

怀孕禁忌

吴慧茹·张孔潜·编著



怀 孕 禁 忌

吴慧茹 张孔潜

北方妇女儿童出版社

怀孕禁忌

吴慧茹 张孔潜 编著

北方妇女儿童出版社出版
吉林省新华书店发行
延边新华印刷厂印刷

787×1092毫米32开本5.25印张110,000 字数
1991年1月第1版 1991年1月第1次印刷
印数1—8,180册
定价: 2.40元

序 言

妇女担负着怀孕、分娩、哺育婴儿的特殊使命，尽量减少妇女因怀孕、分娩而发生的疾病和不幸的意外，是人们十分关心的问题。

怀孕是一个复杂的生理过程，在这个过程中，怎样使孕妇合理、科学地安排工作、学习、生活，使身体更好的适应妊娠后的变化，平安的渡过280天的孕期，生一个活泼可爱、聪明伶俐的孩子，这是每个孕妇最为迫切的愿望，本着这个目的，我们编写了怀孕禁忌这本通俗的小册子，简单地介绍了妇女的生理和怀孕过程，提出了一些暂时不宜怀孕的疾病，也提出了一些孕妇应该注意的问题。

怀孕禁忌不是一个绝对的概念，而是希望妇女在这些禁忌中正确地安排怀孕，并能在孕期注意保护自己，监护胎儿的发育，给家庭带来幸福。如果这本小册子能够给孕妇一些指导，并能自我地监护和管理妊娠过程，既能使孕妇健康，又能使婴儿平安地诞生，这将是编写这本小册子的最大愿望。

由于我们的学识水平有限，有一些禁忌尚未罗列出来，有一些禁忌的提法也未必正确，书中的错误和不当之处在所难免，恳请赐教和批评。

编 者

目 录

第一章 女性生理及怀孕	1
1. 女性生殖器官由几部分组成的?	1
2. 女性青春期的生理特点是什么?	3
3. 女性为什么会有月经?	4
4. 什么叫怀孕?	5
5. 什么叫闭经? 月经不来都是怀孕吗?	6
6. 怀孕后身体发生了哪些变化?	7
7. 怎样知道自己怀孕了?	10
8. 孕妇怎样数胎动?	11
9. 什么叫胎心音?	13
10. 怀孕后为什么应该到医院检查?	14
11. X线检查能诊断怀孕吗?	15
12. 超声波能诊断怀孕吗?	16
13. 羊水检查有什么意义?	17
14. 什么叫“假孕”? 如何自我判断是假孕?	19
15. 什么叫死胎? 怎样自我判断是死胎?	20
16. 怎样推算预产期?	22
17. 产前检查包括哪些内容?	23
18. 怎么知道要流产?	25
19. 什么叫高危妊娠? 为什么要进行监护?	27
20. 怎样防止早产?	28
21. 过期妊娠有什么危害?	29
22. 什么叫染色体、基因? 如何检查?	31
23. 遗传病能治疗吗?	32

24. 孕妇怎样进行自我监护?	34
-----------------------	----

第二章 怀孕禁忌

37

1. 为什么要提出怀孕禁忌的概念?	37
2. 流产不超过六个月的妇女为什么不能怀孕?	39
3. 葡萄胎手术后不满一年的妇女为什么不能怀孕?	40
4. 剖腹产后不满一年的妇女为什么不能怀孕?	42
5. 一般腹部手术后不满半年的妇女为什么不能怀孕?	43
6. 正在治疗生殖道传染病的妇女为什么不能怀孕?	44
7. 正在学习的妇女为什么不要怀孕?	45
8. 正在执行某种特殊任务的妇女为什么不能怀孕?	46
9. 正在治疗的精神病妇女为什么不能怀孕?	47
10. 正在从事X线和同位素工作的妇女为什么不宜怀孕?	48
11. 严重驼背的妇女为什么不宜怀孕?	50
12. Rh ⁻ 血型的母亲为什么不宜再怀孕?	51
13. 严重贫血的妇女为什么不宜怀孕?	52
14. 长期服药的妇女为什么不宜怀孕?	54
15. 糖尿病的妇女为什么不宜怀孕?	55
16. 甲亢症妇女为什么不宜怀孕?	57
17. 长期发热的妇女为什么不宜怀孕?	58
18. 乙型肝炎的妇女为什么不宜怀孕?	59
19. 溃疡病便血的妇女为什么不要怀孕?	61
20. 活动性肺结核的妇女为什么不宜怀孕?	62
21. 有心脏病的妇女能怀孕吗?	63
22. 支气管哮喘的妇女什么时候怀孕好?	65
23. 咯血的妇女为什么不要着急怀孕?	66
24. 哺乳期的妇女为什么不要怀孕?	67
25. 夫妇双方有异常染色体时为什么要禁止怀孕?	68
26. 生了有缺陷的孩子为什么不能盲目的再怀孕?	69
27. 年龄超过35岁的妇女为什么最好不怀孕?	71

28. 丈夫在55岁以上年龄的妇女为什么不宜怀孕？	72
29. 近亲结婚的妇女为什么不宜怀孕？	73
30. 重症肌无力的妇女为什么不能怀孕？	74
31. 畸形子宫的妇女为什么不要忘记怀孕是危险的？	75
32. 泌尿器官严重畸形的妇女不宜怀孕吗？	77

第三章 孕妇禁忌.....79

1. 为什么要提出孕妇禁忌的概念？	79
2. 什么叫妊娠剧吐？对孕妇有什么不利的影响？	80
3. 什么叫妊娠中毒症？孕妇能发生哪些意外？	81
4. 怀孕后能发生心脏病吗？会造成孕妇死亡吗？	83
5. 孕妇为什么不要担心自己得了围产期心肌病？	84
6. 孕妇发生了粟粒型肺结核为什么应中止妊娠？	85
7. 怀孕后得了血液病，能继续妊娠吗？	86
8. 肾炎病的的妇女一旦怀孕了为什么要中止怀孕？	88
9. 什么叫梅毒？对胎儿有什么危害？	89
10. 孕妇得了淋病对胎儿有什么危害？	90
11. 系统性红斑狼疮的妇女怀孕后怎么办？	90
12. 癫痫病孕妇对胎儿有什么影响？	92
13. 怀孕期间得了肝炎病，需要中止怀孕吗？	93
14. 怀孕合并黄疸的妇女不要忘记中止怀孕吗？	95
15. 孕妇为什么应避免得病毒性感冒？	96
16. 怀孕后为什么应预防风疹感染？	97
17. 怀孕后为什么要防止泌尿道感染？	99
18. 怀孕后发生腰痛为什么不能等闲视之？	100
19. 孕妇为什么不要到处打听围产儿死亡原因？	102
20. 为什么孕妇不要盲目保胎？	103
21. 孕妇为什么应防止大面积烫伤？	104
22. 孕妇应防止一氧化碳(煤气)中毒吗？	106
23. 孕妇为什么尽量避免接触有毒物质？	107
24. 确定多胎妊娠不应该继续怀孕吗？	109

25. 孕妇为什么不轻易要求做剖腹产?	110
26. 孕妇为什么应避免各种外伤?	112
27. 肥胖的孕妇为什么不能过分节食?	113
28. 孕妇为什么不能滥用药物?	115
29. 孕妇为什么不要自寻苦恼?	116
30. 孕妇为什么要防止过劳?	118
31. 怀孕后性生活为什么要节制和避免?	119
32. 孕妇为什么忌偏食?	120
33. 孕妇为什么要防止过胖?	122
34. 孕妇为什么不要多吃糖?	123
35. 孕妇为什么不要束腰?	124
36. 孕妇为什么不宜游泳?	125
37. 孕妇为什么不宜喝浓茶和咖啡?	126
38. 孕妇为什么不宜饮酒?	127
39. 孕妇为什么不宜吸烟?	129
40. 孕妇为什么不能私自坠胎?	130
41. 孕妇为什么不要滥用丙种球蛋白?	131
42. 孕妇为什么应避免X光和接触放射性物质?	132
43. 孕妇为什么不宜多用维生素?	133
44. 孕妇为什么不宜多用鱼肝油和钙片?	135
45. 孕妇为什么不宜外出旅行?	136
46. 孕妇为什么不宜洗热水澡?	137
47. 孕妇的乳房为什么不能束紧?	138
48. 孕妇为什么要防止便秘?	138
49. 孕妇为什么不宜长时间看电视?	140
50. 孕妇为什么不宜长期使用染发水?	140
51. 孕妇为什么不宜挤公共汽车?	141
52. 孕妇为什么要避开噪音的刺激?	142
53. 孕妇为什么不宜长时间站立?	143
54. 孕妇为什么应防止受到较大的震动?	144

55. 为什么孕妇度夏防中暑?	145
56. 孕妇为什么不宜坐飞机?	146
57. 孕妇睡眠为什么不宜仰卧位?	147
58. 孕妇为什么不宜穿高跟鞋?	148
59. 孕妇为什么不能参加剧烈的体育活动?	149
60. 孕妇为什么不宜玩猫狗?	150
61. 孕妇为什么不宜骑自行车?	151
62. 孕妇为什么应防止缺少微量元素?	152
63. 孕妇为什么不能隐瞒胎龄?	154
64. 孕妇为什么不要经常按摩乳头?	155

第一章 女性生理及怀孕

1. 女性生殖器官由几部分组成的？

女性生殖器官由两部分组成的，露在身体外面的叫外生殖器，藏在身体里面的叫内生殖器。

外生殖器又称作外阴部，包括阴阜、大阴唇、小阴唇，阴蒂、会阴、尿道口、阴道口和处女膜等。

处女膜为阴道口的一层较薄的粘膜。处女膜中央有一小孔，膜孔的大小、形状、厚薄、弹性因人而异，月经血由此孔流出。性生活后，处女膜一般的都会破裂。

内生殖器包括阴道、子宫、卵巢、输卵管。

阴道：上方与子宫相连，下方是阴道口。阴道是月经血、流白带和胎儿娩出的通道，也是性交的器官。阴道为一肌肉膜性管道，壁薄而富于伸展性，分娩时能极度扩张，分娩后又能缩复。在阴道的顶端承接子宫颈的地方，形成了一个环状的凹陷，称为阴道穹窿。阴道前壁长约7~8厘米，后壁长约8~12厘米。在正常情况下，阴道前后壁相贴连，内有子宫分泌的少量液体保持湿润，而在怀孕期分泌物大量的增加。阴道血液循环非常丰富，分娩时一旦出现裂伤极易出血。阴道前面有膀胱和尿道，后面有直肠，分娩时往往可以

造成这些邻近器官的损伤。

子宫：子宫是产生月经和胚胎着床、孕育胎儿的地方。子宫位于骨盆腔的正中，是一个肌肉器官，呈前后略扁的倒置梨形。大头朝上，小头朝下。上端子宫体两侧连接输卵管，下端子宫颈伸入阴道内。子宫在正常情况下大小同鸡蛋相仿。子宫腔衬贴着一层很薄的膜叫子宫内膜，子宫内膜在内分泌激素的调控下有规律的周期性增厚、脱落便形成了月经。在子宫腔的上方两边各有一个小孔，即输卵管口，输卵管口与输卵管相通，受精卵经输卵管口到达子宫腔，在子宫内膜着床。就象种子种在地里一样，从此便开始了胚胎的发育。子宫颈是子宫的一部分，是形似圆柱形的筒状器官，中间有子宫颈管向上与子宫腔相通，向下与阴道相通。子宫颈主要由结缔组织构成的，也含有平滑肌纤维、血管和弹力纤维，在怀孕期和分娩期有显著的扩张能力。子宫肌肉分为三层，内层环行，外层纵形，中层交错，肌层中含有较多的血管。肌层的这种特殊结构对于增强子宫的坚韧性和收缩力有重要的作用，有利于分娩时子宫收缩及月经、流产、与产后的子宫缩复止血。子宫的前面是膀胱，膀胱内有尿充盈时，使子宫体上升后倒，子宫阴道角度缩小；子宫的后面是直肠，直肠有大便充盈时，将子宫颈推向前方，子宫阴道角度增大。

卵巢：位于子宫的两旁、输卵管的下方，卵巢为左右各一个，呈扁圆形。成年女性的卵巢与鸽子蛋大小差不多，而绝经以后卵巢就慢慢地变小了。在卵巢内生长着许多个原始卵泡，当女性发育到青春时期时，一部分原始卵泡就逐渐发育成熟，发育成熟的卵泡含有卵子，并能分泌女性激素即雌激素和孕激素两种。

输卵管，是喇叭形弯曲的细长的管道，长约10~12厘米，在子宫的两侧各有一条。输卵管细的部分连接着子宫腔，粗的部分紧对着卵巢与腹腔相通，输卵管是输送卵子的管道。因此妇女的腹腔是通过输卵管、子宫腔、子宫颈口、阴道口与外界相通的。

2. 女性青春期的生理特点是什么？

女性的一生可分为青春前期、青春期、成熟期、更年期和绝经期五个生理阶段。

青春期是指从来月经开始到生殖器官发育成熟这个阶段。

女性的青春期，在13~18岁之间，正是月经刚刚来潮到生殖器官逐渐发育成熟的时期。在这个时期，女性生理上的特点为身体、生殖器官发育趋于成熟，也是女性特征形成的时期。女性青春期的特点集中的表现在：全身生长迅速。身体各部分的成长近似成年女性，但身材大多数较男性略矮，体重较男性轻。由于身体的发育，往往给人一种健康、自然的美感，她们自己觉得有充沛的精力，有用不完的力气，无论是工作学习都充满着青春的活力和积极向上的劲头。

青春期女性的第二个特点是生殖器官的发育日趋成熟，出现了女性的第二性征，这是因为卵巢开始分泌雌激素和孕激素的原因。什么叫女性的第一性征？即生殖器官的各个部分开始出现了明显的变化，外生殖器官由幼稚型变为成人型；阴阜隆起，大阴唇肥厚，小阴唇变大且有色素沉着；阴道的长度和宽度都有所增加，阴道粘膜变厚，子宫卵巢增大，卵巢内出现不同发育阶段的卵泡，并有成熟的卵子排出。女性第二性征是指生殖器官之外，女性所特有的征象。

女性青春期出现的第二性征表现为乳房、阴毛、腋毛和体形的变化。乳房的发育是女孩进入青春期的最先表现出来的变化。

青春期女性体型圆润、丰满，这是由于青春期女性肩、胸、臀部脂肪增多而造成的。女性骨骼也有其特点，即比较纤细、胸腔较短且宽，骨盆宽大，以利分娩。在女性激素的调节下女性皮肤光滑、细嫩。

女性青春期的标志是月经来潮，但在这个时期卵巢的功能还不甚健全，在初潮之后，月经还没有一定规律。

从18岁以后，卵巢的功能开始进入生殖功能和内分泌功能最旺盛的时期，有规律的出现月经，生殖力最强，性功能最旺盛。但这个时期也是精力最充沛、求学上进的黄金时期，因此告诫青春期女性，一定要稳定情绪，陶冶情操，排除杂念，切勿早恋，消除各种不良的精神刺激，平平安安地度过青春期。

3. 女性为什么会有月经？

月经是指有规律的、周期性的子宫出血。健康的女性在13~15岁之间可来月经，叫做初潮。女性初潮的年龄最早可在11岁，但最迟不能超过18岁。月经的到来标志着告别了童年和少年，身体的发育开始进入了青春期。

女性为什么会来月经，这需从内分泌腺体的功能及卵巢和子宫内膜的变化说起。当女孩进入青春期时，在内分泌中枢下丘脑和脑垂体，调节性腺功能的激素开始萌动和分泌，主要有两种激素，一种叫促卵泡刺激素，另一种叫促黄体生成激素，合起来称之为促性腺激素。在促卵泡刺激素的作用下，卵巢的卵泡开始发育，并同时分泌雌激素，雌激素的作用之一是使子宫内膜增厚。当雌激素的分越达到一定的

闭浓度的时候,促卵泡刺激素分泌减少,同时引起促黄体生成激素分泌增多,使卵巢内出现黄体,黄体除了产生少量的雌激素外,主要分泌黄体激素,这是常说的孕激素,它能使子宫内膜变得松软,为受精卵准备好了生长的条件。如果这时没有受孕,黄体出现后大约10天左右开始萎缩,停止分泌雌激素和孕激素,同时也有促性腺激素分泌的骤然下降,顿时使增厚的子宫内膜失去了激素的支持作用,从而使子宫内膜发生萎缩、坏死、脱落和出血,即来了月经。月经是女性健康、成熟的一个标志,也是验证是否妊娠的一个主要客观标准。月经过后子宫内膜逐渐修复,卵巢又在促性腺激素的作用下卵泡又重复上一次的变化,大约28天左右为一个周期,因此每次月经都是有规律的,有时可以提前3~4天,有时可以错后3~5天,这些都属于正常现象,每次月经持续2~7天。第一天月经血量不多,第二、三天最多,一次月经失血量大约在20~100毫升之间,平均50毫升左右。正常的月经血是暗红色的,血中混有子宫内膜的碎片、子宫颈粘液和阴道上皮细胞,月经血不容易凝固。

4. 什么叫怀孕?

怀孕又叫妊娠,是指男子的精子和女性的卵子相结合,在女性子宫内发育成胎儿的过程。

怀孕是一个复杂的过程,必需具备下面几个条件:必须有成熟的精子和卵子;精子必须在排卵期才能与卵子遇合;精子与卵子遇合,必须有一定的生物化学基础;精子与卵子的通道必须畅通无阻;孕卵必须有适宜的环境。

当精子与卵子在输卵管内相遇后,使卵子变成了受精卵,在这一瞬间怀孕过程就已经开始了。受精卵在输卵管内

开始发育，同时在输卵管肌肉节律的收缩、蠕动，经过4~5天时间，把受精卵送到了子宫腔内，在子宫内受精卵继续发育，大约再经过3~4天就被埋在松软的子宫蜕膜里，这是成胎的第二步，医学上叫做受精卵的着床。着床的部位多数在子宫体的前后壁。从此受精卵在子宫内继续发育成长，大约经过280天的孕育，便可发育成一个成熟的胎儿。

胎儿在子宫内生长发育的280天，要走过人类漫长的进化过程。习惯上把怀孕过程分为三个阶段：怀孕早期即指怀孕12周前一段时间；怀孕中期是指怀孕12周到28周的一段时间；怀孕晚期指怀孕28周以后到40周（即分娩时）。

因为怀孕是一个极其复杂的过程，同其它任何事情都一样，不可能是一帆风顺的，或者因为精子、卵子本身有缺陷，或因为受精卵着床的位置不理想、不正常，或因母体不良的环境，营养障碍等因素的影响，使胚胎发育异常，甚至夭折而发生流产。

如果经诊断确实怀孕了，就应该防止滥用药，特别是有致胎儿畸形的药物根本就不能用。应该时刻注意，预防感冒和其它病毒感染，防止着凉、劳累和精神紧张，避免接触有害物质和放射线等。

5. 什么叫闭经？月经不来都是怀孕吗？

一个发育成熟健康的女性，在内分泌激素的调控下，子宫内膜有规律地变化。随着子宫内膜的脱落，而使子宫表面的一些血管遭到破坏，血从子宫经阴道流出，每次月经相隔的时间叫月经周期，大多数女性的月经周期为28天左右，但有些女性月经每隔21~35天来一次，也算在正常范围内。

平素月经正常、规律的妇女，突然月经不来了，这就叫做

经。闭经不一定是怀孕。

医学上把闭经分为两大类：一类是原发性闭经，一类是继发性闭经。女孩子到了18岁还没来月经叫原发性闭经。平素健康的妇女，月经一向准确、规律，突然三个月以上不来月经，叫继发性闭经。

继发性闭经的含义是闭经是有原因的，是在某一种或几种原因的影响下，使女性内分泌系统和卵巢的功能发生了问题，继而出现了闭经。在许多因素中应特别注意许多慢性全身性的疾病均可以引起闭经，如结核病、肾炎、心脏病；生殖器官疾病如子宫内膜炎症、卵巢炎症；另外，内分泌疾病如下丘脑、垂体、肾上腺、甲状腺疾病均可以引起闭经。

总之，闭经不一定是怀孕。奉劝月经一向规律的妇女，一旦发生了闭经，应即到医院检查，判定闭经是妊娠，还是疾病？这是最好的办法了。

6. 怀孕后身体发生了哪些变化？

怀孕是女性一生一般都要经过的一段特殊的时期。任何一个妇女在一次怀孕过程中无不舒服或异乎寻常的感觉，几乎是是不可能的。怀孕的妇女身体将发生一系列变化，有些属于生理性变化，有些变化会超过生理范围，这种情况在许多妇女身上是可以看到的。

当然，怀孕后身体发生的各种各样的变化对孕妇来讲大多是有益的，只有极少的孕妇会发生病理性变化。

所以，全面地了解怀孕期间妇女体内发生的变化，分清出了怀孕期变化与疾病引起的症状之间的差别，这对保护孕妇和胎儿的平安有一定的意义。

现将妇女怀孕后各系统和器官的变化概述一下：

心脏

怀孕后，孕妇的心脏负担加重。心脏负担加重的原因是因为怀孕后血液总量比平时增加30~50%，每分钟心脏搏血量几乎增加了一半以上，再加上怀孕后新陈代谢又大大地增加了，在这两者共同的作用下，常常造成孕妇的心脏肥大，使孕妇的心率经常在100次/分左右，在心尖部还可以听到吹风样的收缩期杂音。除心动过速外，有些孕妇因为精神紧张而出现心律失常，如期前收缩等。在分娩时，由于子宫收缩，特别是当胎儿正在娩出时，由于疼痛刺激，腹压的升高，可使孕妇的心率增快、心脏排出量增加30~60%，血压升高可达到收缩压140~160毫米汞柱。胎儿娩出后，由于子宫血流量迅速减少，回到心脏的血量剧增，这时极易诱发心力衰竭也叫心功能不全。

血液

怀孕后血液总量逐渐增加，但其中红细胞增加的却相对不多，主要是血浆量增加较多。这样，在单位体积内红细胞的数量就较正常为少，使血液变稀变淡，从而造成生理性贫血。这对增加肾脏血流量、减轻心脏负担、散发热量等均有好处。因此，怀孕期间发生的贫血是一种生理性反应，当红细胞在每立方毫米的血液里低于350万，血红蛋白在100毫升血液里低于10克的时候，就可能出现贫血的一些症状，如头晕、心悸、无力、虚弱等。除此之外，怀孕的妇女白细胞有轻度增加的趋势，极易误诊为感染。血小板数在怀孕后有较大的波动，一般每立方毫米的血小板数在15~45万之间。在分娩前，血小板数目有增加的趋势，产后两周左右恢复正常。

血管

怀孕后血管功能有两种主要变化，一个是血管舒缩功能失调，表现为血压波动。在妊娠中期，孕妇的血压偏低，而