

健康怀孕400问

新妈妈宝宝系列

叶元华 主编

J I A N K A N G H U A I Y U N 4 0 0 W E N

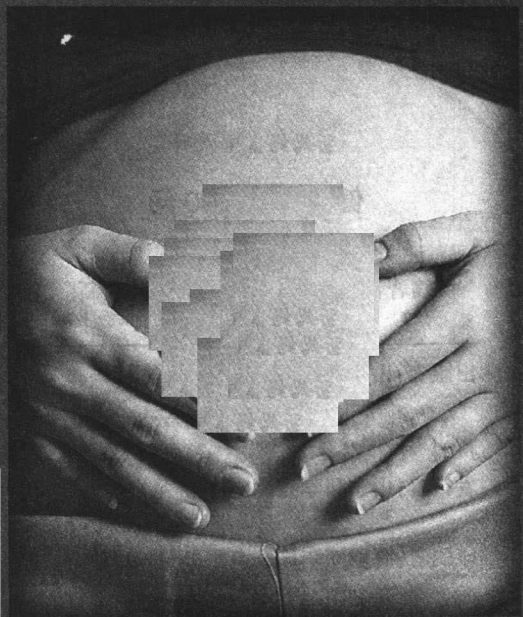
J I A N K A N G H U A I Y U N 4 0 0 W E N

山东科学技术出版社 www.lkj.com.cn

健康怀孕400问

新妈妈宝宝系列

叶元华 主编



山东科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

健康怀孕 400 问 / 叶元华等编. — 济南: 山东科学技术出版社, 2004.5

(新妈妈宝宝系列)

ISBN 7-5331-3634-9

**I. 健... II. 叶... III. 妊娠期 - 问答
IV. R715.3-44**

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 115358 号

新妈妈宝宝系列

健康怀孕 400 问

主 编: 叶元华 彭 伟
编著者: 叶元华 彭 伟 左建新
金娥 岳崇玉 陈维萍

出版者: 山东科学技术出版社

地址: 济南市玉函路 16 号

邮编: 250002 电话: (0531) 2065109

网址: www.lkj.com.cn

电子邮件: sdkj@jn-public.sd.cninfo.net

发行者: 山东科学技术出版社

地址: 济南市玉函路 16 号

邮编: 250002 电话: (0531) 2020432

印刷者: 肥城新华印刷有限公司

地址: 肥城市新城路 092 号

邮编: 271600 电话: (0538) 3212013

开本: 850mm × 1168mm 1/32

印张: 7.25

字数: 150 千

版次: 2004 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 1-4000

ISBN 7-5331-3634-9

R·1093

定价: 12.00 元

4 目 录 CONTENTS

孕前须知

1. 婚前应做哪些检查? /1
2. 什么时候是最佳生育年龄? /1
3. 乙肝病毒携带者可以结婚吗? /2
4. 乙肝五项检查有什么意义? /2
5. 怎样确定排卵期? /3
6. 什么时候是最佳怀孕年龄? /4
7. 什么季节怀孕最好? /4
8. 什么是遗传? /4
9. 什么是遗传性疾病? /5
10. 如何预防遗传性疾病? /5
11. 哪些人要进行遗传优生咨询? /6
12. 什么是遗传咨询? 遗传咨询有何意义? /6
13. 遗传咨询分哪些步骤? /7
14. 遗传咨询包括哪些内容? /7
15. 智商可以遗传吗? /8
16. 受孕前应该有怎样的心理和物质准备? /8
17. 年龄过大或过小对怀孕有什么影响? /9

- 18. 孕前应注意什么? /9
- 19. 为何会发生不孕现象? /9
- 20. 不孕时为什么男方也要检查? /10
- 21. 生男生女的决定因素是什么? /11
- 22. 丈夫吸烟对孕妇有何影响? /12
- 23. 丈夫酗酒对精子有何影响? /12
- 24. 患肝炎期间可以怀孕吗? /13
- 25. 梅毒患者可以怀孕吗? /13
- 26. 淋病患者可以怀孕吗? /14
- 27. 尖锐湿疣患者可以怀孕吗? /15

孕期保健

- 28. 什么是怀孕? /16
- 29. 怎样确定怀孕了? /16
- 30. 胎儿不同发育阶段有何特征? /17
- 31. 什么是早早孕? /18
- 32. 能否根据基础体温判断是否怀孕了? /18
- 33. 怀孕多长时间妊娠试验可以出现阳性? /18
- 34. 什么是早孕反应? /19
- 35. 出现早孕反应后应如何调整饮食? /19
- 36. 怀孕后体重有何变化? /19
- 37. 怀孕后乳房有何变化? /20
- 38. 为什么孕早期会出现尿频现象? /20
- 39. 怎样推算预产期? /20
- 40. 孕期白细胞升高是异常现象吗? /21
- 41. 孕期转氨酶会升高吗? /21
- 42. 为什么孕期会出现水肿? /21

- 43. 孕妇为什么会出现妊娠斑? /22
- 44. 孕妇皮肤上为什么会出现紫纹? /22
- 45. 孕妇为何会出现皮肤瘙痒? /23
- 46. 为什么孕妇容易发生静脉曲张? /23
- 47. 孕妇为什么会出现手部麻木及疼痛? /23
- 48. 健康孕妇为什么有时也会感到心慌气短? /24
- 49. 孕妇为什么容易发生腰背疼痛? /24
- 50. 孕妇为什么容易患坐骨神经痛? /25
- 51. 什么现象说明孕妇有耻骨联合分离? /25
- 52. 孕妇为什么容易发生晕厥? /26

产前检查

- 53. 为什么产前检查要从怀孕早期开始? /27
- 54. 怀孕早期检查包括哪些内容? /27
- 55. 怎样定期进行产前检查? /28
- 56. 首次产前检查包括哪些内容? /28
- 57. 怎样判断子宫的大小? /30
- 58. 什么情况下子宫过小? 什么情况下子宫过大? /30
- 59. 什么是基础血压? 基础血压有什么意义? /30
- 60. 产前检查为何需要测量骨盆? /31
- 61. 血型检查有什么意义? /31
- 62. 怀孕几个月时能感觉到胎动? /32
- 63. 孕妇体重增加多少合适? /32
- 64. 什么部位胎心音听得最清楚? /32
- 65. 胎儿每分钟心跳多少次为正常? /33
- 66. 胎儿在宫内是什么样的姿势? /33
- 67. 什么是胎方位? /34

孕期生活

68. 不同妊娠阶段在饮食方面应注意什么问题? /35
69. 怀孕后应如何调整饮食结构? /35
70. 孕期营养主要包括哪几个方面? /36
71. 孕妇偏食对胎儿有什么影响? /37
72. 各种维生素的主要作用是什么? /38
73. 缺锌有什么危害? /39
74. 孕期为什么要补充碘? /39
75. 孕妇能否喝茶和咖啡? /40
76. 孕妇有哪些饮食禁忌? /40
77. 孕妇是否营养补充得越多越好? /41
78. 孕妇应选择什么样的居住环境? /41
79. 孕妇接触小动物对妊娠有何影响? /41
80. 看电视对孕妇是否有影响? /42
81. 孕妇采用何种睡眠姿势最佳? /42
82. 孕期如何进行性生活? /43
83. 孕期是否可以参加运动? /43
84. 乙肝病毒能否传染给胎儿? /44
85. 孕期不宜常用化妆品吗? /45
86. 孕期经常操作电脑对胎儿有不良影响吗? /45
87. 孕期为何要避免噪音污染? /45
88. 孕期为何不宜常去公共场所? /46
89. 怀孕晚期为何不宜长时间坐车? /46
90. 孕妇做饭时应注意什么? /47
91. 孕妇洗衣服时应注意什么? /47
92. 血型是怎样遗传的? /47

93. 胎动有哪些形式? /48

94. 胎动有哪些生理特点? /49

孕 期 疾 病

95. 怀孕早期阴道流血的常见原因有哪些? /50

96. 什么是流产? /50

97. 流产的常见原因有哪些? /50

98. 发生流产时主要有哪些临床表现? /51

99. 什么是习惯性流产? /51

100. 人工流产的禁忌证与适应证是什么? /52

101. 人工流产有哪些并发症? /52

102. 什么是药物流产? /53

103. 什么是宫外孕? /53

104. 宫外孕患者有何临床表现? /54

105. 宫外孕必须手术治疗吗? /54

106. 接受宫外孕手术者还能怀孕吗? /54

107. 什么是葡萄胎? /55

108. 葡萄胎有什么临床表现? /55

109. 怎样判断葡萄胎有无恶变的可能? /56

110. 葡萄胎恶变后还能怀孕吗? /56

111. 妊娠剧吐与早孕反应有何区别? /56

112. 如何治疗妊娠剧吐? /57

113. 什么是早产? /57

114. 引起早产的原因有哪些? /57

115. 如何预防早产? /58

116. 什么是妊娠高血压综合征? /58

117. 哪些孕妇容易发生妊娠高血压综合征? /59

- 118. 妊娠高血压综合征对孕妇有什么危害? /59
- 119. 妊娠高血压综合征对胎儿有什么影响? /59
- 120. 如何治疗妊娠高血压综合征? /60
- 121. 如何预防妊娠高血压综合征? /61
- 122. 如何预测妊娠高血压综合征的发生? /61
- 123. 怀孕中、晚期阴道出血的常见原因有哪些? /62
- 124. 什么是前置胎盘? 前置胎盘有何危险? /62
- 125. 前置胎盘有什么临床表现, 如何治疗? /63
- 126. 前置胎盘的形成原因有哪些? /64
- 127. 什么是胎盘早剥? /65
- 128. 胎盘早剥可引起哪些严重并发症? /65
- 129. 哪些因素可引起胎盘早剥? 应如何预防胎盘早剥? /65
- 130. 胎盘早剥有哪些临床表现? /66
- 131. 什么是羊水? 羊水是如何形成的? /66
- 132. 羊水有什么功能? /67
- 133. 什么是羊水过多? 什么是羊水过少? /67
- 134. 引起羊水过多的原因有哪些? /68
- 135. 引起羊水过少的原因有哪些? /68
- 136. 羊水过少对胎儿有什么危害? /69
- 137. 什么是多胎妊娠? /69
- 138. 什么是单卵双胎? 什么是双卵双胎? /69
- 139. 什么是双胎输血综合征? /70
- 140. 双胎妊娠在妊娠期易发生哪些并发症? /70
- 141. 双胎妊娠在分娩期易发生哪些并发症? /70
- 142. 什么是过期妊娠? 为什么会发生过期妊娠? /71
- 143. 过期妊娠有何危害? /71
- 144. 出现过期妊娠时该怎么办? /72
- 145. 什么是母婴血型不合? /72

146. 为什么会发生母婴血型不合? /72
147. 母婴血型不合有何危害? /73
148. 父母血型不合时一定会发生母婴血型不合吗? /73
149. 如何预防母婴血型不合? /74
150. 什么是胎儿宫内发育迟缓? 胎儿宫内发育迟缓分为哪几种类型? /74
151. 哪些因素可引起胎儿宫内发育迟缓? /75
152. 怎样判断胎儿宫内发育迟缓? /75
153. 病毒性肝炎对妊娠有影响吗? /76
154. 怀孕后病毒性肝炎病情会加重吗? /76
155. 哪些类型的肝炎会在孕期传染给胎儿? /77
156. “大三阳”和“小三阳”对胎儿的传染性有什么不同? /77
157. 患乙型肝炎时母婴是如何传播的? /77
158. 怎样阻断乙肝的母婴传播? /78
159. 什么是妊娠期贫血? 常见的妊娠期贫血有哪些类型? /79
160. 妊娠期贫血有何临床表现? /79
161. 为什么妊娠期容易发生缺铁性贫血? /79
162. 怀孕对心脏有什么影响? /80
163. 为什么说心脏病患者在分娩期容易发生心力衰竭? /80
164. 心脏病患者怀孕后应注意什么? 应怎样做产前检查? /81
165. 心脏病患者早期心力衰竭有什么临床表现? /81
166. 怀孕期间可以做心脏手术吗? /82
167. 什么是心脏病的心功能分级? /82
168. 如何判断心脏病患者可否怀孕? /83

169. 心脏病患者应如何选择分娩方式？分娩时应注意什么？ /83
170. 妊娠期糖尿病与妊娠合并糖尿病有何不同？ /84
171. 如何诊断妊娠期糖尿病？ /84
172. 糖尿病对母婴有什么影响？ /85
173. 妊娠期糖尿病患者应如何控制饮食？ /85
174. 妊娠期糖尿病患者应何时终止妊娠？ /86
175. 妊娠期糖尿病患者终止妊娠时应注意什么？ /86
176. 妊娠期糖尿病患者分娩后新生儿应如何处理？ /87
177. 为什么孕妇容易患急性肾盂肾炎？ /87
178. 怎样治疗妊娠期急性肾盂肾炎？ /88
179. 慢性肾炎患者可以怀孕吗？ /88
180. 慢性肾炎对妊娠有什么影响？ /89
181. 慢性肾炎患者应如何调整饮食？ /89
182. 甲状腺机能亢进对妊娠有何影响？ /89
183. 怀孕期间应如何治疗甲亢？ /90
184. 什么是甲状腺危象？如何治疗？ /90
185. 肺结核患者可以怀孕吗？肺结核对妊娠有何影响？ /91
186. 妊娠期阑尾炎有何特点？ /91
187. 怎样治疗妊娠期阑尾炎？ /91
188. 为什么妊娠期易患胆囊炎和胆结石？ /92
189. 孕妇患梅毒能传染给胎儿吗？ /92
190. 妊娠期怎样诊断梅毒？ /93
191. 淋病对妊娠、分娩及胎儿有何影响？ /93
192. 什么是尖锐湿疣？患尖锐湿疣的孕妇可以正常分娩吗？ /93
193. 孕期巨细胞病毒感染对胎儿及新生儿有何影响？ /94

- 194. 巨细胞病毒感染在母婴间是如何传播的? /94
- 195. 孕期如何诊断巨细胞病毒感染? /95
- 196. 什么是生殖器疱疹? 生殖器疱疹对妊娠有何影响? /95
- 197. 什么是弓形虫病? 弓形虫病对胎儿有何影响? /95
- 198. 精神分裂症患者可以怀孕吗? /96
- 199. 怀孕期间发现卵巢肿瘤或子宫肌瘤时应该怎么办? /96
- 200. 妊娠期发现宫颈癌时怎么办? /97

胎儿监护

- 201. 超声检查对胎儿有影响吗? /98
- 202. 产科超声检查包括哪些内容? /98
- 203. 孕期应做多少次 B 超检查? /99
- 204. 什么是高危妊娠? 出现高危妊娠时应如何进行胎儿监护? /99
- 205. 什么是 NST? NST 有何作用? /101
- 206. 为什么说胎动是最好的自我监护方法? /101
- 207. 怎样进行胎盘功能检测? /101
- 208. 如何判断胎儿已成熟? /102

产前诊断

- 209. 什么是遗传筛查? /104
- 210. 遗传筛查的方法有哪些? /104
- 211. 什么是产前诊断? /105
- 212. 哪些孕妇需要进行产前诊断? /106
- 213. 产前诊断的疾病包括哪些? /106
- 214. 哪些孕妇应做羊水穿刺检查? /107

胎教

- 215. 什么是胎教? /108
- 216. 如何进行胎教? /108
- 217. 丈夫该如何参与胎教? /109
- 218. 如何进行音乐胎教? /110
- 219. 怎样进行胎教? /110
- 220. 胎教的理论基础是什么? /110
- 221. 胎教从什么时候开始为好? /110

分娩期保健

- 222. 什么是分娩? /112
- 223. 分娩前应做哪些准备? /112
- 224. 哪些情况下应提前住院准备分娩? /112
- 225. 出现哪些情况时应立即住院? /113
- 226. 影响分娩的四大因素是什么? /113
- 227. 什么是产力? 产力包括哪些内容? /113
- 228. 分娩时子宫是怎样收缩的? /114
- 229. 产道包括哪几部分? /115
- 230. 分娩时宫颈是如何变化的? /116
- 231. 什么是宫颈成熟度评分? /116
- 232. 影响分娩的胎儿因素有哪些? /117
- 233. 分娩时为什么要注意胎儿的位置? /117
- 234. 头位都是正常胎位吗? /118
- 235. 为什么说精神因素也是影响分娩的重要因素? /119
- 236. 什么是先兆临产? 先兆临产有哪些表现? /119
- 237. 什么是临产? 如何知道已经临产? /120

- 238. 什么是产程? 产程是如何划分的? /120
- 239. 分娩过程中如何调整饮食? /121
- 240. 临产后如何安排活动和休息? /121
- 241. 分娩过程中产妇应如何配合? /121
- 242. 什么是导乐分娩? /122
- 243. 导乐分娩有什么好处? /122
- 244. 无痛分娩法分为哪几种? /123
- 245. 无痛分娩对胎儿有影响吗? /124
- 246. 无痛分娩对产程有影响吗? /124

难产

- 247. 什么是难产? 难产有何先兆? /126
- 248. 自然分娩好还是剖宫产好? /126
- 249. 什么情况下选择剖宫产分娩? /127
- 250. 什么是胎膜早破? 如何诊断胎膜早破? /127
- 251. 胎膜早破有什么危险? /128
- 252. 胎膜早破的常见原因有哪些? 如何预防胎膜早破? /128
- 253. 什么是胎位异常? 常见胎位异常有哪些? /129
- 254. 为什么会发生臀位? /129
- 255. 臀位有哪几种类型? /129
- 256. 臀位可以自然分娩吗? /130
- 257. 臀位自然分娩有哪些危险? /130
- 258. 什么是产后出血? 产后出血的常见原因有哪些? /131
- 259. 怎样预防产后出血? /132
- 260. 什么是子宫破裂? 子宫破裂的常见原因有哪些? /132
- 261. 子宫破裂有什么先兆? /133

262. 怎样预防子宫破裂? /134
263. 什么是羊水栓塞? 为什么说羊水栓塞是产科的严重并发症? /134
264. 脐带异常有哪些类型? /135
265. 为什么会发生脐带脱垂? 脐带脱垂有何危害? /136
266. 脐带绕颈时可以自然分娩吗? /136
267. 什么是脐带打结? /137
268. 什么是胎盘老化? 胎盘老化有什么危害? /137
269. 什么是晚期产后出血? 晚期产后出血的常见原因有哪些? /137
270. 什么是胎儿窘迫? 胎儿窘迫的常见原因有哪些? /138
271. 出现胎儿窘迫时必须剖宫产吗? /139
272. 瘢痕子宫者必须剖宫产吗? /139
273. 常见的胎儿畸形有哪些? /140
274. 怎样预防胎儿畸形? /140
275. 胎儿娩出后为什么要进行阿氏评分? /142

手术

276. 什么是引产? 哪些孕妇需要引产? /144
277. 常用的引产方法有哪些? /144
278. 引产对母婴有危害吗? /145
279. 什么是会阴切开术? 会阴切开有哪几种手术方式? /145
280. 什么情况下需要行会阴切开术? /146
281. 会阴切开术需要什么样的麻醉? /146
282. 什么是阴道助产术? 阴道助产术有哪几种方法? /146
283. 什么情况下行阴道助产术? /147

- 284. 阴道助产对胎儿有危害吗? /147
- 285. 剖宫产术是怎么发明的? /147
- 286. 剖宫产术有哪几种方法? /148
- 287. 哪些病人需要行剖宫产? /149
- 288. 为什么说不要盲目追求剖宫产? /150
- 289. 剖宫产的孩子更聪明吗? /150
- 290. 剖宫产的孕妇体形恢复得更好吗? /150
- 291. 剖宫产时应选择什么样的麻醉方式? /151
- 292. 为什么需要人工破膜? /151

产褥期保健

- 293. 产褥期感染有何表现? /153
- 294. 如何预防产褥期感染? /153
- 295. 什么是产后抑郁症? 如何诊断产后抑郁症? /154
- 296. 产后子宫何时可恢复到正常状态? /155
- 297. 如何预防产后子宫复旧不全? /155
- 298. 产后为何多汗? /156
- 299. 什么是产褥中暑? /156
- 300. 夏季坐月子如何预防产褥中暑? /157
- 301. 产后体重能够恢复到生育前的水平吗? /157
- 302. 产后皮肤能够恢复正常吗? /158
- 303. 什么是恶露? /159
- 304. 产后什么时候月经能够恢复正常? /159
- 305. 产后可以洗澡吗? /159
- 306. 产后多长时间可以下床活动? /160
- 307. 产后如何保持会阴清洁? /160
- 308. 如何调整产后饮食? /161

309. 产妇需要什么样的居住环境? /161
310. 产后乳房有何变化? /162
311. 产后如何护理乳房? /162
312. 为什么乳腺炎易发生于产褥期? /163
313. 产后乳腺炎有何临床表现? /163
314. 怎样预防产后乳腺炎? /164
315. 乳房为什么会在产后泌乳? /164
316. 乳汁不足时怎么办? /165
317. 不能哺乳时应如何退奶? /166
318. 哺乳期需要避孕吗? /166
319. 产后何时恢复性生活为好? /167
320. 为什么产后容易发生尿路感染? /168
321. 为什么产后容易发生尿潴留? /168
322. 产后如何防止尿失禁? /168
323. 为什么分娩会造成尿瘘? /169
324. 为什么产后会出现大便干结? /170
325. 为什么产妇容易发生痔疮? /170
326. 分娩时为什么会发生粪瘘? /171
327. 产后检查包括哪些内容? /171
328. 什么是子宫脱垂? 子宫脱垂是如何发生的? /171
329. 为什么产后常发生子宫脱垂? /172
330. 怎样判断自己是否发生了子宫脱垂? /172
331. 怎样预防子宫脱垂? /173
332. 坐月子期间用药应注意哪些问题? /174

母乳喂养知识

333. 为什么要推行母乳喂养? /175