

北京妇产医院著名妇幼保健专家权威奉献

- ★ 妊娠期保健
- ★ 实用胎教法
- ★ 孕产妇食谱
- ★ 分娩方案
- ★ 产后保养

最新

ZUIXIN
YUNCHAN
BAIKE

孕产百科



北京妇产医院妇产科主任
北京市孕产期保健技术专家指导组成员
北京市危重孕产妇及高危围生儿救治专家

王琪
主编



内蒙古科学技术出版社

北京妇产医院著名妇幼保健专家权威奉献

最新

ZUIXIN
YUNCHAN
BAIKE

孕产百科



北京妇产医院妇产科主任
北京市孕产期保健技术专家指导组成员
北京市危重孕产妇及高危围生儿救治专家

王琪
主编

内蒙古科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

最新孕产百科 / 王琪主编. — 赤峰: 内蒙古科学技术出版社, 2009.6

ISBN 978-7-5380-1851-6

I. 最… II. 王… III. ①孕妇—妇幼保健—基本知识
②产妇—妇幼保健—基本知识 IV. R715.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 079945 号

出版发行: 内蒙古科学技术出版社

地 址: 赤峰市红山区哈达街南一段 4 号

电 话: (0476)8224848 8231924

邮购电话: (0476)8231843

邮 编: 024000

出 版 人: 额敦桑布

组织策划: 欧 东

责任编辑: 浩毕斯

封面设计: 胡 椒

印 刷: 三河腾飞印务有限公司

经 销: 全国各地新华书店

字 数: 550 千

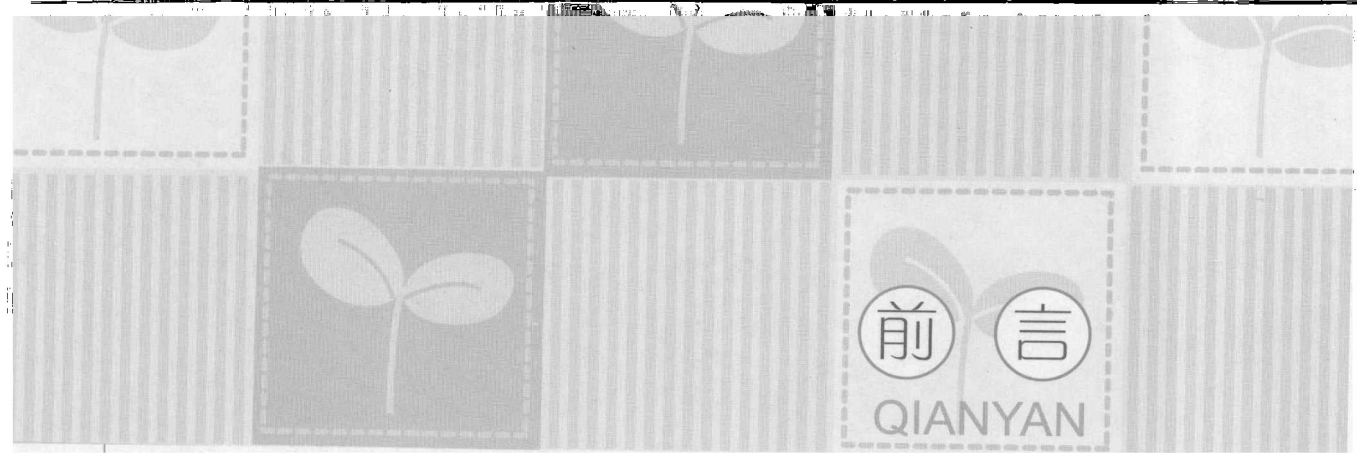
开 本: 787×1092 1/16

印 张: 27

版 次: 2009 年 6 月第 1 版

印 次: 2009 年 6 月第 1 次印刷

定 价: 39.80 元



前言
QIANYAN





CONTENTS

第一篇 优生优育指导

第一节 遗传与优生 / 2

一、优生的措施 / 2

二、遗传与优生的关系 / 2

三、优生从择偶开始 / 3

专家课堂：近亲结婚的危害 / 4

四、近亲结婚子女易患遗传病 / 4

五、不宜生育者——禁止生育和限制生育的规定 / 5

六、不宜生育者——有不利因素者不宜结婚 / 6

七、婚前体检的必要性 / 6

八、婚前检查的主要内容 / 7

九、遗传与智力的关系 / 8

专家课堂：遗传与疾病的关系 / 8

第二节 影响优生的因素 / 9

一、少生与优生 / 9

二、选择与优生 / 9

三、营养与优生 / 10

四、微量元素对优生有何影响 / 10

五、环境与优生 / 11

六、影响胎儿发育的环境因素 / 12

七、远离有害的工作环境 / 13

八、放射性污染与胎儿发育 / 13

九、铅污染与胎儿发育 / 14

十、缺碘与克汀病（呆小症） / 14

十一、水污染与水俣病 / 15

十二、黄曲霉毒素 B_1 与胎儿畸形 / 16

十三、空气与优生 / 16

十四、烟酒与优生 / 17

十五、药物与优生 / 20

十六、父母血型与优生 / 21

专家课堂：影响胎儿智力的因素 / 23

十七、父亲高龄对优生不利 / 24

十八、避孕措施与优生 / 24

第三节 不孕不育 / 27

一、什么是不孕症 / 27

二、男性不育的原因 / 27

三、女性不孕的原因 / 28

专家课堂：子宫肌瘤是否影响怀孕 / 29

四、女性不孕有哪些症状 / 29

五、女性不孕需做的检查 / 30

六、夫妻双方不孕的因素 / 31

七、不孕症的治疗 / 32

八、不孕症的预防和康复 / 34

九、不孕不育的病因治疗 / 38

专家课堂：不孕不育时不能滥施“刮宫” / 39

十、人工授精 / 39

第二篇 孕前准备

第一节 孕前的心理准备 / 42

一、妊娠是爱情的升华 / 42

二、和谐孕前心理 / 42

三、调整孕前心绪 / 43

四、最佳妊娠情绪 / 43

专家课堂：孕妇情绪的重要性 / 44

五、喜迎妊娠到来 / 44

第二节 孕前的生理准备 / 45

一、调适生理机能 / 45

- 二、最佳怀孕肾气 / 45
- 三、孕前生活安排 / 46
- 四、孕前锻炼方案 / 46
- 五、孕前须治疗的疾病 / 48
- 六、孕前饮食与用药 / 52

第三节 孕前的营养方案 / 54

- 一、营养知识及孕前营养 / 54
- 二、孕前饮食的基本原则 / 55
- 三、普通型人的饮食原则 / 56
- 四、肥胖型人的饮食原则 / 56
- 五、神经质型人的饮食原则 / 57
- 六、消化不良型人的饮食原则 / 57
- 七、不易受孕型人的饮食原则 / 58
- 八、素食型人的饮食原则 / 58

第三篇 怀孕40周安胎方案

第一节 怀孕第1个月的安胎方案 / 60

- 一、怀孕第1周 做好准备,迎接幸孕时刻 / 60
- 二、怀孕第2周 祈祷,期待中的生命 / 65
- 专家课堂: 高龄女性怀孕的危害 / 67
- 三、怀孕第3周 小生命最初的阶段 / 70
- 专家课堂: 孕妇的情绪对胎儿的影响至关重要 / 73
- 四、怀孕第4周 变化巨大的胎儿 / 74

第二节 怀孕第2个月的安胎方案 / 76

- 一、怀孕第5周 胎儿心脏开始搏动 / 76
- 二、怀孕第6周 小胚胎迅速成长 / 79
- 三、怀孕第7周 令人激动的心跳 / 82
- 四、怀孕第8周 母体与胎儿的联系更加密切 / 84
- 专家课堂: “酸儿辣女”不可信 / 88

第三节 怀孕第3个月的安胎方案 / 89

- 一、怀孕第9周 胎儿更加接近人形 / 89

- 二、怀孕第10周 胎儿期正式开始 / 92

专家课堂: 一旦发现流产征兆怎么办 / 95

- 三、怀孕第11周 胎儿迅速成长 / 96

专家课堂: 孕妇要保持身体清洁 / 99

- 四、怀孕第12周 异常兴奋的胎儿 / 99

专家课堂: 定期检查保障孕妇和胎儿健康 / 102

第四节 怀孕第4个月的安胎方案 / 103

- 一、怀孕第13周 胎儿基本成形 / 103
- 二、怀孕第14周 可以区分胎儿的性别 / 107
- 专家课堂: 怎样预防室内装修污染 / 111
- 三、怀孕第15周 胎盘完全形成 / 112
- 四、怀孕第16周 胎儿开始长出皮下脂肪 / 117

第五节 怀孕第5个月的安胎方案 / 120

- 一、怀孕第17周 明显感觉到胎动 / 120
- 二、怀孕第18周 “拳打脚踢”的胎儿 / 122
- 三、怀孕第19周 胎儿大脑得到最大程度发育 / 126
- 专家课堂: 可以进行性别鉴定的特殊情况 / 129
- 四、怀孕第20周 感觉器官发育的顶峰时期 / 129

第六节 怀孕第6个月的安胎方案 / 133

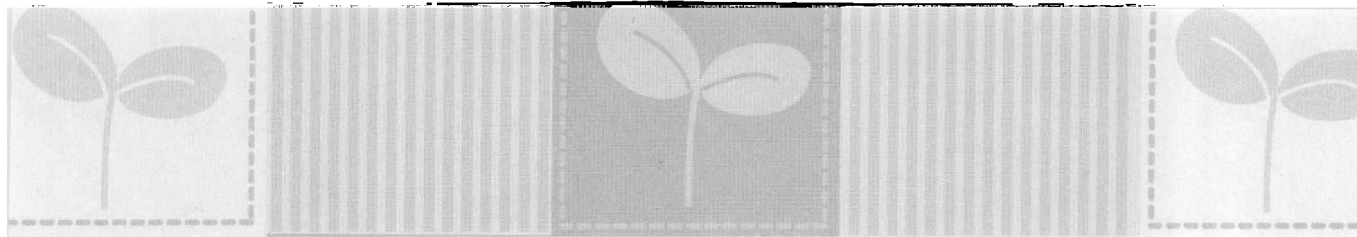
- 一、怀孕第21周 胎儿的消化系统初具功能 / 133
- 二、怀孕第22周 胎儿骨骼完全长成 / 135
- 三、怀孕第23周 胎儿的形态接近新生儿 / 138
- 专家课堂: 贪吃的孕妇易得妊娠糖尿病 / 144
- 四、怀孕第24周 胎儿肺部发育更加完善 / 144

第七节 怀孕第7个月的安胎方案 / 149

- 一、怀孕第25周 胎儿的皮肤变成不透明状态 / 149
- 二、怀孕第26周 胎儿视神经开始发挥作用 / 151
- 三、怀孕第27周 胎儿变得越来越丰满 / 155
- 四、怀孕第28周 听觉神经发育完善 / 158

第八节 怀孕第8个月的安胎方案 / 162

- 一、怀孕第29周 胎儿的各项感官更加敏感 / 162
- 二、怀孕第30周 胎儿头部变大 / 164



第十节 孕第10个月的胎教 / 262

一、情绪胎教 / 262

二、胎教方案 / 263

胎教小百科：产前心理调适 / 264

第五篇 孕产期饮食调养

第一节 孕妇营养素与均衡营养摄取 / 266

一、营养素 / 266

二、适宜于孕妇的34种营养性食物 / 268

三、均衡营养摄取 / 272

第二节 孕妇饮水、喝茶、汤菜与饮食 / 274

一、饮水与健康 / 274

二、不宜吃或少吃的食物 / 275

三、不偏食厌食 / 276

四、合理搭配饮食 / 276

五、常吃粗粮、鲜菜和水果 / 277

第三节 孕期及产后母体生理变化及营养 / 278

一、母体受孕后的生理变化 / 278

二、常见孕妇营养素缺乏及过量 / 279

第四节 孕妇各期膳食安排 / 281

一、孕早期膳食安排 / 281

二、孕中期膳食安排 / 282

三、孕晚期膳食安排 / 283

第五节 胎儿生长发育必需营养素 / 285

一、胎儿发育及生理变化 / 285

二、必需营养素 / 285

三、促进胎儿大脑发育的营养素 / 286

第六节 孕产妇常用主食食谱与药膳 / 289

一、米饭、面食及糕点 / 289

二、孕妇常食保健粥 / 295

三、孕妇四季养生粥 / 303

第七节 孕产妇常用佐餐食谱与药膳 / 312

一、以家畜兽类为主料的菜谱 / 312

二、以禽蛋为主料的菜谱 / 319

三、以水产类为主料的菜谱佳肴 / 323

四、荤素菜谱 / 328

第八节 安胎保胎食谱与药膳 / 332

一、以家畜兽类为主料的菜谱 / 332

二、以禽蛋为主料的菜谱 / 340

三、以水产类为主料的菜谱 / 346

第六篇 怀孕禁忌

第一节 心理禁忌 / 358

一、孕妇忌恐惧心理 / 358

二、孕妇忌烦躁心理 / 359

三、孕妇忌依赖心理 / 359

四、孕妇忌忧郁心理 / 360

五、孕妇忌暴躁心理 / 361

六、孕妇忌羞怯心理 / 361

七、孕妇忌备物心理 / 362

八、孕妇忌热切心理 / 362

九、孕妇忌怀疑心理 / 363

十、孕妇忌焦急心理 / 364

十一、孕妇忌紧张心理 / 364

第二节 饮食禁忌 / 365

一、孕妇不能偏食 / 365

二、孕妇应少吃速食食品和罐头食品 / 365

三、孕妇应少吃的食物 / 366

四、孕妇应少喝的饮料 / 368

五、孕期不宜食用桂圆 / 369

六、孕妇不要贪吃冷饮 / 369

七、孕妇不要滥用补药和补品 / 370

第三节 日常生活禁忌 / 372

- 一、孕妇不宜长时间看电视 / 372
- 二、孕妇忌养宠物 / 372
- 三、妊娠期劳动禁忌 / 373
- 四、孕妇应远离噪声 / 374
- 五、孕期禁止使用的化妆品 / 374
- 六、孕妇忌衣着不合体 / 375
- 七、孕妇忌接吻 / 375
- 八、孕妇不可做X射线、CT等放射性检查 / 375
- 九、孕妇要远离电磁辐射 / 376

第四节 孕期保健禁忌 / 377

- 一、孕期接种疫苗宜慎重 / 377
- 二、孕期不直接种的疫苗 / 378
- 三、孕妇忌用清凉油 / 378
- 四、妊娠期忌用的药物 / 379

第七篇 轻松分娩

第一节 产前准备 / 382

- 一、做孕妇的准备 / 382
- 二、做爸爸的准备 / 382
- 三、为婴儿准备好用品 / 383
- 四、应为产妇准备的用品 / 385

第二节 轻松分娩 / 386

- 一、临近分娩的征兆 / 386
 - 二、即将分娩的征兆 / 387
 - 三、临产的征兆 / 388
- 专家课堂：住院的注意事项 / 389

第三节 分娩的过程 / 390

- 一、分娩三要素 / 390
- 二、分娩中第1产程应了解的事宜 / 393
- 三、分娩开始 / 394

四、分娩三部曲 / 394

第四节 分娩进行中的技巧运用 / 400

- 一、产程各时段中呼吸技巧的运用 / 400
- 二、短促呼吸的运用 / 400
- 三、腹式深呼吸的运用 / 401
- 四、分娩中巧用力 / 403

第五节 分娩方式的选择 / 406

- 一、自然分娩 / 406
- 二、无痛分娩 / 406
- 三、特殊分娩 / 407
- 四、剖宫产 / 408

第六节 产后如何保养和护理 / 410

- 一、如何探望产妇 / 410
- 二、出院时要注意什么 / 410
- 三、产后衣着 / 411
- 四、产后应刷牙、漱口 / 412
- 五、产后怎样洗浴 / 413
- 六、如何为产妇安排良好的休养环境 / 414
- 七、要注意劳逸结合 / 415
- 八、产后室温要保持恒定 / 415
- 九、月子里屋子不要封得很严实 / 416
- 十、产后1个月才能外出 / 416
- 十一、促进子宫复旧的方法 / 417
- 十二、侧切手术后的恢复 / 417
- 十三、剖宫产手术后的恢复 / 418
- 十四、产后保养的10大错误观念 / 420
- 十五、产妇要注意躺卧的姿势 / 421
- 十六、产妇不宜睡过软的床 / 422

第一篇

DIYIPIAN



优生优育指导

YOU SHENG YOU YU ZHI DAO

第一节 遗传与优生

一、优生的措施

优生就是生个聪明健康的孩子，给社会造就优质的人力资源，防止先天性畸形儿和患遗传性疾病的孩子出生。要做到这一点，必须采取下列措施。

- (1) 禁止近亲结婚。
- (2) 有遗传性疾病者不宜结婚。
- (3) 有遗传家族史者应进行遗传咨询，进行婚前检查。
- (4) 一旦妊娠后，要避免接触影响胎儿的不利因素(如工业毒物、有害气体、放射线、禁服药物等)。
- (5) 还要注意加强产前保健。
- (6) 孕妇要注意孕期卫生和营养。
- (7) 定期做好产前检查，坚持产前常规检查，必要时做一些特殊检查，进行胎儿监护，以便早期发现先天性畸形儿，防止畸形儿的出生。

二、遗传与优生的关系

婚后生育子女，当然希望生育身体健康又聪明的子女。子女各方面的品质，一部分受到父母的遗传影响而一部分乃受到生活环境的影响，换言之，遗传提供材料，而环境再对这个材料加工制成成品。

决定遗传部分的是遗传因子，生育出来的婴儿所带的遗传因子是承受了父母双方各一半，夫妻双方如果有恶劣的遗传因子，就很难生育出无缺陷的婴儿。因此，在选择配

偶时，必须选择没有恶劣遗传因子的配偶，这样才有优良的后代子女。



优生从择偶开始



4. 优者优配

优生学认为,若优者与优者婚配,会使后代一代比一代强。这点从古今中外的优秀家族中不难看出,如世界闻名的巴赫家庭八代136人中就有50个是著名的音乐家。因此,在基本条件都比较好的情况下,应在文学水平、音乐、观察能力、逻辑思维等方面选择与自己同样优秀的伴侣,这样才有可能生育出较自己更为优秀的后代。



专家课堂

>>> 近亲结婚的危害 <<<

英国伟大的自然科学家达尔文是生物进化论创始人,他伟大的发现却不幸地和家庭的悲剧交织在一起。

1839年1月,达尔文同他舅舅乔赛亚的小女儿埃玛在梅庄教堂举行了婚礼,新娘是个高雅、贤淑、聪明、美丽的姑娘。尽管达尔文与妻子之间互敬互爱,但由于他们是表兄妹,他们的真诚结合却拉开了达尔文意料之外的家庭悲剧的序幕。

达尔文结婚以后,埃玛一共生了10个孩子。其中长女安娜 伊丽莎白、次女玛丽 埃莉诺和最小的儿子查理 费林均幼年夭折。另外的7个孩子也都患有程度不同的各种疾病。达尔文的2儿子乔治、3儿子费朗西斯、5儿子霍勒斯和终生未嫁的4女儿伊丽莎白均患有程度不同的精神病。其他3个孩子,长子威廉、3女儿亨利埃塔和4儿子伦纳德虽然没有明显的精神症状,但他们婚后没有留下后代。

据后人考证,达尔文的家庭长期有一种神秘的疾病,这种疾病到达尔文这一代已经表现得很明显。达尔文从中年起就患上了抑郁症,这个病折磨了达尔文的后半生。由于近亲结婚,使达尔文家庭的疾病在后代中完全显现出来。

达尔文的家庭悲剧启示了其表弟高尔顿。高尔顿创立了优生学、遗传学和分子生物学,揭示了近亲不能结婚的科学道理。

然而时至今日,偏远、落后的贫困地区,近亲婚配的坏习俗还较为流行。我国湖北某县就有两个傻子村——石碛村和马家冲村。其遗传病率高过15.5%,其中智力低下的傻子竟占34.5%。

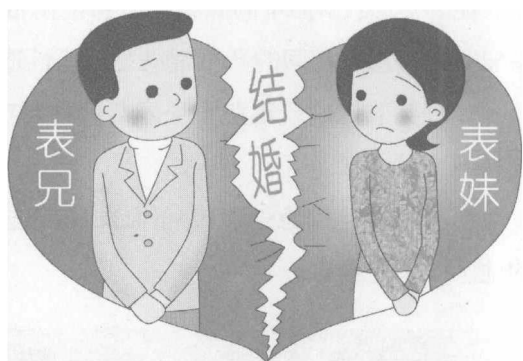
近亲婚配殃及家庭,殃及民族,殃及国家,殃及人类的发展。由于“血缘婚配”子女比“无关婚配”的子女隐性遗传病的发病率高出150倍,因此我国《婚姻法》已经明确规定:禁止“直系血亲和三代内旁系血亲”结婚;对智力低下者应当实行强制绝育,以期在我国减少“傻子”的数量。

四、近亲结婚子女易患遗传病

有些遗传病,其基因位于第1~22对常染色体上,基因的性质是显性的(1对基因种只要有1个有病,就能在下一代中表现出来)。我们把这种遗传叫做常染色体显性遗传病。

显性遗传病的特点在于患者双亲之一是发病的，患者的同胞中有 $1/2$ 也是发病的患者，而且男女发病的机会均等，往往在连续几代中都有发病的患者。

还有些遗传病，其基因位于常染色体上，基因的性质是隐性的(只有一对基因都有病，才能在下一代中表现出来)，这种遗传病就叫做常染色体隐性遗传病。



隐性遗传病的特点在于，一对基因都是致病的，才能发病。如果有一个显性基因是正常的，另一个致病基因的作用就不能表现出来。这样的个体虽然不发病，却能将致病基因传给后代，因此叫做携带者。

父母本人虽没有发病，然而却是遗传病基因携带者。患者同胞中有 $1/4$ 人发病，其他人虽然未发病却有 $2/3$ 人可能是携带者。

隐性遗传病患者的双亲往往是近亲结婚，因为近亲中具有很多相同的遗传致病基因，又都是携带者。就表兄妹来说，他们之间基因有 $1/8$ 的可能性是相同的，使致病的基因碰头的机会大大增加。因此，在近亲婚配时，其子女易患遗传病。

据世界卫生组织估计，人群中每个人带5~6种隐性遗传的致病基因。在随机婚配时，由于夫妻两人毫无血亲关系，所以相同的基因甚少，他们所携带的隐性致病基因也不同。我们假设丈夫携带的隐性致病基因为A、B、C、D、E，妻子则携带H、S、F、G、M，这就不容易形成隐性致病基因的患者。而近亲结婚时，由于夫妻两人携带相同的隐性致病基因可能性很大，丈夫带有A、B、C、D、E等隐性致病基因，妻子也很可能带有这些基因，因此容易形成隐性致病基因的患者，从而使后代遗传病的发病率升高。

目前已经发现的遗传病种类多达44种，经医学专家研究证明，近亲结婚近亲结婚

五、不宜生育者——禁止生育和限制生育的规定

分裂症等)、染色体病(同源染色体易位携带者和复杂性染色体易位患者),均禁止生育。婚配双方均患有相同的严重常染色体隐性遗传病,如先天性聋哑,也不许生育。

如果某遗传病严重危害身体某种重要功能,没有或基本没有一定的治疗方法时,要进行绝育或节育。

严重的性连锁隐性遗传病(血友病、进行性肌营养不良等),在不具备判定胎儿性别的地区,不能生育。

六、不宜生育者——有不利因素者不宜结婚

根据《中华人民共和国婚姻法》第六条规定,直系血亲和三代以内的旁系血亲禁止结婚;患麻风病未治愈或患其他医学上认为不应当结婚的疾病者禁止结婚。

患有可能严重危害配偶身体健康的疾病。如麻风病、性传播疾病没有治愈前不能结婚。

严重精神病。精神分裂症和躁狂抑郁性精神病,须经治愈病且2年以上不复发才能结婚。

重症智力低下者。原因有遗传的和非遗传的。就算结了婚,也不能识别自己的配偶,无法承担婚姻、家庭的责任和义务。如果是遗传性智力低下就更不能结婚,以免影响下一代。

近亲禁止结婚的规定很明确,但目前各地执行不力的情况并不罕见,由于双方携带的相同基因较多,后代“致病基因”的机会就大,能使隐性遗传病的发病率增高。

婚后难免导致对方感染疾病或一旦妊娠对孕妇或后代健康都不利的疾病。如甲肝急性传染病、血液病及严重心、肝、肾等重要器官的疾病,未治愈或疾病未减轻和稳定的,暂时不能结婚。

生殖器官发育异常要先治愈后再结婚。如隐睾、小睾丸、尿道下裂、先天性无阴道、阴道隔膜、处女膜闭锁、严重的性功能障碍、两性畸形的患者等。

七、婚前体检的必要性

婚前体格检查关系到我们每一个家庭的幸福,关系到后代的聪明健康,是提高人口素质的一项重要工作。

早在1963年,欧美许多国家已经把婚前检查列入卫生系统而加以重视。日本则通过法律规定,必需互相交换健康证明方可成婚。我国医疗部门设有婚前检查门诊,对履行

结婚手续的男女双方畸形规定的体格检查，从中发现了不少遗传病、传染病和一些影响婚育的疾病。据上海市对10个区婚前检查的一项统计表明，在调查的11 232人中，其中40人患有痴呆、癫痫、畸形、低智能、精神病等遗传病或不宜结婚生育的疾病，比例高达0.36%。试想，如果没有婚前检查这一关，那么还不知道有多少不健康的孩子出生，给多少家庭带来不幸，给国家增添多少负担。



因此，婚前检查是非常必要的，它是我们国家提高民族素质的一项措施，也是保证我们每个家庭幸福的重要措施，有百利而无一害。

八 婚前检查的主要内容

它包括对男女双方疾病史的了解和进行系统的体格检查。

1. 家族史

对三代以内直系、旁系亲属的健康情况的询问，尤其是遗传病、精神病和传染病史等。

2. 血缘关系

了解是否近亲婚配，如果是，则不可以结婚。

3. 健康状况

患有心、肝、肺、肾病或高血压急性期，待病情痊愈后方可结婚。患有唐氏综合征、严重的精神病，麻风病、梅毒和红斑狼疮者应该禁止结婚。

4. 生殖器官

判定是否有严重的生殖器官的畸形和异常。患有无法矫正的生殖器畸形的人，不宜结婚，因为这些患者婚后不能进行正常的性生活，会造成婚姻不协调，甚至导致离婚。

总之，准备结婚的男女进行婚前检查，可使双方都真正了解是否健康。同时，医生可以利用这一机会向男女青年讲解生理知识，宣传优生优育知识以及性生理、性卫生等保健知识。故欲婚男女青年，应该本着科学和坦诚的态度，认真回答医生所提出的每一个问题，并积极虚心地向医生求教。

九、遗传与智力的关系

在一个家庭中。父母双方有一方智力低下的，他们所生的子女中智力低下的发生率明显的高于父母智力均正常所生的子女。同样，父母都是智力低下，他们所生的子女智力低的发生率更高。这说明了智力与遗传的关系。

虽然智力和某些遗传基因有关，但是，遗传也不是起着决定性的作用，还受着外界环境的作用。子女从小耳濡目染，受到环境熏陶，而且父母有意识在这方面给予培养，加上本身的主观努力、刻苦求学，才能做出成就。

在多子女的家庭中，同一个家庭的子女，有的孩子长大后做出了惊人的成就，而有的则一生平平，这也充分说明了遗传固然能传给下一代某些天赋，但后天因素如家长的教育、父母的行为对孩子的影响，以及个人学习和实践、刻苦的程度等，是造成智力差异的重要因素。



专家课堂

>>> 遗传与疾病的关系 >>>

正常人的体细胞有23对(46个)染色体，其中22对是常染色体，另1对是性染色体，女性为XX，男性为XY。在每一对染色体上有许多基因，基因由脱氧核糖核酸(DNA)组成，当DNA的结构有变异时(即有病的基因)，就会出现遗传性疾病。不少流产、早产、死胎的胎儿中，有相当一部分是严重的遗传性疾病，不能在胎内继续存活。生后存活的遗传性疾病中，一部分有明显的症状，例如器官的残缺、畸形、智能迟缓等，成年后个人生活不能自理或丧失劳动力而须别人照顾，给家庭、社会带来很大的负担。但也有一部分遗传性疾病，外表上虽然正常，可是在传宗接代、子孙繁衍的过程中起到很大的不良作用，隐患无穷，严重影响民族的素质。遗传性疾病可分为单基因遗传病、染色体病、多基因遗传病等3类，各自遗传方式也有所不同。

1. 单基因疾病。指仅有1对基因发生了突变成病态所引起的疾病。单基因疾病绝大多数是代谢病，包括氨基酸、糖、脂肪黏多糖、嘌呤、羟化酶等的代谢失调，引起数以千计的疾病。其中又分为常染色体隐性遗传性疾病、常染色体显性遗传性疾病、性X连锁遗传性疾病。

2. 染色体疾病。主要是染色体的数目或结构的异常。又分常染色体疾病，如21~三体综合征；性染色体疾病，如先天性卵巢发育不全，即女性的染色体应该为XX，而本病是XO，缺少1个X染色体。

3. 多基因疾病。由2对或2对以上的致病基因起作用而致病，虽然每对致病基因起的作用不大，但各对致病基因的累积作用就不小。多基因遗传病受到遗传因素及环境因素的影响。唇裂、腭裂、先天性心脏病、癫痫等均属多基因遗传病。