

妇幼保健問題解答

福建省立医院妇产科、小儿科

福建科学技术出版社

一九八二年、福州

妇幼保健问题解答

叶孝礼审阅

*

福建科学技术出版社出版

(福州得贵巷27号)

福建省新华书店发行

建阳地区印刷厂印刷

开本787×1092毫米 1/64 1.1875印张 20千字

1982年12月第1版

1982年12月第1次印刷

印数：1—22,050

书号：14211·53 定价：0.12元

前 言

为了普及妇幼卫生知识、保障母婴健康，做到优生、优育，我们特共同编写这本小册子。

本书通俗地讲解了妇女、儿童的生理特点，妇女孕期的起居和饮食，产后的补养，新生儿的护理和喂养，小儿常见疾病的预防和家庭处理方法。对问题的解答简明实用，可供未婚青年、已婚夫妇以及托幼机构的保教工作者参考。

编者

1982年6月

目 录

一、妇女保健问题

1. 什么叫月经? (1)
2. 月经来潮时应注意哪些问题?
..... (1)
3. 经期有哪些反应? 怎样才算痛经?
..... (2)
4. 什么叫月经不调? (2)
5. 怎样才算月经过多或过少? ... (3)
6. 不来月经是否就是有病? (3)
7. 新婚夫妇采用哪种避孕方法好?
..... (4)
8. 怀孕后应该多吃些什么? (5)
9. 孕妇为什么容易小腿抽筋, 怎
么办? (6)
10. 怀孕后可以同房吗? (6)

11. 孕期要注意哪些卫生? (7)
12. 为什么怀孕后要经常作产前检查? (7)
13. 什么叫围产期和围产期保健?
..... (8)
14. 孕周是如何计算的? (9)
15. 什么是早产、足月产、过期产?
..... (9)
16. 什么是低体重儿? (9)
17. 什么是高危妊娠? (9)
18. 高危妊娠包括哪些内容? (10)
19. 妊娠高血压综合症的产妇应注意哪些问题? (11)
20. 妊娠合并有心脏病的产妇应注意哪些问题? (11)
21. 引起胎儿、新生儿死亡的原因
有哪些? (12)
22. 过期妊娠如何处理? (13)

23. 数胎动有什么意义? (14)
24. 怎样数胎动? (14)
25. 为什么高危产妇要采用左侧卧
位? (15)
26. 怎样预防胎儿畸形? (16)
27. 哪些病毒性疾病易引起胎儿发
育迟缓和畸形? (16)
28. 哪些常用药物对胎儿的畸形有
影响? (16)
29. 孕妇吸烟和酗酒对胎儿有什么
影响? (17)
30. 孕妇患哪些疾病易发生早产?
..... (17)
31. 怎样预防遗传性疾病与先天性畸形?
..... (18)
32. 产后阴道流血(恶露)要多久
才干净? (18)
33. 月子里应该注意些什么? (19)

34. 产后多久可以起床活动？多久
可以参加劳动？……（20）
35. 产后要不要忌嘴？吃些什么东
西好？……（20）
36. 新生儿出生后多久可以喂乳？
一天喂几次？喂乳时要注意
些什么？……（21）
37. 奶不够怎么办？……（21）
38. 奶胀怎么办？……（22）
39. 孩子多大断奶好？多吃几年有
没有好处？……（22）
40. 产后月经什么时候再来？……（23）
41. 哪些情况会引起妇女白带增多？
……（23）
42. 为什么有些人结婚多年不生孩
子？……（24）

二、小儿保健问题

1. 与成人比较，孩子有哪些特点？
..... (26)
2. 小儿的年龄阶段是怎样划分的？
..... (27)
3. 怎样知道孩子的体重是否正常？
..... (28)
4. 怎样知道孩子的身高是否正常？
..... (28)
5. 怎样判断孩子的智力是否正常？
..... (29)
6. 刚出生的孩子身上又粘又滑该
 怎么办？ (30)
7. 孩子生下来头上长包该怎样处
 理？ (31)
8. 怎样使新生儿冷暖合适？ (32)
9. 新生儿皮肤发黄是怎么回事？
..... (33)
10. “马牙”为什么不能挑？ (34)

11. 怎样保护新生儿脐带? (35)
12. 怎么知道新生儿有病了? (36)
13. 母乳喂养为什么好? (38)
14. 怎样使奶水增多? (38)
15. 哪些母亲不能喂奶? (40)
16. 喂奶期间为什么不能乱用药?
..... (40)
17. 怎样调制牛奶? (41)
18. 怎样自制奶糕? (42)
19. 为什么要给孩子添加辅食, 怎
样添加? (42)
20. 给孩子添加辅食时应注意什么?
..... (43)
21. 在幼儿的膳食方面应注意什么?
..... (44)
22. 怎样预防中耳炎? (45)
23. 怎样预防蛀牙? (46)
24. 怎样预防小儿呼吸道疾病? ... (47)

25. 为什么要进行预防注射? (48)
26. 孩子应进行哪些预防注射? ... (49)
27. 孩子最容易发生的伤害事故有
 哪些, 应该怎样预防? ... (49)
28. 夏天怎样预防小孩腹泻? (51)
29. 怎样使孩子不长痱子和疖子?
 (52)
30. 孩子应穿多少衣服才算合适?
 (53)
31. 孩子发烧怎么办? (55)
32. 孩子抽筋怎么办? (55)
33. 孩子拉肚子怎么办? (56)
34. 怎样知道孩子有没有蛔虫病?
 (57)
35. 如何驱除肠蛔虫? (58)
36. 孩子屁股痒是怎么回事, 应该
 怎么办? (58)
37. 什么样的出血是反常的? (60)

38. 湿疹（奶癣）是怎么回事？ …（60）

39. 小孩尿床怎么办？ ……………（61）

一、 妇女保健问题

1、 什么叫月经？

女孩子长到十三、四岁，有的晚到十七、八岁时，下身会突然流血。以后每隔一个月左右流血一次，每次流血三、四天到六、七天，这就叫月经来潮。

2、 月经来潮时应注意哪些问题？

月经带要洗干净、晒干。因为太阳有消毒作用，这样就不会把外面脏的东西带进子宫，以免得病。

月经纸用前最好要放在太阳光下晒过，或放在火炉子上烤过消毒。不要随便用脏纸、破布、烂棉花等做月经垫。

月经期可参加轻劳动，不要做剧烈的运动，不要下深水，不要受凉，否则容易

引起月经不规则、痛经等。

月经期应当保持下身干净，最好能用温开水洗下身，但不要坐在盆里洗澡，以免脏水进入子宫，引起疾病。

月经期不能同房，否则会 引起 妇女病。

3、经期有哪些反应？怎样才算痛经？

有少数女同志每次来月经时，肚子痛得厉害，还伴有恶心呕吐、脸色苍白，需吃止痛药或打止痛针，不能劳动工作，甚至需躺床休息。这便是痛经病，应当找医生看看，找出病根子，耐心地接受医生的治疗。

4、什么叫月经不调？

大多数妇女的月经周期是一个月左

右，但也有人总是早来五、六天或晚来五、六天，这也是正常现象；如果有时相隔十多天，有时又相隔二、三个月，这就是月经不调。

5、怎样才算月经过多或过少？

正常妇女经期大约三至七天。第一天血量不多，第二天最多，以后又慢慢减少，到第四、五天就很少了，有的人到第六、七天又来一点。如果七、八天还不干净，这就是经期延长。一般妇女来月经一天换三至五次草纸就够了，如果月经一来，用纸垫不止，顺着腿流，这便是月经太多了。如果月经来时，很长时间还湿不透两层纸，或者一天不换都可以，那便是太少了。月经过多、过少都是不正常现象，应当找医生检查。

6、不来月经是否就是有病？

未成年女子不来月经，怀孕时和哺乳期不来月经，到四、五十岁以后月经也不来了，这都是正常的。有的人因为受了重大刺激，有的因为生活环境突然改变，也可能几个月不来月经。比如，北方人刚到南方，或南方人刚到北方，城里人初到农村，农村妇女刚到城市，都会发生这种现象，这不算是病，等生活习惯后，月经便照常来了。

如果没有这些原因，不来月经，就可能是病，应当找医生检查。

7、新婚夫妇采用哪种避孕方法好？

一般认为，新婚夫妻采用阴茎套加避孕药膏或阴道薄膜等方法避孕比较好。这些避孕方法无副作用，对夫妇双方及未来的子代绝对安全，若能使用得当，效果是很好的。

另外，对月经过多、过频、痛经或经前紧张症等几种妇科疾病的妇女，也可用口服避孕药或打避孕针，这样既避了孕，又治了病，可谓一举两得。但肝功能不良者禁用。

宫内节育器对月经过少的人是比较适合的，但其感染可能性远较经产妇为高，故新婚者亦不宜使用宫内节育器。可待生育后再上环。

而安全期避孕法，其效果差，不宜使用。

总之，对新婚夫妇来说，以局部性避孕较周身性避孕为妥。当然，每个人都有不同的适应症，不必强求一律，应按实际情况，因人制宜地选用。如果避孕失败，应采用人工流产。

8、怀孕后应该多吃些什么？

因为孩子在子宫里是靠妈妈血液中的养料长大的，所以怀孕后就应当多吃些有营养的食物，比如各种新鲜蔬菜、胡萝卜、豆腐、黄豆、豆芽、枣子、南瓜及蛋、肉、鱼等，还要多喝一些开水。大人营养好了，胎儿也会发育得更好。

9、孕妇为什么容易小腿抽筋，怎么办？

小腿抽筋是因为缺少一种叫钙的东西，小孩的骨头生长需要钙。胎儿的养料都是从妈妈血里来的，这样妈妈血里的钙就减少了，就会发生小腿抽搐，所以孕妇应当多吃些含钙的食物，如乳类、蛋黄、虾皮、骨粉、豆类及豆制品等。

10、怀孕后可以同房吗？

怀孕后应少同房，尤其是有些容易