

冯桃莉 陈斌 著



妇女保健误区 100例

妇女保健误区100例

冯桃莉 陈 斌 著

中国妇女出版社

(京)新登字032号

责任编辑：周 俭

妇女保健误区100例

冯桃莉 陈斌 著

中国妇女出版社出版

北京东城史家胡同甲24号

邮政编码：100010

新华书店科技发行所发行

北京市京东印刷厂印刷

787×1092毫米 1/32 印张7.375 字数 155 千字

1992年9月北京第一版 1992年9月第一次印刷

印数：1-10,200册

ISBN 7-80016-604-X/R·9

定价：3.40元

出版说明

本书是作为本社已出的《妇女保健卫生知识100问》的姐妹篇而问世的。

1991年3月，随着全国妇联、卫生部等八个单位联合主办的“恩威杯”全国首届妇女保健卫生知识大赛的进行，本社出版了《妇女保健卫生知识100问》，此书一面世，即受到广泛的欢迎，多次再版仍供不应求。这一事实表明妇女保健问题在全社会受到的重视和广大女性对保健卫生的求知热望。为了让更多的女性从更多的方面了解妇女保健卫生知识。我们又组织编写了这本《妇女保健误区100例》，试图从另一个角度，通过解释和更正人们在妇女保健问题方面的种种错误观念和认识，讲述正确的科学的保健卫生知识，来达到进一步普及妇女保健卫生知识的目的。

本书就女性一般身体保健、疾病、性生活、性心理、避孕和生育等方面容易产生误解的100个例题，进行了深入浅出的讲解和释疑，内容丰富，有较强的针对性和实用性，可以帮助女性正确地进行自我的身体保健。

本书适合从少女直到老年的妇女读者，也可供基层卫生站、保健室等作宣传妇女保健卫生知识之用。

目 录

1. 凡是女性发育后都会来月经.....(1)
2. 姑娘来了月经就不会再长高了.....(4)
3. 姑娘乳房幼小会影响以后的婚育.....(6)
4. 经过发育的人都会有阴毛.....(8)
5. 少女不会有手淫.....(11)
6. 姑娘不会有喉结.....(13)
7. 未婚女性不会有“妊娠纹”.....(16)
8. 汗毛多就是多毛症.....(18)
9. 出现情欲时阴道内有液体流出, 这就是内分泌...(20)
10. 女性只要每天清洗就可以了, 不必讲究清洗方
法.....(21)
11. 结婚未必都要作婚前检查.....(22)
12. 新婚夜不见红就不是处女.....(26)
13. 怕冷就是体质虚弱.....(27)
14. 男女寿命一样长.....(33)
15. 染发剂和身体健康无关.....(37)
16. 妇女卫生用品都很卫生.....(40)
17. 戴胸罩是为了形体美.....(42)
18. 穿高跟鞋对健康无害.....(44)
19. 断奶后母体会发胖.....(46)
20. 老人再婚不利长寿.....(48)
21. 婚后痛经可不医自愈.....(50)

22. 月经血都是从阴道中流出来的……………(52)
23. 凡是“石女”，都没有月经……………(54)
24. 月经是生理现象，不会产生其它疾病……………(56)
25. 月经和精神异常无关……………(60)
26. 每个女性都有白带……………(62)
27. 姑娘不会得阴道炎……………(64)
28. 阴道炎是妇女病，谁得谁治就行了……………(66)
29. 子宫切除后人会变性……………(68)
30. 子宫切除后会丧失性欲和性快感……………(70)
31. 生子宫肌瘤非得动手术……………(71)
32. 卵巢切除后就失去了生育能力……………(74)
33. 乳房癌手术后过性生活会使癌症复发……………(76)
34. 葡萄胎是因为怀孕时葡萄或葡萄干吃得太多……(78)
35. 巧克力囊肿是由于巧克力吃得多的关系……………(80)
36. 少女不会有乳汁分泌……………(82)
37. 无阴道就不能结婚……………(85)
38. 夫妻双方都查不出引起不孕的疾病，就不会不怀孕……………(87)
39. 得了心脏病就不能怀孕……………(89)
40. 绝经后就不会再来月经了……………(93)
41. 绝经后性欲也就丧失了……………(95)
42. 女性是不会长胡须的……………(97)
43. 女性没有前列腺病，此病只有男性才有……………(99)
44. “十男九痔，十女九带”，所以妇女不会患痔疮……………(102)
45. 外阴白斑定会变癌……………(104)

46. 每个妇女都会罹患更年期综合症·····(106)
47. 性欲就是性交的欲望·····(109)
48. 女性不会出现性高潮·····(111)
49. 只有男的才会出现性欲亢进·····(114)
50. 性和谐的标志是夫妻同时达到性高潮·····(116)
51. 夫妻间不存在性对抗·····(117)
52. 既然结婚了,对性生活也就不会有恐惧心理了·····(119)
53. 再婚妇女不会有性心理障碍·····(121)
54. 小阴唇不对称会影响性生活·····(124)
55. 孕期性生活与优生无关·····(126)
56. 两次性交就会生出双胞胎·····(128)
57. 人老了,也就不需要性生活了·····(131)
58. 性病都是经性行为传染到的·····(133)
59. 避孕影响性生活·····(134)
60. 安全期性交最安全·····(136)
61. 体外排精是最安全的避孕方法·····(138)
62. 哺乳期不会怀孕,所以用不着避孕·····(140)
63. 将近更年期就不必再避孕·····(142)
64. 剖宫产术后不能再作“人流”·····(144)
65. 节育环放的时间长了,会嵌在子宫内取不出来·····(145)
66. 放了环以后就肯定不会再怀孕了·····(147)
67. 反正绝经了,节育环也不用取出了·····(149)
68. 服避孕药会使人发胖·····(151)
69. 避孕药除了避孕一无所用·····(153)
70. 避孕药只要服就可以了,不必按时·····(155)
71. 避孕套只能避孕,不可能治疗不孕症·····(157)

72. 丈夫输精管结扎后妻子再怀孕，肯定是妻子作风不好.....(159)
73. 停用避孕药后不久又怀孕，会引起畸胎.....(161)
74. 晚婚晚育容易难产.....(162)
75. “座上喜”是喜上加喜.....(164)
76. 痛经影响以后生育.....(166)
77. 孕后服药会影响优生，所以孕妇生病不能服药...(168)
78. 优生与怀孕月份无关.....(170)
79. 微量元素对优生的作用是微不足道的.....(172)
80. 得了肾脏病不能再怀孕.....(175)
81. 凡是“怀孕”，腹中肯定有胎儿.....(177)
82. 输卵管阻塞了，就失去了怀孕的可能.....(180)
83. 凡是流产，都是件令人沮丧的事.....(181)
84. 胎儿与母亲血型不同，胎儿会溶血而死亡.....(185)
85. 受精卵都是在子宫腔内着床的.....(186)
86. “试管婴儿”是在试管中生长发育的.....(188)
87. 畸胎是因为怀胎时中了邪.....(191)
88. 孕妇不能练气功.....(193)
89. 孕妇不能进行体育锻炼.....(196)
90. 孕妇多吃些鱼肝油和钙片总不会错.....(198)
91. 孕期吃补药(品)肯定不会错.....(200)
92. 孕妇不能打预防针.....(202)
93. 怀孕后打黄体酮会影响优生.....(204)
94. 产前检查会损伤胎儿.....(206)
95. 十月怀胎，“瓜熟蒂必落”.....(209)
96. 剖宫产的婴儿比阴道分娩的婴儿聪明.....(212)

97. 分娩总会有疼痛.....(214)
98. 产后多汗就是体虚.....(217)
99. 月子里得病非得月子里治.....(219)
100. “坐月子”必须整天卧床..... (220)

1. 凡是女性发育后都会来月经

少女到了13~15岁时便会来月经。月经第一次来潮，叫作初潮。姑娘最迟在17~18岁也应来月经初潮。如果过了18岁月经还迟迟不来，便是得了原发性闭经。

怎么会发生原发性闭经的呢？在解答这个问题之前，让我们来看看月经是怎样产生的吧。

在正常的情况下，月经的来潮需要依赖丘脑下部——脑垂体——卵巢功能的协调和子宫内膜对性激素的周期性反应。丘脑下部分泌促性腺激素的释放激素，促使脑垂体分泌促卵泡成熟激素和黄体生成激素。在这两种激素的协同作用下，使卵巢分泌雌激素和孕激素并作用于子宫内膜，使子宫内膜发生周期性变化，从而产生月经。只要其中任何一个环节“卡”住了，便会发生原发性闭经。引起原发性闭经的原因颇多，临床上较为常见的有以下一些：

一、中枢性因素。中枢神经系统是一个人的“总司令部”，人体的一切功能都受这个“总司令部”控制，月经当然也不例外。如果“总司令部”出了毛病，月经也就不来了。常见的“总司令部”毛病有：

1. 精神因素 紧张、恐惧、担忧、悲伤等不良情绪均可成为精神因素而造成闭经。过度劳累、气候和环境的改变、手术、休克等情况，均会影响到一个人的情绪并成为闭经的精神因素。有人对闭经的原因进行了分析后发现，由精神因素造成的闭经，占到三分之一（32.5%）。

2. 垂体肿瘤 垂体肿瘤是仅次于胶质细胞瘤和脑膜瘤而占第三位的颅内肿瘤。得了垂体肿瘤除闭经外，还有头痛、呕吐、视力改变、偏盲等症状。除垂体肿瘤外，脑部其它肿瘤也可引起闭经。

3. 神经性厌食症（又称精神性厌食症）有些少女为了身材苗条而有意节食，结果得了神经性厌食症。得了此症，除闭经外，还有消瘦和营养不良，成了弱不禁风的当代“林黛玉”，严重时还危及生命。

二、妇科疾病引起的闭经。闭经是一种症状，许多妇科疾病均可引起。例如：

1. 先天性生殖器官发育不良 由于胚胎时期的发育异常而引起生殖器官的各种畸形，如无阴道、无子宫、无卵巢等。

2. 卵巢发育不全 由于卵巢发育先天性异常，对垂体促性腺激素缺乏反应，从而不能产生卵巢激素而造成闭经。这些姑娘一般都身材矮小，生殖器和第二性征发育不良，心血管和四肢骨骼畸形，甚至还有中枢神经系统发育障碍。

3. 子宫内膜结核 俗称“干血癆”，这是发生在子宫内膜的一种结核病。这种病人常有肺结核或肠结核病史。

4. 对抗性卵巢综合征 这种综合征也可引起原发性闭经。诊断时需测定病人尿中的促卵泡激素和促黄体生成素的含量。

三、躯体疾病引起的原发性闭经 人的身体犹如一部机器，体内脏器好象是机器的零件。某个零件坏了，机器发生故障，不能正常运转。同样，某种脏器发生病变，也会引起闭经。

1. 贫血和营养不良 贫血可使全身的脏器(包括性腺)功能低下,从而引起闭经。贫血纠正,月经便可恢复。营养不良同样会造成闭经。这是因为贫血可导致一系列内分泌系统的功能障碍,从而产生闭经。这一点,动物实验已得到了证实。有人经过对几个大城市的营养调查后发现,我国许多中学生都患有缺血性贫血和营养不良,其中,以少女尤为多见。产生的原因并非是我国生活水平的下降(相反,比过去提高不少),而是由于许多姑娘具有恐胖心理,怕太胖会改变体形,怕“曲线美”的体形消失,从而节食、偏食,结果发生了贫血和营养不良,继而导致了闭经。

2 糖尿病 少女得糖尿病,约有50%可有闭经和生殖器官发育不良。如不能早期诊断,及时治疗,便会导致永久性闭经而永远不孕。

3. 结核病 除“干血癆”外,身体其它部位的结核也可引起闭经。这些结核,常见的是肺结核、骨结核和肠结核等。

4. 甲状腺功能失调 甲状腺功能亢进的病人可因全身中毒反应,卵巢激素代谢和排泄障碍而引起闭经。甲状腺功能减退时,垂体——卵巢的内分泌活动障碍而引起闭经。

5. 先天性肾上腺皮质增生症 主要是先天性肾上腺皮质内缺乏某些酶,使皮质醇前身物质堆积而产生过多的雄激素。临床上除闭经外,还有阴蒂增大、阴唇融合等体征。

6. 性染色体异常 性染色体异常可造成闭经。有人调查了68例原发性闭经患者的资料后发现,其中22%的人有性染色体异常。这些异常,大多为脱纳氏综合征和x三体症候群。

由此可见，引起原发性闭经的疾病和原因颇多，所以，当少女过了18岁尚未“见红”时，便应及时去医院妇产科“追根寻源”。

2. 姑娘来了月经就不会再长高了

一位13岁的姑娘，当出现月经初潮时身高仅1.35米。她听人家说姑娘来了月经以后就不会再长高了，因此，内心一直郁郁不欢。其实，这种看法是缺乏科学性的。

为什么说是缺乏科学性的呢？这是因为，一个人的人体生长过程，按其速度来讲是呈一个“马鞍型”的：胎儿及幼儿时期生长速度最快，儿童时期生长缓慢，青春期又出现第二个生长速度的高峰，接着生长停止，达到成年身高。在这“马鞍型”的生长过程中，胎幼儿时期的生长速度虽然快，却对人的最终身高往往无明显影响；儿童期的生长速度虽不快（每年约长5厘米左右，可持续9~10年），但对最终身高影响最大。儿童期身高的生长，主要是受生长激素和甲状腺激素的影响；而青春期身高的日长夜大，主要是受性激素（男孩的雄激素和女孩的雌激素）和生长激素的协同作用影响的，甲状腺素仅起一定作用。其中，生长激素是促进骨骼的生长，性激素是促进骨骼愈合。骨骼一旦愈合，四肢就不再生长，身高的增长也就停止了。我国有家医科大学的一位研究人员，连续几年观察研究了少女月经初潮前后掌指骨干骺愈合进展的程度和女同学身体长高速度之间的关系后发现，女同学从出现月经初潮到发育基本结束这段时期中，身

体还在长高。月经初潮的出现，表示青春期已经开始，并不意味着发育期的终结。青春发育期一般要经历四年左右的时间，在这段时期内，平均每年身高能增长4~5厘米，在发育高峰时甚至可达8~10厘米。因此，“月经来潮就不再长高”的说法是缺乏科学性的。

实际上影响一个人身高的因素，除了与上述体内激素水平有关外，还与遗传和外界环境两大因素密切相关。其中，遗传因素起着举足轻重的作用。有人报道身高的遗传度为0.75，也就是说子女的成年身高75%取决于父母的身高，仅25%取决于环境。父母的身高决定着子女身高生长的潜力。而潜力能否充分发挥，则有赖于良好的外界环境条件。在某种程度上，外界环境的好坏对身高的生长又起着重要作用。这些外界因素，主要为：

1. 合理营养 人要生长发育，就得不断从外界摄取足够的热量、丰富的蛋白质、各种维生素、无机盐和微量元素等。从我国1982年全国营养抽样调查的结果来看，中小学生的营养状况是最差的。热量和蛋白质的摄入量均低于规定的供应量标准，维生素A、C、B₂及钙摄入不足。微量元素锌与生长发育密切相关。锌主要存在于动物蛋白质中，而我国的饮食习惯却以含锌量较少的植物性食物为主，这样，就导致青少年普遍缺锌。而生长发育中的青少年对锌的需要量又增加，这就容易影响身材的增高。所以，合理的营养就要求膳食中能保持生长发育所不能缺少的丰富的营养成份和微量元素。

2. 体育锻炼 锻炼可加速骨细胞的增殖，促进骨骼生长，使身高增长。还可以促使生长激素和雌激素的分泌，从

而有利于身材长高。有资料表明，经常坚持体育锻炼的少女比不锻炼姑娘的身高可高出4~7厘米。

3. 疾病影响 有些疾病可直接影响身高，例如垂体性侏儒症，甲状腺功能不全所致的呆小症等。有些疾病可引起生理功能紊乱，影响营养物质的吸收或消耗过度等，从而间接造成营养不良而影响身高。

4. 其它因素 国内外的生长发育调查资料表明，城镇居民身高显著高于乡村。例如，我国7~17岁在校学生平均身高，城市女生比乡村女生高5厘米，男生高5.7厘米。此外，不同的气候、生活制度、家庭经济状况、父母的职业、文化水平、家庭人口、本人的精神状态等等，对少年的身高都有明显的影响。

由此可见，“来了月经就不再长高”的说法，实在是一种误解。

3. 姑娘乳房幼小会影响以后的婚育

经常收到一些妙龄少女的来信，她们为自己的乳房幼小而苦闷。有的说，她们的乳房仅轻微隆起，好象没有发育过一样；有的干脆说自己的胸脯象小伙子一样平坦。她们为自己的乳房缺少理想的发育而不愉快，也为自己缺少“女性美”而痛苦，有些少女甚至还想到过轻生。她们最怕过夏天，因为夏天可会使她们的“缺陷”暴露无遗。然而，使她们更为担心的是怕影响以后的婚姻与生育。她们为此背上了沉重的精神“十字架”。

不可否认，对于一位女性来讲，乳房不仅仅是一种哺乳器官和性器官，而且，对女性健美的形象也有着十分重要的影响。很难想像，一个乳房萎缩、下垂的姑娘，会具有女性所特有的“曲线美”。古希腊女神维纳斯的雕塑像，就是因为有着一副好的身段，再加上一对发育得非常完美的乳房，从而给人一种美的感觉。然而遗憾的是，有许多姑娘虽然月经来潮已有多多年，也出现了阴毛、腋毛、讲话音调变高和身体某些部位的皮下脂肪增多，可就是乳房发育得令人不满意。有些姑娘的乳房仅略微隆起，有些少女仅局部略微肥胖一些而已。这种情况，在医学上叫作乳房幼小症，是乳房发育不良的一种表现。

乳房的正常发育是受垂体前叶、肾上腺皮质和卵巢内分泌激素影响的。垂体前叶产生促乳房激素，直接影响着乳房的发育，同时，又通过卵巢和肾上腺皮质间接地影响乳房。此外，生长激素和胰岛素也是乳房发育所不可缺少的。事实上，任何影响垂体前叶、肾上腺皮质和卵巢内分泌功能的因素和疾病，都有可能促使乳房幼小症的发生。例如，垂体前叶功能减退症、垂体性侏儒症、原发性卵巢发育不全等疾病，均有可能使乳房发育不全。当然，这是病理性因素所致的乳房幼小症。

乳房的大小，还受到遗传因素和体质因素的影响。母亲的乳房是幼小的，女儿的乳房也大多幼小。这是遗传基因所起的作用。骨瘦如柴的“绿豆芽”体形的姑娘，是不大可能会具有一对理想的乳房的。所以，当发现自己的乳房幼小时，便应该去医院检查一下体内有关激素的含量，以判断一下究竟是属于生理性的变异呢？还是属于病理性的异常，千

万不要急于使用什么“丰乳器”、“健乳霜”之类的东西。

那末，乳房幼小是否会影响到婚育呢？这就需要鉴别一下引起幼小的原因了。

假如乳房幼小是由生理性变异引起的，那当然是不会影响结婚和生育的。如果是病理性的话，在大多数情况下是可以结婚的。至于婚后能否生育，那就得视原发性疾病的性质而定了。例如，乳房幼小症是由原发性卵巢发育不全所引起的话，由于卵巢发育不良不能排卵，那么，生育当然也就无从谈起了。

那末，怎样预防生理性乳房幼小症的发生呢？少女在刚步入青春发育期时就应该注意不要穿过紧、过小的内衣，不要束胸，要增加营养，菜谱要广，不要挑食、偏食，更不要唯恐自己会长胖而盲目节食、减肥。平时要加强体育锻炼，尤其要多作些有利于胸大肌发达的锻炼项目。

如果是由于体内某种激素水平不足而引起的，那就应该根据缺啥补啥的原则补充些相应的激素，以有助于乳房的发育。有趣的是，有些生理性乳房幼小的姑娘，虽然未经过治疗，可是怀孕以后由于乳腺管的生长、增多和长出许多乳腺泡，乳房会增大。待哺乳期结束后，乳房可达到或接近正常状态。

4. 经过发育的人都会有阴毛

阴毛，是一个人的第二性征之一。经过青春发育期以后，由于内分泌激素的缘故，随着身材的长高，生殖器官的