

健康教育丛书

57

妊 娠

编著 王蔼明

中国中医药出版社

·北 京·

图书在版编目(CIP)数据

妊娠 / 王嵩明编著. -2 版. - 北京: 中国中医药出版社, 2005. 1

(健康教育丛书)

ISBN 7-80156-782-X

I. 妊... II. 王... III. 妊娠 - 基本知识 IV. R714. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 133675 号

责任编辑: 裴 颢

中国中医药出版社出版

发行者: 中国中医药出版社

(北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦)

电话: 64405750 邮编: 100013)

(邮购联系电话: 84042153 64065413)

印刷者: 河北天普润印刷厂

经销者: 新华书店总店北京发行所

开 本: 850×1168 毫米 32 开

字 数: 43 千字

印 张: 5. 125

版 次: 2005 年 1 月第 2 版

印 次: 2005 年 1 月第 1 次印刷

册 数: 4000

书 号: ISBN 7-80156-782-X/R·782

定 价: 10. 00 元

如有质量问题, 请与出版社发行部调换。

HTTP://WWW.CPTCM.COM

目录

一般知识

何谓妊娠	(3)
妊娠是如何发生的	(4)
怎样知道自己怀孕了	(6)
如何做出妊娠诊断	(8)
如何推算预产期	(9)
胎儿的附属物有哪些	(10)
如何划分孕期	(12)
妊娠期胎儿及母体的大致特征是什么	(13)
第一个月	(13)
第二个月	(14)
第三个月	(14)
第四个月	(15)
第五个月	(16)
第六个月	(16)

第七个月	(17)
第八个月	(18)
第九个月	(19)
第十个月	(19)
何谓高危妊娠	(21)
何谓妊娠剧吐	(23)
如何预防妊娠剧吐	(24)
何谓流产	(25)
流产的原因有哪些	(26)
如何预防流产	(27)
何谓早产及早产儿	(28)
如何预防早产	(30)
何谓宫外孕	(31)
何谓前置胎盘	(32)
何谓胎盘早剥	(33)
何谓妊娠高血压综合征	(35)
妊娠与糖尿病	(37)
妊娠与肾脏疾病	(40)
妊娠与高血压	(42)
妊娠与急性病毒性肝炎	(44)
妊娠与心脏病	(46)

妊娠早期谨防病毒感染 (49)

风疹病毒 (50)

巨细胞病毒 (52)

单纯疱疹病毒 (53)

弓形虫病 (54)

孕妇能否接种疫苗 (56)

疾病信号

..... (59)

就医须知

什么情况下必须马上就医 (65)

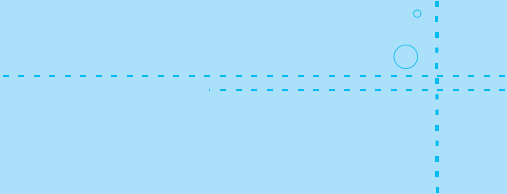
必须提前住院待产的孕妇 (66)

检查须知

为什么要做产前检查 (69)

孕妇何时进行检查 (70)

早孕检查的重要性是什么 (71)



早孕时为什么做妇科检查	(73)
产前初诊要做哪些检查	(75)
妊娠期B超检查的意义	(77)
什么叫遗传,遗传对生育有什么影响 ...	(79)
产前宫内诊断的意义	(80)
哪些孕妇需要做产前诊断	(82)
产前宫内诊断的方法	(84)

住院须知

.....	(87)
-------	--------

用药宜忌

如何看待孕期用药	(93)
用药时间不同对胎儿的影响也不同 ...	(94)

家庭保健

早孕期的心理保健及孕期卫生	(99)
---------------------	--------

孕期营养 (101)

保养好乳房 (106)

孕妇睡眠姿势 (107)

预防缺钙 (108)

预防便秘和痔疮 (109)

妊娠与饮酒 (110)

妊娠期接受放射线及噪音的危害 (111)

孕期胎教 (114)

妊娠期的自我监护 (116)

预后康复

剖宫产是否可以提高分娩时胎儿的
安全系数 (123)

妊高征患者的预后 (124)

新技术新方法

试管婴儿 (127)

赠卵和代孕母亲 (128)

试管婴儿的适应证 (129)

人工授精 (130)

配子输卵管内移植 (131)

常用药

妊娠期用药的选择 (135)

妊娠时慎用中药 (139)

关键词索引

..... (141)

一般知识

健康需知识
医理是真知

何谓妊娠

妊娠不是一种疾病而是一种生理过程。妊娠是指从卵子受精开始，胚胎和胎儿在母体子宫内发育生长的生理过程，至胎儿胎盘排出为止全程长 266 天，若从末次月经之第一日起计算则为 280 天，共 40 周。妇产科医生常常以末次月经的第一日算起，计算妊娠的周数。

为了维持胎儿的正常发育，母体要发生一系列的生理变化以适应胎儿的生长，并为分娩做准备，通过胎盘输送给胎儿必需的营养与氧气及排出胎儿的排泄物以保障胎儿的发育。这些生理改变非常复杂，但是很协调，一旦受到精神或环境等不良因素的影响，这些生理改变的协调性则会被破坏，从而可导致一系列病理变化，如妊娠剧吐和妊娠高血压综合征等，对母子不利。

妊娠是 如何发生的

人类进入青春期，男性开始遗精，女性出现月经，这标志着已具有生殖能力。受精是卵细胞和精细胞相互结合的过程。男性每次射精2~6毫升，每毫升含有2000万~1亿多个精子。女性在两次月经中间排卵一次，每次排卵一个。如果在排卵期性交，射入阴道里的精子，最终会有一个在输卵管与卵子结合，成为受精卵。这种两性细胞的结合过程称为受精，而生命也就在精子和卵子结合的瞬间开始了。

在输卵管内受精的受精卵，由于输卵管的纤毛运动及管壁的肌肉运动，约在受精3~5天后进入宫腔。这时，受精卵分泌一种能分解蛋白质的酶，先将子宫内膜破坏而后侵入。受精

卵进入富有营养的子宫内膜后，内膜表面的破口迅速修复，整个受精卵被包埋在子宫内膜中，此过程称为着床或植入，发生在受精后的第 7、8 天内。受精卵在子宫内发育成熟，8 周末已初具人形，10 周末进入胎儿阶段，16 周末孕妇自觉有胎动，此时可辨认胎儿性别，20 周末临床上可听到胎心音，24 周末各脏器均已发育，28 周后胎儿越来越具备存活的能力，待到 40 周后一朝分娩，新的生命即降生于世。



怎样知道 ——自己怀孕了

妇女怀孕以后，随着受精卵的发育、胚胎的形成及胎儿的生长，母体也发生一系列的变化。这些变化必然引起孕妇的某些感觉，带来早期妊娠的种种征象。根据这些征象就可以判定是否妊娠了。

1. 停经：平时月经很规律，突然过期不来潮，多半是怀孕了。一般超过月经周期 5 天以上没来月经，应疑为妊娠。

2. 早孕反应：约半数妇女在妊娠早期有恶心、不同程度的呕吐及偏头痛的现象，同时伴有头晕、乏力、嗜睡和食欲不振等症状。呕吐多在清晨和空腹时发生，或闻到油腻味和其他特殊气味时立即作呕。多数人喜欢吃酸性、清淡可口的食物；也有的——一会儿想吃这种食物，一会儿又想吃另一种食物。这种早孕反应多于妊娠 2~3 个月左右自行消失。

3. 乳房发胀：妊娠后，在雌激素和孕激素的刺激下乳房可增大、胀痛，乳头触痛，尤其初次妊娠时比较明显。同时，乳头及乳晕颜色变黑，并有许多隆起而肥大的深褐色小结节。

4. 子宫增大：妊娠 1~2 个月，孕妇下腹部有发胀的感觉，这是由于子宫增大的原因。此时，子宫如鹅蛋样大，一般在腹部摸不到，除非腹壁特别薄而子宫前倾时才能触摸到包块。

5. 尿频：早期妊娠常有尿频现象，这是因为增大的子宫将膀胱向上推移，压迫了膀胱，所以膀胱里稍微有点尿就会有排尿的感觉。到 3 个月左右，增大的子宫由盆腔升至腹腔后，尿频的症状即可消失。

6. 皮肤色素沉着：妊娠期间除了乳头和乳晕颜色加深外，鼻子两侧面颊部可有对称的棕色妊娠斑，下腹部、肚脐与阴阜之间可有一条颜色较深的妊娠线。初次怀孕的妇女，妊娠纹是紫红色的，生过孩子的妇女妊娠斑发白。

如果要进一步明确是否怀孕应到医院就诊。

如何做出 妊娠诊断

1. 自我感觉：如果一个已婚的育龄妇女出现早孕症状，应该想到可能是怀孕了，应该到医院检查。

2. 妇科检查：怀孕妇女阴道壁及宫颈充血变软，呈紫蓝色，子宫逐渐增大变软，怀孕 6 周后，宫体呈球形，以后逐月增大。妇产科医生可根据子宫的大小对妊娠月份做出初步的判断。

3. 妊娠试验：早孕妇女体内可产生绒毛膜促性腺激素。这种激素进入血液，从尿中排出。因此，可以通过血、尿的检查来测定是否怀孕。尿妊娠试验在停经 35~40 天就有可能呈现阳性反应。

已婚妇女根据上述早孕征象，一旦怀疑自己怀孕了，就需到医院做进一步检查。

如何推算预产期

确定怀孕以后，我们就能推算出婴儿出生的时间，这在医学上称为“预产期”。从未次月经来潮的第一天算起，经过 280 天左右，是婴儿可能出生的时间。末次月经的月份减 3 等于分娩月份。如果末次月经的月份数是 1~3，月份与 9 之和就等于分娩月份。末次月经开始之日加 7 则等于分娩日。

例如，某妇女的末次月经是 2003 年 10 月 1 日，那么她的预产期为 2004 年 7 月 8 日。又如末次月经是 2003 年 1 月 1 日，那么她的预产期为 2003 年 10 月 8 日。但如果在预产期前 2 周或后 2 周分娩，亦属正常范围。

胎儿 的附属物有哪些

在胎儿生长的同时，其附属物也在不断地发育成长。附属物是保证胎儿发育的必要条件。

1. 胎盘：是胎儿和母体间进行物质交换的重要器官。胎盘有供应营养、排泄废物、交换气体、防御、免疫和内分泌等功能。

2. 胎膜：是包围胎儿及羊水的囊，有保护胎儿的作用。它分为两层，内层是透明不含血管的薄膜；外层是绒毛膜。

3. 羊水：是充满于羊膜腔内的液体。羊水能保护胎儿免受外来的伤害，维持胎儿周围环境恒定的温度，在分娩时形成前羊水囊，有利于子宫颈的扩张。

胎儿所需的各种营养物质和氧气都是通过母亲的血液循环经过胎盘和胎儿的血管输送给胎儿的。伴随着胚胎发育，胎盘也不断发育。