妊娠日记? / 65

- 87. 早期妊娠的表现有哪些？ / 66
- 88. 什么是早孕反应？怎样处理？ / 66
- 89. 早孕反应对胎儿有影响吗？ / 67
- 90. 有些孕妇为何易出现尿频？ / 67
- 91. 产前门诊有哪几种？ / 68
- 92. 妊娠第一个月胎儿的发育特征如何？ / 69
- 93. 妊娠第二个月胎儿的发育特征如何？ / 70
- 94. 妊娠第三个月胎儿的发育特征如何？ / 71
- 95. 妊娠第四个月胎儿的发育特征如何？ / 72
- 96. 妊娠第五个月胎儿的发育特征如何？ / 72
- 97. 妊娠第六个月胎儿的发育特征如何？ / 73
- 98. 妊娠第七个月胎儿的发育特征如何？ / 74
- 99. 妊娠第八个月胎儿的发育特征如何？ / 75
- 100. 妊娠第九个月胎儿的发育特征如何？ / 76
- 101. 妊娠第十个月胎儿的发育特征如何？ / 77
- 102. 妊娠早期母体的变化特征有哪些？ / 78
- 103. 妊娠中期母体的变化特征有哪些？ / 79
- 104. 妊娠晚期母体的变化特征有哪些？ / 80
- 105. 什么是孕妇的早期管理？ / 82
- 106. 什么是孕妇健康教育和孕妇学校？ / 83
- 107. 孕妇怎样做好家庭自我监护？ / 83
- 108. 孕早期有哪些生理、心理变化？ / 84
- 109. 孕中期有哪些生理、心理变化？ / 85
- 110. 孕晚期有哪些生理、心理变化？ / 85
- 111. 为什么要重视孕产妇的精神卫生？ / 86

围生期保健 / 87

- 112. 什么是围生期？ / 87
- 113. 围生期保健的重大意义是什么？ / 88
- 114. 围生期保健的内容有哪些？ / 89

- 115. 围生期保健管理怎样进行？ / 90
- 116. 围生期保健手册有什么用途？ / 91
- 117. 什么是妊娠图？ / 92
- 118. 妊娠图的三条线有什么意义？ / 92
- 119. 怎样制定孕期检查计划？ / 93
- 120. 什么是产前诊断？有何意义？ / 93
- 121. 产前如何诊断先天性胎儿畸形？ / 94
- 122. 孕妇产前检查为什么要测血压？ / 94
- 123. 孕妇产前检查为什么要测量体重？ / 95
- 124. 孕妇体重增加是怎样分布的？ / 95
- 125. 孕妇产前检查为什么要查肝肾功能？ / 96
- 126. 孕妇产前检查为什么要查乙型肝炎表面抗原？ / 97
- 127. 孕妇产前检查为什么要查血常规？ / 98
- 128. 孕妇产前检查为什么要查凝血项？ / 99
- 129. 孕妇产前检查为什么要查尿常规？ / 99
- 130. 孕妇产前检查为什么要查血型？ / 100
- 131. 孕妇产前检查为什么要查甲胎蛋白？ / 101
- 132. 孕妇产前检查为什么要查尿糖、血糖？ / 102
- 133. 孕早期为什么要查白带？ / 102
- 134. 产前检查为何要测量骨盆？ / 103
- 135. 怎样做骨盆内测量？ / 105
- 136. 孕妇为什么要测量宫高、腹围？ / 106
- 137. 怎样掌握中晚期妊娠宫高正常值？ / 107
- 138. 什么是绒毛细胞检查？ / 107
- 139. 绒毛细胞检查对胚胎发育有影响吗？ / 108
- 140. 哪些孕妇需要做羊水检查？ / 108

- 141. 怎样进行羊水检查？ / 109
- 142. 羊膜腔穿刺术的注意事项有哪些？ / 110
- 143. 羊膜腔穿刺术的并发症有哪些？ / 110
- 144. 孕晚期为什么要测定雌三醇？ / 111
- 145. 监测胎儿成熟度的方法有哪些？ / 111
- 146. 何谓胎儿镜检查？ / 112
- 147. 哪些情况下需做胎儿镜检查？ / 113
- 148. B超检查对胎儿有影响吗？ / 114
- 149. 检测胎儿心率的方法有哪些？ / 114
- 150. 胎心率异常有什么意义？ / 115
- 151. 哪些情况下需要做胎儿超声心动
检查？ / 115
- 152. 胎心电子监护检查的意义是什么？ / 116
- 153. 正常的胎心率基线是怎样的？ / 116
- 154. 常见的一过性胎心率变化有哪些？ / 117
- 155. 何谓无应激试验？ / 118
- 156. 何谓缩宫素激惹试验？ / 118
- 157. 胎儿何时开始出现胎心搏动？ / 119
- 158. 何时能听到胎儿心音？ / 119
- 159. 孕妇何时感觉有胎动？ / 120
- 160. 孕妇怎样测定胎动计数？ / 120
- 161. 孕妇怎样辨别异常胎动？ / 121
- 162. 孕妇应怎样安排休息与运动？ / 122
- 163. 孕妇为什么应坚持正常工作及家
务劳动？ / 122
- 164. 孕妇能进行体育锻炼吗？ / 124
- 165. 孕妇应怎样做呼吸练习？ / 124
- 166. 孕妇应怎样做头颈运动？ / 125
- 167. 孕妇应怎样做肩胸运动？ / 126

- 168. 孕妇应怎样做腰背运动？ / 127
- 169. 孕妇应怎样做腿脚运动？ / 128
- 170. 孕妇应怎样做增强骨盆底肌肉的练习？ / 129
- 171. 孕妇应怎样做增强大腿肌肉的练习？ / 130
- 172. 孕妇应怎样做松弛与呼吸的练习？ / 131
- 173. 妊娠晚期为什么不宜久站、久坐和
负重？ / 133
- 174. 孕妇睡眠时为什么取左侧卧位最好？ / 134
- 175. 孕妇怎样掌握适宜的睡眠时间？ / 135
- 176. 孕妇为何不宜睡席梦思床？ / 136
- 177. 孕妇为何不宜睡电热毯？ / 137
- 178. 孕妇在夏季生活中应注意些什么？ / 137
- 179. 孕妇在冬季为何应多进行阳光浴？ / 138
- 180. 孕妇是否需要打腹带？ / 139
- 181. 妊娠晚期为什么不宜坐浴？ / 140
- 182. 孕妇洗头洗澡须注意哪些事项？ / 140
- 183. 孕妇应如何选择合适的衣服？ / 141
- 184. 孕妇应如何选择合适的乳罩？ / 142
- 185. 孕妇应如何选择合适的鞋子？ / 143
- 186. 孕妇应如何做好口腔护理？ / 143
- 187. 孕妇为何不宜拔牙？ / 144
- 188. 孕妇应如何做好乳房护理？ / 144
- 189. 孕妇为何禁忌饲养小动物？ / 145
- 190. 孕妇为何应避免接触农药及刺激性化学药
品？ / 147
- 191. 孕妇为何应避免接触汽油等有害气体？ / 148
- 192. 孕妇为何禁忌接触 X 线？ / 148
- 193. 孕妇为何不宜长时间操作电脑？ / 149
- 194. 妊娠晚期为何不宜长时间坐车？ / 150

- 195. 孕妇为何应避免感冒？ / 150
- 196. 早孕期患感冒应如何处理？ / 151
- 197. 早孕期易致胎儿畸形的疾病有哪些？ / 152
- 198. 巨细胞病毒感染对胎儿有什么危害？ / 152
- 199. 疱疹病毒感染对胎儿有什么危害？ / 153
- 200. 风疹病毒感染对胎儿有什么危害？ / 154
- 201. 衣原体感染对胎儿有什么危害？ / 155
- 202. 孕妇为何不宜常去公共场所？ / 156
- 203. 孕期为何要避免噪声影响？ / 156
- 204. 孕妇为何不宜长时间吹电风扇？ / 157
- 205. 孕妇为何不宜长时间看电视？ / 158
- 206. 孕妇为何不宜常用化妆品和清凉油？ / 158
- 207. 孕妇做饭洗衣时有哪些注意事项？ / 159

孕期营养 / 160

- 208. 脑组织的解剖结构是怎样的？ / 160
- 209. 胎儿脑发育过程是怎样的？ / 161
- 210. 大脑的发育有哪两个高峰时期？ / 161
- 211. 孕妇怎样合理补充营养？ / 162
- 212. 适合孕妇的基本营养素有哪些？ / 163
- 213. 孕妇偏食有哪些危害？ / 165
- 214. 孕妇营养与胎儿智力发育有何关系？ / 166
- 215. 促进大脑发育的基本营养素有哪些？ / 167
- 216. 孕妇为何应当适当补充富含铁质的食物？ / 167
- 217. 含铁丰富的食物有哪些？ / 168
- 218. 哪些食物富含维生素？ / 168
- 219. 缺乏维生素对孕妇和胎儿有哪些影响？ / 169
- 220. 缺乏钙、磷对孕妇和胎儿有哪些影响？ / 170
- 221. 孕妇为何不宜过多补充鱼肝油和钙？ / 170
- 222. 缺锌、缺碘对孕妇和胎儿有哪些影响？ / 171

- 223. 孕妇是否需要补充大量维生素及钙剂？ / 172
- 224. 孕妇多饮水好不好？ / 172
- 225. 孕妇饮酸牛奶有何益处？ / 173
- 226. 孕妇为什么要低盐饮食？ / 173
- 227. 孕妇为何不宜过多食用山楂及酸性食物？ / 174
- 228. 孕妇为何应忌食人参、桂圆？ / 175
- 229. 孕妇为何不宜多吃油炸食物？ / 175
- 230. 孕妇为何不宜过多食用食物添加剂及热性香料？ / 176
- 231. 孕妇为何不宜过多食用腌制食品？ / 177
- 232. 孕妇为何不宜饮浓茶和咖啡？ / 177
- 233. 孕妇为何应禁止吸烟饮酒？ / 178

孕期用药 / 179

- 234. 孕期能否用药？ / 179
- 235. 容易引起胎儿畸形的药物有哪些？ / 180
- 236. 孕妇进行免疫接种应注意哪些事项？ / 182

孕期性生活 / 183

- 237. 孕期为何要节制性生活？ / 183
- 238. 孕期不同阶段性生活特征及注意事项有哪些？ / 184
- 239. 孕期不同阶段性生活的正确姿势有哪些？ / 185

孕期常见症状及处理 / 187

- 240. 妊娠早期轻微恶心、呕吐需要治疗吗？ / 187
- 241. 早孕期偶发性下腹隐痛是何原因？ / 188
- 242. 妊娠晚期右上腹隐痛是何原因？ / 188