

健康教育丛书

# 产 后 病

编摇著摇傳摇斌摇王摇凯

中国中医药出版社

摇 摇摇 · 北京 ·

### 摇图书在版编目(CIP)数据

摇产后病转<sup>①</sup>等编著援北京：中国中医药出版社，  
圆园园缘年。

摇 (健康教育丛书 轅文康主编)

搖陽昇輝耀司緣聖母繡圓

摇Ⅰ援产...摇Ⅱ援傳...摇Ⅲ援分娩合并症防治暨  
及读物摇Ⅳ援硬产期原野

中国版本图书馆CIP数据核字(95第12345号)

中国中医药出版社出版

发行者：中国中医药出版社

(北京市朝阳区东兴路 苑号 电话: 远缘缘缘 邮码: 远缘缘缘)

印刷者：河北省南宫市印刷厂

经销者：新华书店总店北京发行所

开摇本：苑愿伊怨园毫米摇猿开

字揺数：源千

印摇张：灏缘

版次：2000年 第1版

印 刷 次：第 0 年 第 0 月 第 0 次印刷

册摇数：员园园园—员员园园

书摇号：陽月朔望元曆曆曆曆. 園緣

定摇价：¥10.00元

# 目 录

## □一般知识

|                      |      |
|----------------------|------|
| 摇什么是产褥期 .....        | (猿)  |
| 摇产褥期子宫的变化 .....      | (猿)  |
| 摇何谓子宫复旧 .....        | (源)  |
| 摇什么是恶露 .....         | (源)  |
| 摇恶露分为哪几种 .....       | (源)  |
| 摇正常恶露的特点 .....       | (缘)  |
| 摇产褥期乳房有何变化，何谓        |      |
| 摇摇摇泌乳热 .....         | (远)  |
| 摇泌乳的原因及影响因素是什么 ..... | (远)  |
| 摇母乳的成份及特点 .....      | (愿)  |
| 摇产褥期循环系统的变化 .....    | (愿)  |
| 摇产褥期消化系统的变化 .....    | (怨)  |
| 摇产褥期泌尿系统的变化 .....    | (怨)  |
| 摇产后何时卵巢恢复排卵及月经       |      |
| 摇摇摇复潮 .....          | (员园) |

## 摇圆 ▷ 产 后 病 ◁

- 摇何谓产褥感染 ..... (员圆)
- 摇产褥感染的来源有哪些 ..... (员圆)
- 摇何谓晚期产后出血 ..... (员圆)
- 摇何为产褥中暑 ..... (员圆)
- 摇为什么产妇在产褥早期出汗
- 摇摇摇摇特别多 ..... (员圆)
- 摇在我国为什么产妇易患产褥
- 摇摇摇摇中暑 ..... (员圆)
- 摇产褥中暑的治疗原则 ..... (员圆)
- 摇产后为什么还有腹痛 ..... (员圆)
- 摇何谓子宫复旧不全，子宫
- 摇摇摇摇复旧快慢与何有关 ..... (员圆)
- 摇导致子宫复旧不全的原因有哪些 ... (员圆)
- 摇中医是怎样认识产后调养的 ..... (员圆)

## □ 疾病信号

- 摇体温升高 ..... (圆圆)
- 摇脉搏加快 ..... (圆圆)
- 摇血压下降 ..... (圆圆)
- 摇肛门坠胀感 ..... (圆圆)
- 摇会阴伤口肿胀疼痛 ..... (圆圆)
- 摇血性恶露持续时间延长 ..... (圆圆)

摇排尿困难 ..... ( 圆园 )

□ 就诊须知

摇 ..... ( 圆缘 )

□ 检查须知

摇患产后疾病的产妇为什么要

摇摇摇查血常规 ..... ( 猿园 )

摇尿常规检查的临床意义 ..... ( 猿园 )

摇产后“月”超检查能了解哪些

摇摇摇情况 ..... ( 猿圆 )

□ 住院须知

摇 ..... ( 猿猿 )

□ 用药宜忌

摇治疗产褥感染选择抗生素的

摇摇摇原则有哪些 ..... ( 猿缘 )

摇抗生素治疗 源小时后病情无

摇摇摇改善怎么办 ..... ( 源圆 )

摇选择预防用抗生素的原则有

摇摇摇哪些 ..... ( 源圆 )

## 摇原 > 产 后 病 <

- 摇哺乳期禁用药物有哪些 ..... (源园)
- 摇哺乳期慎用药物有哪些 ..... (源园)
- 摇产后应忌用哪些中药 ..... (源园)

## □ 家庭保健

- 摇产褥期妇女的休息与活动 ..... (源缘)
- 摇为什么产妇要注意适当的营养 ..... (源园)
- 摇产妇的膳食 ..... (源园)
- 摇产妇应从哪些食物中摄取
- 摇摇摇营养素 ..... (源愿)
- 摇产妇为何不要多喝麦乳精 ..... (源愿)
- 摇产妇在产褥期应少吃油炸食物 ..... (缘园)
- 摇产妇为何不要喝茶 ..... (缘园)
- 摇为什么产后要督促产妇尽早
- 摇摇摇小便 ..... (缘园)
- 摇产后发生排尿困难怎么办 ..... (缘园)
- 摇产后为什么易发生便秘 ..... (缘园)
- 摇产后发生便秘怎么办 ..... (缘园)
- 摇产褥期发生痔疮怎么办 ..... (缘园)
- 摇产后足跟痛是怎么回事 ..... (缘园)
- 摇产后脱发怎么办 ..... (缘园)
- 摇为什么产褥期禁止性生活 ..... (缘园)

|                                  |     |
|----------------------------------|-----|
| 摇产褥期应采取什么方法避孕 .....              | (缘) |
| 摇乳房胀痛怎么办 .....                   | (缘) |
| 摇乳头异常有哪些, 怎么办 .....              | (远) |
| 摇乳头皲裂怎么办 .....                   | (远) |
| 摇乳汁不足怎么办 .....                   | (远) |
| 摇预防急性乳腺炎的关键是什么,<br>摇摇摇怎么去做 ..... | (远) |
| 摇如何防止产后中暑 .....                  | (远) |
| 摇为什么产褥感染的产妇宜取<br>摇摇摇半卧位 .....    | (远) |
| 摇产后如何为自己调配食疗药膳 .....             | (远) |
| 摇开胃养颜红豆排骨汤 .....                 | (远) |
| 摇通乳补血猪蹄莲藕鳕鱼汤 .....               | (远) |
| 摇当归黄芪羊肉汤 .....                   | (远) |
| 摇产妇宜用什么食疗 .....                  | (远) |
| 摇怎样防止产后发胖 .....                  | (远) |
| 摇产后如何回奶 .....                    | (远) |

## □生活卫生常识

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| 摇产妇应有良好的休养环境 .....           | (苑) |
| 摇产妇要养成良好的个人卫生<br>摇摇摇习惯 ..... | (苑) |

## **摇远**▷产后病◁

- 摇产妇不刷牙是不科学的 ..... (苑园)
- 摇有会阴部伤口的产妇要注意
- 摇摇摇什么 ..... (苑园)
- 摇产妇为什么应该洗澡、洗头
- 摇摇摇洗脚 ..... (苑园)

## □预后康复

- 摇产褥感染的预后康复 ..... (苑园)
- 摇晚期产后出血的预后 ..... (苑园)
- 摇子宫复旧不全的预后康复 ..... (苑园)
- 摇产褥中暑的预后康复 ..... (苑园)
- 摇急性乳腺炎的预后康复 ..... (苑园)
- 摇做产后体操的意义 ..... (愿园)
- 摇哪些产妇不宜做产后体操锻炼 ..... (愿园)
- 摇产后体操的具体做法 ..... (愿园)

## □新技术新方法

- 摇母乳喂养的重大意义 ..... (愿缘)
- 摇母乳喂养的优点 ..... (愿缘)
- 摇促进母乳喂养的产科制度
- 摇摇摇改革有哪些 ..... (愿园)

## □ 新药特药

|                     |      |
|---------------------|------|
| 摇头孢噻肟钠（凯福隆） .....   | （怨园） |
| 摇头孢替坦二钠（头孢替坦） ..... | （怨园） |
| 摇头孢哌酮钠（先锋必） .....   | （怨园） |
| 摇头孢三嗪（菌必治） .....    | （怨园） |
| 摇甲硝唑（灭滴灵） .....     | （怨园） |
| 摇倍美力 .....          | （怨园） |

## □ 常用药

|                    |      |
|--------------------|------|
| 摇青霉素 钾钠（钾） .....   | （怨园） |
| 摇头孢氨苄（先锋霉素Ⅳ） ..... | （怨园） |
| 摇麦角新碱 .....        | （怨园） |
| 摇宫缩素 .....         | （怨园） |
| 摇乙烯雌酚 .....        | （怨园） |
| 摇中医治疗 .....        | （怨园） |
| 摇产后小便不通 .....      | （怨园） |
| 摇产后小便频数与失禁 .....   | （怨园） |
| 摇产后大便难 .....       | （怨园） |
| 摇产后汗出 .....        | （怨园） |
| 摇乳汁不行 .....        | （怨园） |

**摇篮**▷产后病◁

☐医院专科

..... (页码)

☐关键词索引

..... (页码)

摇摇健康需知识

医理是真知

此为试读, 需要完整PDF请访问: [www.ertong](http://www.ertong)

## ✿ 什么是产褥期

---

分娩结束后至产后 远周这段时间，我们称之为产褥期，在此期间，由于妊娠和分娩引起的全身各器官的变化，逐渐的恢复到妊娠前状态，而乳腺在妊娠期变化的基础上开始分泌乳汁。

## ✿ 产褥期子宫的变化

---

在产褥期变化最大的就是子宫，妊娠足月时子宫的重量约 员圆园克左右，产后逐渐恢复到妊娠前重量 缘园克左右。子宫的缩小是由于肌纤维的胞浆蛋白减少，细胞缩小所致。其肌细胞蛋白分解，部分被利用，部分自尿中排出。子宫颈于产后 苑原天左右宫口关闭，产后 源周宫颈恢复正常大小，由于分娩的损伤，初产妇的子宫颈外口失去原来的圆形（未产型）而变为横裂（经产型）。在产后 员天

盘附着部位外，其余都被新生的子宫内膜所修复。而胎盘附着处直至产后 远原愿周才能完全愈合。

## ✿ 何谓子宫复旧

---

当胎盘娩出后，子宫立即收缩成硬实的略扁的球状体。在肚脐下可以触及，以后子宫底每日下降 员原圆厘米，产后 员圆天左右降至骨盆腔内，腹部就不能触及宫底了，于产后 远周子宫恢复到正常非孕期大小，这个过程我们称为子宫复旧。

## ✿ 什么是恶露

---

产后在子宫复旧过程中，坏死的蜕膜、血液和宫腔渗出物等经阴道排出称为恶露。

## ✿ 恶露分为哪几种

---

根据性状恶露分为三种：

**鲜红色血性恶露：**产后头三天，恶露中含血液较多，色鲜红，有时有小血块，并含有少量的胎膜，胎脂和坏死的蜕膜组织等。血性恶露约持续 3 天逐渐转为浆液性恶露。血性恶露的时间过长，表示子宫复旧不良。

**浆液性恶露：**由于子宫内膜逐渐修复，出血明显减少而含浆液较多，恶露由鲜红色转为淡红色。恶露中有较多坏死的蜕膜、宫颈分泌物和细菌。浆液性恶露可持续 5 天，以后逐渐变为白色恶露。

**白色恶露：**产后两周以后，新生的子宫内膜覆盖子宫内壁，已无出血，恶露呈白色，主要由坏死退化的蜕膜、表皮细胞、白细胞和细菌等组成。白色恶露约持续 2 周干净。



## 正常恶露的特点

正常恶露开始时带有血腥味，但无恶臭，持续 2 周，总量约 500 克，其中约 1/3 在产后第一周内排出，但个体差异很

大。产后应用子宫收缩剂或哺乳并不能减少恶露的量。一般来说日间恶露量较多而夜间较少，可能与日间站立活动有利于恶露的排出有关。

## ✿ 产褥期乳房有何变化，

### 何谓泌乳热

产褥期乳房的变化是妊娠期变化的继续。产后乳房增大，皮肤紧张，表面静脉扩张，充血，有时可形成硬结并使产妇感到疼痛。如有副乳腺也肿胀疼痛。由于乳房充血影响血液和淋巴回流，可导致淋巴结肿大。严重者腺管阻塞，乳汁不能排出，乳头水肿，同时可有不超过38.5℃的低热，称之为泌乳热。不哺乳者，上述的乳房变化可在产后3天左右恢复正常。

## ✿ 泌乳的原因及影响

### 因素是什么

产褥期哺乳的完成依赖于乳汁的分泌

和排出，它是受十分复杂的神经内分泌的调节。简单的说产褥期的泌乳量与胎盘生乳素（ $PL$ ）的基础值无关而与授乳后 $PL$ 上升的程度有关，所以哺乳过程是维持乳汁分泌和排出的重要条件，在哺乳过程中，婴儿的吸吮刺激，一方面使垂体泌乳抑制因子（ $PIF$ ）分泌减少， $PL$ 分泌增加，促进泌乳，另一方面通过神经反射增加催产素的分泌，促进乳汁的排出。排空的乳腺又促使乳汁的再分泌，保证哺乳得以顺利进行，同时保证母体充足的睡眠，足够的营养和水分也是必不可少的。此外，乳汁的分泌与产妇的心理状态也有关系。产妇情绪的变化可直接影响 $PL$ 的分泌，产妇在产后抑郁，焦虑可造成乳汁分泌减少，而婴儿的啼哭可使母亲 $PL$ 的分泌增加。乳汁的分泌量随婴儿的需要逐渐增加，最高可达每天~~500-1000ml~~至产后远个月逐渐下降。停止哺乳后，乳汁在乳房内淤积使局部的压力增加，同时没有婴儿的吸吮刺激，解除了对 $PIF$ 的抑制，使 $PL$ 分泌减少，因此乳汁形成逐渐减少直至停

止。

## ✿ 母乳的成份及特点

母乳中含有蛋白质，包括蛋白氮、酪蛋白、 $\alpha$  原乳白蛋白、 $\beta$  原乳白蛋白、血浆白蛋白、非蛋白氮，而免疫球蛋白、乳铁蛋白是母乳中独有的。还有脂肪和碳水化合物，碳水化合物包括乳糖、低聚糖。母乳中含有无机盐，包括钠、钾、氯、钙、锰、枸橼酸、磷、灰粉，含有维生素，其种类齐全，有维生素 A、维生素 B<sub>1</sub>、维生素 B<sub>2</sub>、维生素 B<sub>6</sub>、维生素 B<sub>12</sub>、叶酸、维生素 C、维生素 D、维生素 E、维生素 K、维生素 P、维生素 U。

## ✿ 产褥期循环系统的变化

产褥早期（产后 24 小时内），由于子宫—胎盘循环停止和子宫的缩复使大量血液从子宫进入循环中，同时由于解除了妊娠子宫的压迫，下腔静脉回流增加，以及