



 中国优生科学协会倡导读物
中国优生科学协会是国家最高级别学术团体

针对 **180种**

孕产期 常见症状

**提供最佳应对方案
确保母婴健康**

★ 生一个健康宝宝 ★
许怡民
主 编

吉林科学技术出版社

首都医科大学附属复兴医院
妇产科主任医师

孕产期症状

速查手册



中国优生科学协会倡导读物

中国优生科学协会是国家最高级别学术团体

孕产期症状 速查手册



吉林科学技术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

孕产期症状速查手册 / 许怡民主编. — 长春: 吉林科学技术出版社, 2009.5

ISBN 978-7-5384-4007-2

I. 孕… II. 许… III. 妊娠病: 常见病-防治-手册
IV. R714.2-62

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第169619号

孕产期症状速查手册

- | | |
|-------|---|
| 主 编 | 许怡民 |
| 编 委 | 李 京 李苏仁 李崇高 迟 爽 王 旭 田丽娜 曹青艳
张 明 赵淑岩 张洪丹 闫贵福 |
| 责任编辑 | 赵 沫 王 皓 |
| 封面设计 | 崔 岩 |
| 技术插图 | 张 丛 周鸿雁 林 凡 李 爽 侯 隽 于笑峰 迂 雷
吴艳荣 张宝义 周祥干 李惠玲 王一男 |
| 美术编辑 | 张 悦 |
| 出版发行 | 吉林科学技术出版社 |
| 印 刷 | 延边新华印刷有限公司 |
| 版 次 | 2009年5月第1版 2009年5月第1次印刷 |
| 规 格 | 710mm×1000mm 16开 |
| 字 数 | 198千字 |
| 印 张 | 18 |
| 书 号 | ISBN 978-7-5384-4007-2 |
| 定 价 | 25.00元 |
| | 版权所有 翻印必究
如有印装质量问题, 可寄本社调换 |
| 社 址 | 长春市人民大街4646号 |
| 邮 编 | 130021 |
| 发行部电话 | 0431-85635177 / 85651759 / 85651628 / 85677817
85600611 / 85670016 |
| 储运部电话 | 0431-84612872 |
| 编辑部电话 | 0431-85674016 |
| 传 真 | 0431-85635185 |
| 网 址 | http://www.jlstp.com |
| 实 名 | 吉林科学技术出版社 |

前言

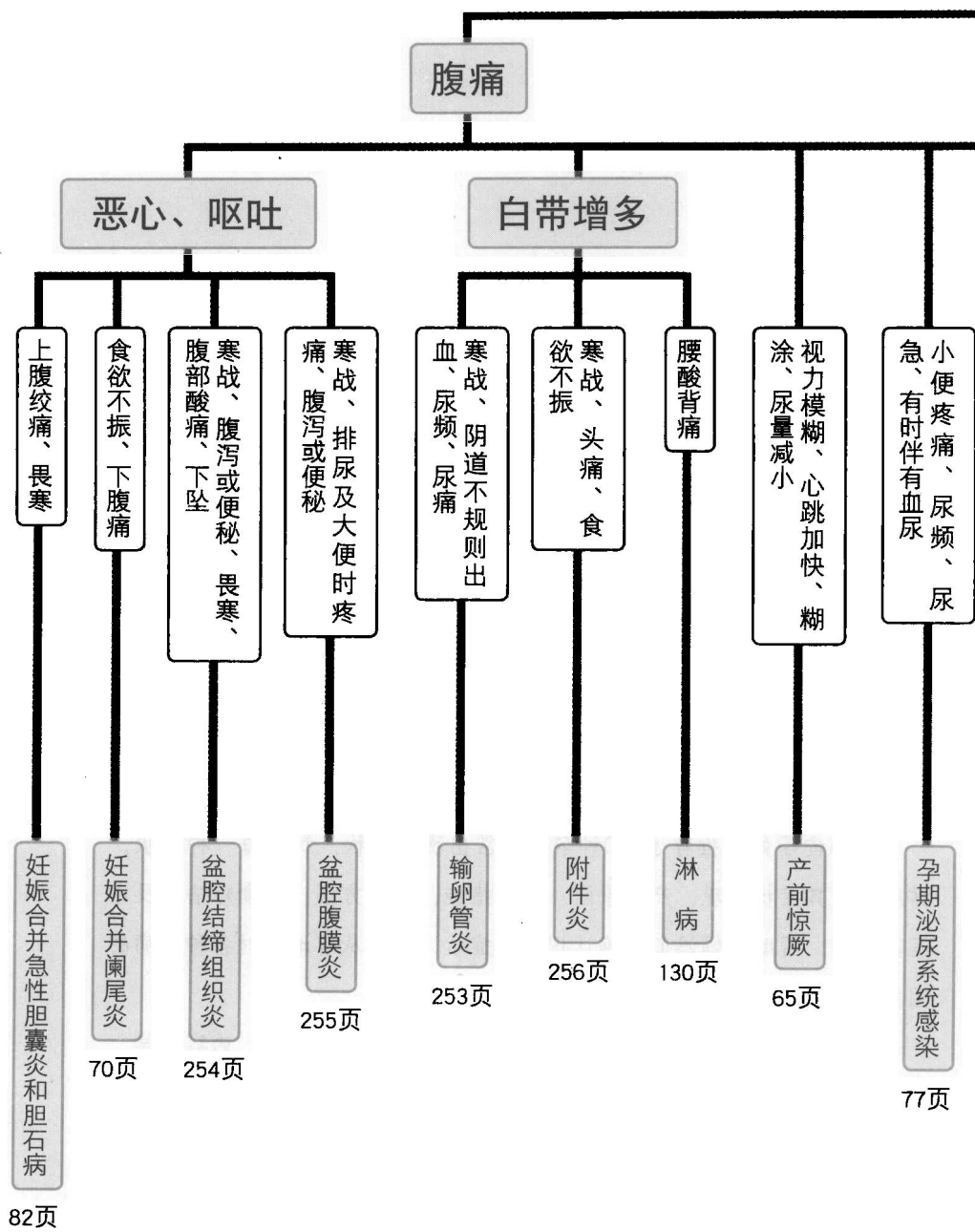
preface

每个孕妈妈都希望自己能健健康康地度过孕期，顺顺利利地生一个健康聪明的宝宝。

目前我国孕妈妈怀孕时大多是第一胎，根据每个人的怀孕年龄与体质不同，会出现不同的孕期反应。为了确保母子平安，顺利地生出一个健康宝宝，孕妈妈一定要注意自身健康，对于怀孕期间经常出现的自觉症状、不良反应、疾病等，一定要有充分的认识，掌握一定的健康常识，不仅能帮助孕妈妈安全妥善地应对孕期不良症状，还能让孕妈妈更加健康、更加信心十足地迎接新生命的到来。

本书向孕妈妈推荐了180种孕期最常出现的症状，针对每一种症状，详细分析其症状表现、产生原因、预防措施、应对方法、饮食疗法以及中医药膳等。帮助孕妈妈们正确认识各种症状，科学从容地应对各种疾病的困扰，避免不良症状发生。

本书由中国优生科学协会委员、北京临床孕产专家执笔，内容科学、健康，希望可以成为孕妈妈的手边工具书。有不尽之处希望广大读者提出宝贵意见。



发热

寒战

头痛

腹泻、脓血样大便

细菌性痢疾

67页

恶露增多、夹杂血块、异味

产后异常出血

219页

呕吐、腹泻、蛋白尿、血钙含量降低

疱疹样脓包病

34页

咳嗽、痰为脓性、有时带血、鼻塞、咽痛、头痛、倦怠

孕期肺炎

53页

腰痛、肾区叩痛、尿频、尿急、排尿不尽

妊娠合并急性肾盂肾炎

74页

寒战、乳房胀痛或搏动性疼痛、食欲不振

急性乳腺炎

246页

鼻塞、流清水样鼻涕、咳嗽、四肢酸痛

感冒

45页

全身酸痛、畏寒、乏力、食欲减退

流行性感冒

47页

全身倦怠、不能咬合、口臭

孕期牙周炎

115页

腹痛

暖气、返酸、灼热、恶心、
呕吐、呕血、便血

胃溃疡

86页

头痛、破水、出血、肠绞痛或不停地腹泻、
感觉到胎动突然变多或变少

早 产

151页

不规则阴道流血、头痛、头晕、乏力、嗜睡、食
欲不振、偏食、厌食油腻、恶心

葡萄胎

100页

尿频、尿急、夜尿、头痛

膀胱炎

263页

头痛、腹胀、月经失常、盆腔疼痛、尿急

卵巢疾病

252页

极度不安、面色潮红、呼吸急促

子宫先兆破裂

95页

绕脐痛、恶心、呕吐、腹部压痛

孕期合并盲肠炎

66页

四肢乱动、翻滚、面色苍白、手足发凉

肠痉挛

68页

恶心、呕吐、肠梗阻、低热

孕期急性胰腺炎

69页

阴道出血、下腹膨隆、肛门坠胀、后胎动消失

妊娠子宫静脉曲张

59页

阴道出血、强烈腹痛

胎盘早剥

149页

阴道流血、昏厥

宫外孕

97页

疼痛

头痛

会阴疼痛

下腹疼痛

烧灼感、小水疱、发热、肌肉痛、阴道分泌物增多

血压升高、头昏、腹痛、眼花、尿少、下肢或全身浮肿

眩晕、眼花、视力模糊、恶心、呕吐、血压升高、水肿

小便次数增多、排尿量减少、总有尿不完的感觉，并有时带有轻微的疼痛

左腿不能负重，患肢外展及跨步困难、腰臀部酸胀

患肢疼痛、肿胀、压痛、皮肤颜色异常、栓塞部位可触及压痛索状物

乏力、容易疲劳、一过性眩晕、面色苍白、指甲薄脆、呼吸困难、心悸、胸痛

乳房皮肤红、肿、热、压痛、乳房迅速增大、皮温增高、乳头干裂、结痂和内陷

下腰痛和坐骨神经痛、下肢发凉、下肢水肿

孕早期子宫肌瘤

生殖器疱疹

妊娠高血压

子痫

孕期尿频

产后耻骨分离症

静脉炎

孕期贫血

炎性乳腺癌

腰椎间盘突出

96页

129页

60页

63页

75页

233页

55页

121页

142页

231页

全身瘙痒

搔抓可出现抓痕、血痂及苔藓样

妊娠痒疹

30页

从肚脐周围开始，沿着妊娠纹，逐渐往胸部、大腿、小腿及上肢蔓延

妊娠荨麻疹

36页

全身不适、发热、红斑、丘疹、水泡

妊娠疱疹

32页

皮肤脱屑、粗糙、失去弹性，抵抗力降低，发炎

冬季湿疹

35页

皮损呈多形性，可融合成斑块，淡红或正常皮色

多形性妊娠疹

38页

表面粗糙呈疣状，因搔抓而有色素沉着及苔藓样变

结节性痒疹

39页

以腹部为主甚至遍及全身，严重的奇痒难忍

特异性皮炎

40页

胃肠疼痛，恶心，呕吐，头痛、过敏

溶血综合征

124页

皮疹多样性，对称分布、反复发作、易演变成慢性

湿疹

41页

皮肤发红，红色丘疹或丘疱疹，密集成片、疼痛、灼痛

痱子

43页

瘙痒

局部瘙痒

小腿皮肤痒、腿部肿胀、酸痛、疲
劳、腿部沉重感、色素沉淀

下肢静脉曲张

56页

疼、直肠出血、便血、分泌物多

孕期痔疮

78页

白带增多、稠厚，呈白色豆腐渣状、外阴和阴道骚痒、
灼痛，排尿时疼痛，伴有尿急、尿频

霉菌性阴道炎

125页

白带增多，呈黄绿色或灰黄色，有臭味。
外阴骚痒、灼热、疼痛

滴虫性阴道炎

126页

白带增多，黏稠均匀，像酸奶状，有臭
味。伴有外阴瘙痒或烧灼感

细菌性阴道炎

127页

外阴瘙痒剧烈，伴有灼痛，白带增多且
常呈白色豆渣样或凝乳状

孕期念珠菌性阴道炎

128页

阴部痛痒、尿血、排尿困难、疼痛、便血

尖锐湿疣

132页

乳房胀痛、乳房肿块、乳头疼痛或
痒、乳头溢液、月经失调

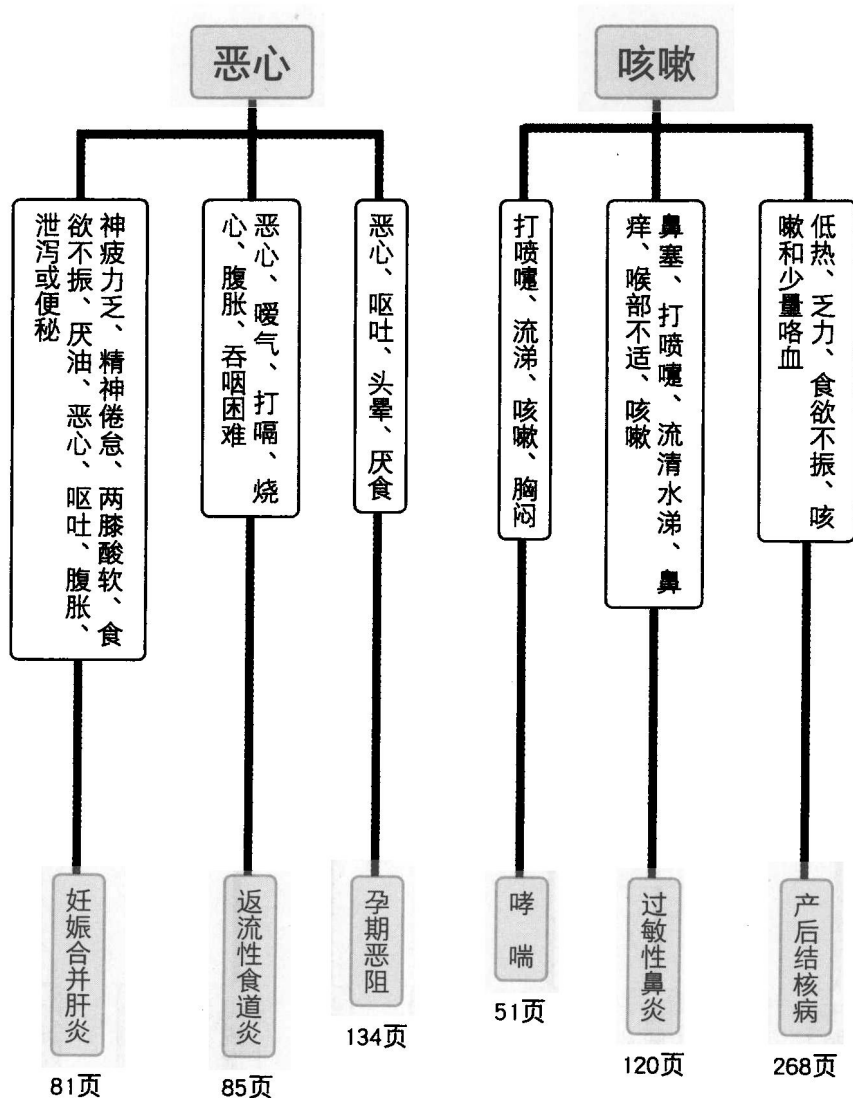
乳腺增生

248页

皮肤皱褶处瘙痒，如腋下、鼠蹊部等。皮肤发
红、流液、水泡、斑块

对磨疹

42页



part1

孕期常见疾病

妊娠痒疹 30

1. 早发型妊娠痒疹：多在妊娠3个月~4个月时发生而得名。
2. 迟发型妊娠痒疹：多发生在妊娠最后2个月时，尤其是产前2周之内。

妊娠荨麻疹 36

妊娠荨麻疹，是几种怀孕期特有皮肤病中最常见者，发生率约为1/250。此病好发于首次怀孕者，一般多是在怀孕的第三期(27周)后才开始发生。

妊娠疱疹 32

妊娠疱疹即在妊娠期或产后出现水泡，大疱疹。“疱疹”这一名词其实用得不太确切，因为这种疹子与疱疹病毒或其他病毒无关，只是发病症状于疱疹极为类似。

多形性妊娠疹 38

快速扩展至腹部、臀部、大腿，皮损呈多形性，丘疱疹、风团样丘疹，可融合成斑块，淡红或正常皮色，与多性红斑的皮疹相似，瘙痒剧烈，肚皮为好发部位。

疱疹样脓包病 34

开始时成群的小脓疱发生在成片的红斑上，以后脓疱陆续出现，常排列成环形，脓疱干涸后结痂，但其边缘可有新脓疱出现。血钙含量往往降低。

结节性痒疹 39

初起为数目不定的淡红色丘疹，逐渐扩大到黄豆至蚕豆大小的红褐色或灰褐色半球形结节。表面粗糙呈疣状，阵发性剧痒，因搔抓而有色素沉着及苔藓样变。

冬季湿疹 35

皮肤出现脱屑、粗糙的现象。如果持续脱水，皮肤将会失去弹性，产生龟裂，抵抗力降低，进而引发搔痒、发炎。

特异性皮疹 40

表现多种多样。有的是全身瘙痒为主的妊娠瘙痒症伴有肝功能异常；有的表现为多种皮疹，如：疱疹、多形性红斑、丘疹和毛囊炎等各种表现。

湿疹 41

以皮疹多样性，对称分布、剧烈瘙痒、反复发作、易演变成慢性。

普通性感冒 46

感冒起病时鼻内有干燥感及痒感、打喷嚏、全身不适或有低热，以后渐有鼻塞、嗅觉减退、流大量清水鼻涕、鼻黏膜充血、水肿、有大量清水样或脓性分泌物等。

对磨疹 42

对磨疹常发生于阴暗潮湿之皱折处皮肤，如腋下、鼠蹊部等。随着怀孕周数增加，孕妈妈的大腿内侧、乳房下方、腋下及肛门周围等处的皮肤容易产生摩擦。

流行性感冒 47

流行性感冒简称流感，是流感病毒引起的急性呼吸道感染。典型流感，急起高热，全身疼痛，显著乏力，呼吸道症状较轻。颜面潮红，软腭上有滤泡。

痱子 43

痱子是由汗孔阻塞引起的，多发生在颈、胸背、肘窝等部位，初起时皮肤发红，然后出现针头大小的红色丘疹或丘疱疹，密集成片，其中有些丘疹呈脓性。

妊娠合并弓形虫病 49

弓形虫病是由弓形虫引起的一种人畜共患的寄生虫病。本病与优生有密切关系。弓形虫感染在孕期可增加妊娠并发症，如流产、早产以及新生儿窒息等。

赘生肉瘤 44

易出现在脸上、颈侧、腋下或乳房下，有时洗澡时不小心摩擦掉了，还可能留下个小伤口；通常这种纤维组织增生所形成的肉瘤会在产后逐渐萎缩。

哮喘 51

典型的支气管哮喘，发作前有先兆症状如打喷嚏、流涕、咳嗽、胸闷等，如不及时处理，可因支气管阻塞加重而出现哮喘，严重者可被迫采取坐位或呈端坐呼吸。

感冒 45

病毒性感冒是冬、春两季流行的常见病，轻症仅有鼻塞、流清水样鼻涕、头痛和咳嗽；重症可发高热并伴有四肢酸痛等。

孕期肺炎 53

肺炎是指肺组织的急性炎症，其种类很多，常见的有大叶性肺炎、支气管肺炎和原发性非典型肺炎等。妊娠期肺炎，对胎儿可能带来严重影响，应予以重视。

静脉炎 55

患者肢体疼痛、肿胀、压痛、皮肤颜色异常，栓塞部位可触及压痛索状物。

子痫 63

常常发生在妊娠晚期、分娩期或产后 24 小时内。子痫是孕期严重的合并症，多发生在秋冬两季，若治疗不及时会危及母婴生命，被称为孕产妇四大死亡原因之一。

下肢静脉曲张 56

孕期静脉曲张在发生之初，往往没有明显的症状。有人会觉得小腿皮肤痒、腿部肿胀、酸痛、疲劳、腿部沉重感，静脉曲张越严重，疼痛就越明显。

产前惊厥 65

严重的产前惊厥会使血压进一步升高，尿中蛋白质的含量增加，视力模糊，发热，心跳加快，糊涂，尿量减小，上腹的剧痛，不平静和抽搐以及肾功能的不正常等。

孕期外阴静脉曲张 58

孕晚期外阴部或腿上会出现一条条弯弯曲曲的“青筋”，一般静脉曲张会在分娩后自行恢复。

孕期合并盲肠炎 66

由于怀孕时子宫会逐日增大，盲肠的位置会被子宫推动而有所改变，渐渐地往上、往外移位。临床症状常与妊娠不适症状混淆。

妊娠子宫静脉曲张 59

平卧时突感腹部持续性胀痛，脐周最为强烈。无宫缩及阴道出血，无外伤史。下腹膨隆，宫底脐上一横指，脐周及麦氏点压痛明显，无反跳痛。

细菌性痢疾 67

细菌性痢疾简称菌痢，是由痢疾杆菌引起的以腹泻为主要症状的肠道传染病。主要临床表现为发热、腹痛、腹泻、脓血样大便，有时出现脑水肿和呼吸衰竭。

妊娠高血压 60

多发生在妊娠的中、晚期，主要症状为血压升高、头昏、头痛、腹痛，眼花、尿少、下肢或全身浮肿等，严重时可引起抽风、昏迷。

肠痉挛 68

本症大多可自然缓解，腹痛程度不等，重者可伴有四肢乱动、面色苍白、手足发凉，腹痛部位以中腹部或脐周最多。腹痛一般为阵发性发作，间歇期无任何不适。

孕期急性胰腺炎 69

孕期任何上腹部疼痛均应考虑急性胰腺炎的可能，但孕期急性胰腺炎的腹痛可以轻微甚至不典型，而恶心、呕吐则较严重且频繁，往往难以解释。

孕期尿频 75

小便次数增多，排尿量减少，总有尿不完的感觉，并有时带有轻微的疼痛。正常情况下，人体约每4小时排尿一次。

妊娠合并阑尾炎 70

妊娠早期表现为发热、恶心、呕吐、食欲不振，多有转移性右下腹痛，即先为全腹痛渐变成右下腹痛，右下腹有压痛、反跳痛和肌紧张。

孕期压力性尿失禁 76

平时无尿失禁，而站立之时如咳嗽、喷嚏、大笑或举重等活动引起。

食管裂孔疝 71

食管裂孔疝患者可表现为无症状或症状轻微，其症状轻重与疝囊大小、食管炎症的严重程度无关。滑动型裂孔疝患者若有症状，往往是由于胃食管反流造成的。

孕期泌尿系统感染 77

一旦发生泌尿道感染，患者可能会有小便疼痛、尿频、尿急（憋不住尿）、下腹部不适的症状出现，有时还会伴有血尿。

妊娠糖尿病 72

妊娠糖尿病如不及时控制，不仅影响母亲健康，对下一代的生长发育也构成严重危害，糖尿病孕妈妈的胎儿发生先天畸形的概率比一般孕妈妈高2倍~3倍。

孕期痔疮 78

世界上大约有1/3的女性朋友在怀孕一开始或者孕期中都长了痔疮。痔疮是直肠部位发生静脉曲张，就是静脉血管变得异常肿大。

妊娠合并急性肾盂肾炎 74

轻者可无明显症状和体征，或仅有轻微腰痛，容易被忽视。严重者会有腰痛、高热、寒战、肾区叩痛、3%的人可发生中毒性休克。

妊娠合并肝炎 81

少数人在发病前曾有过类似“感冒”的症状。无明显诱因而突然感到神疲力乏、精神倦怠、两膝酸软等。突然出现食欲不振、腹胀、泄泻或便秘等消化道症状。

妊娠合并急性胆囊炎和胆石病 82

孕期急性胆囊炎的临床表现与非孕期基本相同。常在进油腻食物后发病,表现突然右上腹和(或)中上腹出现阵发性绞痛,并常出现恶心、呕吐等消化道症状。

甲状腺风暴 91

甲状腺风暴通常来得突然而进展快速,起初罹患者可能会出现体温上升、容易激动与躁不安、腹泻、肝肿大及黄疸、心律不整、双手颤抖,甚至发生精神错乱。

妊娠合并胆汁淤积综合征 84

怀孕期间转移酶偏高和胆汁酸偏高,此种情况容易引起胎儿宫内缺氧以及影响胎儿的生长发育。

妊娠与甲状腺功能低下 92

疲倦、无力、没有胃口、抽筋、水肿、便秘、心跳呼吸变慢等现象,此外最明显的症状是,即使大热天的情况下,孕妈妈还会出现怕冷的症状。

返流性食道炎 85

常于餐后、晚间睡觉前有酸性液体或食物从胃及食管返流到咽部。另可有恶心、嗝气、打嗝、烧心、腹胀、吞咽困难等症状。

子宫增大压迫周围组织 93

妊娠3个月~4个月出现腹痛,随着妊娠月份的增加,孕妈妈对此逐渐适应,疼痛会有所减轻或完全消失。

胃溃疡 86

溃疡病以反复发作的节律性上腹痛为临床特点,常伴有嗝气、返酸、灼热、嘈杂等感觉,甚至还有恶心、呕吐、呕血、便血。在胃肠局部有圆形、椭圆形慢性溃疡。

子宫增大 94

疼痛部位多位于下腹部子宫一侧或双侧,呈牵涉痛、钝痛或隐痛,怀孕四五个月的时候会感觉肚子一下子大起来,然后皮肤就有一种紧绷的感觉。

甲亢 89

代谢率增高。表现为食欲亢进、体重减轻、心率加快、疲乏无力、喜凉怕热、皮肤温暖、潮湿多汗、还可以出现胸闷气短、腹泻便溏等症状。

子宫先兆破裂 95

子宫破裂常发生于瞬间,之前产妇感觉下腹持续剧痛,极度不安,面色潮红、呼吸急促,此时为先兆子宫破裂;子宫破裂瞬间撕裂样剧痛,血压下降陷于休克状态。

孕期子宫肌瘤 96

子宫肌瘤除了会增加不孕或流产的机会，在怀孕期间最常见的情况，就是因肌瘤成长过快发生变性而引发下腹疼痛，或浆膜下（子宫外部）肌瘤发生扭转而缺血坏死。

前置胎盘 103

无痛性反复阴道流血是前置胎盘的主要症状。一般初次流血量较少，以后一次比一次严重。完全性前置胎盘大多在妊娠7个月~8个月时开始出血，量较多。

宫外孕 97

一般停经6周~8周后突然感觉到下腹部撕裂样剧痛，阴道流血量可多可少，腹痛可出现于阴道流血前或后同时发生。如是出现单侧下腹部剧痛，可能是宫外孕。

绒毛羊膜炎 104

通常绒毛羊膜炎的首要征兆是孕妈妈心跳过速，同时会出现37.9℃体温和常见子宫敏感现象。羊膜破裂会有羊水的腐烂气味。这些通常都并非长期问题。

葡萄胎 100

最常见症状为停经8周~12周后有不规则阴道流血，量多少不定，时出时停，反复发作，逐渐增多，由于葡萄胎增长迅速和子宫过度快速扩张，腹部呈胀痛或钝痛。

死胎 105

孕腹不再增大的原因常见于死胎，即妊娠20周以后，胎儿死于宫内者。胎死宫内孕腹最早感觉为胎动消失，继而乳房缩小、胀感消失腹部不增大反而缩小，体重减轻。

合并妊娠的卵巢囊肿 101

有时可发生蒂扭转而出现急腹征，如妊娠中期子宫一侧突发剧痛，伴恶心、呕吐等胃肠道症状，甚者体温升高，疼痛处可以触到肿物。

胎儿子宫内生长发育迟缓 106

在孕37周以后，如果胎儿体重低于该妊娠周数胎儿正常体重的10个百分点，又合并有母体或胎盘问题，例如，羊水过少或胎盘早期钙化，就可能使胎儿生长迟滞。

卵巢黄体囊肿破裂 102

突然下腹疼痛、恶心、呕吐，大小便频繁感。严重者可表现口干、心悸、头晕、眼花昏厥等休克症状。体征表现为贫血，脉率快，血压下降。

绒(毛)膜癌 107

迹象和症状流产，怀孕或者切除葡萄胎后，出现不间断流血现象，人体绒(毛)膜促性腺激素含量水平较高，阴道、子宫或肺中出现肿瘤。